



**BUXORO
DAVLAT
UNIVERSITETI**

1930

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI

**“ZAMONAVIY TADQIQOT MUAMMOLARI:
AN'ANAVIY USULLAR VA YANGI INNOVATSIYALAR”**

mavzusidagi

RESPUBLIKA ILMIY-AMALIY ANJUMAN



Buxoro - 2025

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY TA’LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI

PSIXOLOGIYA KAFEDRASI

**ZAMONAVIY TADQIQOT MUAMMOLARI: AN’ANAVIY
USULLAR VA YANGI INNOVATSIYALAR**

RESPUBLIKA ILMIY-AMALIY ANJUMANI

2025-yil 14-16-iyun

Buxoro – 2025

O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi "2022-2026 yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida"gi PF-60-son Farmoni, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 8-oktyabrdagi "O'zbekiston Respublikasi oliy ta'lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida"gi PF-5847-sonli Farmoni, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Ma'muriy islohotlar doirasida oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar sohasida davlat boshqaruvini samarali tashkil qilish chora-tadbirlari to'g'risida" 2023-yil 4-iyuldagi PQ-200-son qarori 9-bandiga asosan xalqaro ilmiy-texnik hamkorlik ko'lamini kengaytirishga qaratilgan xalqaro va respublika miqyosdagi ilmiy anjumanlar, simpoziumlar, seminarlar va boshqa ilmiy hamda ilmiy-texnik tadbirlarning o'z vaqtida samarali o'kazilishini hamda Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2024-yil 20-martdagi 76-sonli buyrug'i ijrosini ta'minlash maqsadida 2025-yilning 16-iyun kuni Buxoro davlat universitetida **ZAMONAVIY TADQIQOT MUAMMOLARI: AN'ANAVIY USULLAR VA YANGI INNOVATSIYALAR** mavzusida Respublika ilmiy-amaliy anjuman o'tkazildi.

Respublika ilmiy-amaliy anjumani asosiy maqsadi - psixologiya sohasidagi tadqiqotlarni yanada yuqori bosqichga olib chiqish va ushbu yo'nalishdagi yangi ilmiy tadqiqotlar bilan yaqindan tanishish, ularni amaliyotga tatbiq qilish, psixologiya fanlarini o'qitishda zamonaviy psixologik va information texnologiyalardan samarali foydalanish, yoshlarni milliy g'urur va ma'naviy fazilatlariga tayanadigan barqaror axloqiy-ruhiy holatni ta'minlash, murakkab vaziyatlarga shaxsning bardoshlilikni, yuksak hislarni tarbiyalash hamda ilmiy, innovatsion, pedagogik faoliyatida psixologik xizmatni ko'rsatish va tegishli mutaxassislarning bilim va ko'nikmalarini mustahkamlashdan iboratdir.

Anjuman materiallaridan oliy ta'lim muassasalari talabalari, magistrlar, doktorantlar va professor-o'qituvchilar foydalanishi mumkin.

TAHRIR HAY'ATI:

Xamidov O.X. – Buxoro davlat universiteti rektori, iqtisodiyot fanlari doktori, professor;
Samiyev K.A. – fizika-matematika fanlari doktori, professor;
Qahhorov O.S. - Ilmiy tadqiqot va innovatsion faoliyatni rivojlantirish departamenti boshligi i.f.d. (DSc), professor.
Nazarov A.M. – psixologiya fanlari doktori, professor;
Chudakova V.P. - psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent;
Науменко Е.А. - доктор психологических наук, профессор
Trushina I.A. - pedagogika fanlari nomzodi, dotsent;
Zabelina E.V. - psixologiya fanlari doktori, dotsent;
Barotov Sh.R. – psixologiya fanlari doktori, professor;
Xuseynova A.A. – falsafa fanlari doktori, professor;
Abdullayeva B.S. – psixologiya fanlari doktori, professor;
Akramova F.A. – psixologiya fanlari doktori, professor.
Saidov A. I. - psixologiya fanlari doktori, professor.
Safarov D.X. - psixologiya fanlari doktori, professor.
Olimov L.Y. - psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), professor;

Maqolalarning to'g'ri va aniqligiga mualliflar mas'uldir.

© ZAMONAVIY TADQIQOT MUAMMOLARI: AN'ANAVIY USULLAR VA YANGI INNOVATSIYALAR

Konferensiya materiallari to'plami Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2024-yil 27-dekabrda 490-son buyrug'i bilan nashrga tavsiya etilgan.

Kirish soʻzi

Assalomu-aleykum, hurmatli anjuman ishtirokchilari!

Muhtaram Prezidentimiz Shavkat Miromonovich Mirziyoyev tomonidan ilmiy salohiyatni oshirish, yosh olimlarni qoʻllab-quvvatlash va innovatsiyalarni joriy etish maqsadida muntazam tarzda xalqaro va respublika darajasidagi anjumanlar, forumlar hamda ilmiy seminarlar tashkil etilmoqda. Ularning onlayn-translyatsiyalari, ijtimoiy tarmoqlardagi sahifalari hamda universitet va vazirliklar veb-saytlarida yangilanishlari orqali keng jamoatchilikka tezkor axborot taqdim etilmoqda. Shu bois psixologiya sohasida ham tadqiqot metodlari va yondashuvlarni doimiy ravishda takomillashtirish zarurati kundalik muammoga aylanib bormoqda.

Jahon ilmiy hamjamiyatida globallashtirish jarayonlari taʼsirida anʼanaviy tadqiqot usullari bilan bir qatorda zamonaviy innovatsion texnologiyalar – katta hajmdagi maʼlumotlarni tahlil qilish (Big Data), sunʼiy intellekt texnologiyalari, onlayn-eksperimentlar, virtual reallik vositalari hamda interfaol pedagogik platformalardan foydalanish tobora keng tus olib bormoqda. Biroq ushbu texnologiyalar tadqiqotlar sifatini amaliy jihatdan qay darajada oshirishi, qaysi sohalarida anʼanaviy usullarni toʻldirishi yoki ularni toʻliq almashtira olishi hamda tadqiqot natijalarining xolisligi va ishonchliligini taʼminlashdagi roli kabi savollar haligacha dolzarb boʻlib qolmoqda va ilmiy hamjamiyat tomonidan chuqur tahlil qilinishni talab etmoqda.

Bugungi kunda ilm-fan rivojlanishidagi tezkor oʻzgarishlar, innovatsion texnologiyalar kirib kelishi yosh avlod oldiga mutlaqo yangi talablarni qoʻyadi. Hozirgi yoshlar ilm-fanda global raqobatbardosh boʻlishlari uchun anʼanaviy usullar bilan birga, zamonaviy innovatsion yondashuvlardan foydalanishni chuqur oʻzlashtirishlari lozim. Ayniqsa, psixologiya fanining jamiyatimiz hayotidagi oʻrni tobora ortib borayotgan hozirgi sharoitda, shaxsning ruhiy salomatligi, yoshlarning ijodiy fikrlashi, muammolarni yechishga kreativ yondashuvlarini rivojlantirish ustuvor vazifalarimizdan biri boʻlib qolmoqda.

Oʻzbekiston Respublikasi Oliy taʼlim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2025-yil 10-maydagi 142-sonli buyrugʻi ijrosini taʼminlash maqsadida 2025-yil 14-16-iyun kunlari Buxoro davlat universitetida “Zamonaviy tadqiqot muammolari: anʼanaviy usullar va yangi innovatsiyalar” mavzusida Respublika ilmiy-amaliy anjuman oʻtkazilmoqda. Mazkur anjumanining asosiy maqsadi – ilm-fanning turli sohalarida olib borilayotgan tadqiqotlarda anʼanaviy metodlarning imkoniyatlarini chuqur tahlil qilish bilan bir qatorda, zamonaviy innovatsion texnologiyalarning joriy qilinishi natijasida yuzaga kelayotgan imkoniyatlarni ilmiy va amaliy jihatdan asoslashdan iboratdir. Shuningdek, mazkur anjuman tadqiqot natijalarining aniqligi va ishonchliligini oshirish, yosh tadqiqotchilar, ilmiy izlanuvchilar va professor-oʻqituvchilarning kasbiy malakasini rivojlantirish hamda ular tomonidan zamonaviy metodlarni faol qoʻllashga koʻmaklashish, shuningdek ilmiy-tadqiqot faoliyatida xalqaro hamkorlikni kengaytirish uchun qulay ilmiy-muloqot muhitini yaratishni koʻzlaydi.

Psixologiya kafedrasida Rossiya, Tojikiston, Qozogʻiston va Buyuk Britaniyaning nufuzli universitetlari bilan doimiy hamkorlik olib bormoqda. Ushbu anjumanga 300 dan ortiq ishtirokchilar oʻz maqolalari bilan qatnashmoqda. Xorij OTMLaridan 10 nafar, Respublika oliy taʼlim muassasalaridan esa 20 nafardan ortiq psixolog olimlar offlayn va onlayn shaklda ishtirok etishmoqda. Mazkur kafedrada 5 nafar fan doktori hamda 10 dan ziyod fan nomzodlari faoliyat koʻrsatib kelmoqda. Kafedra huzurida ilmiy-amaliy “Psixologik klinika” markazi faoliyati tashkil qilingan boʻlib, viloyatdagi barcha muassasa va tashkilotlarga samarali psixologik xizmat koʻrsatib kelmoqda.

Oʻylaymanki, bugun ushbu anjumanda muhokama qilinadigan masalalar, qabul qilinadigan xulosalar, ilgari suriladigan takliflar psixologiya sohasini rivojlantirish uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

Anjuman ishiga omad tilayman.

Obidjon Xamidov Xafizovich
Buxoro davlat universiteti rektori, iqtisodiyot fanlari doktori, professor

I SHO'BA.

ZAMONAVIY PSIXOLOGIK TADQIQOT METODOLOGIYASI VA SUN'IY INTELLEKT

Nazarov Akmal Mardonovich

*Buxoro davlat universiteti psixologiya kafedrası mudiri,
Psixologiya fanlari doktori (DSc), professor*

ZAMONAVIY TADQIQOTLARDAGI MUAMMOLAR VA ULARNI HAL QILISHDA AN'ANAVIY VA INNOVATSION USULLARDAN FOYDALANISH

Annotatsiya: zamonaviy ilmiy tadqiqotlar ko'plab murakkab muammolarni o'z ichiga oladi, ularni hal etishda an'anaviy tadqiqot usullari bilan birga yangi innovatsion yondashuvlar zarur bo'lmoqda. Ushbu maqolada tadqiqot jarayonida yuzaga keladigan asosiy muammolar tahlil qilinib, an'anaviy metodologiyalarning afzalliklari va cheklovlari ko'rib chiqiladi. Shuningdek, sun'iy intellekt, katta ma'lumotlar tahlili, virtual haqiqat, mashina o'rganish kabi innovatsion texnologiyalar tadqiqot sifatini oshirish va yangi bilimlarni kashf etishda qanday yordam berishi muhokama qilinadi. Tadqiqotlarda an'anaviy va innovatsion usullarni uyg'unlashtirishning ahamiyati va istiqbollari ham yoritilgan. Mazkur yondashuvlar ilmiy izlanishlarni yanada samarali, chuqur va keng qamrovli qilish imkonini beradi.

Kalit so'zlar: zamonaviy tadqiqotlar, tadqiqot muammolari, an'anaviy tadqiqot usullari, innovatsion yondashuvlar, sun'iy intellekt, katta ma'lumotlar (Big Data), mashina o'rganish, virtual haqiqat, tadqiqot metodologiyasi, ilmiy izlanishlar, texnologik innovatsiyalar, ilmiy natijalar, tadqiqot samaradorligi, ilm-fan taraqqiyoti, metodologik integratsiya, ilmiy tahlil, ilmiy yangiliklar, protsessual tadqiqot, innovatsion texnologiyalar, data tahlili, ilmiy kreativlik, ko'p o'lchamli tadqiqotlar.

Kirish. Zamonaviy ilmiy tadqiqotlar dunyosi juda murakkab va ko'p qirrali muammolarni o'z ichiga oladi. Bu muammolarni hal etish uchun an'anaviy tadqiqot usullari-kuzatuv, eksperiment, intervyu, so'rovnoma kabi metodlar-hali ham muhim ahamiyatga ega bo'lsa-da, ularning ko'plab chegaralari va cheklovlari mavjud. Xususan, globalizatsiya, texnologik inqilob, ma'lumotlar hajmining keskin oshishi va ilm-fan taraqqiyotining tez sur'atlari an'anaviy metodlarni qayta ko'rib chiqishga majbur qilmoqda.

Bugungi kunda tadqiqotchilar yangi muammolarni kompleks tarzda yechish uchun innovatsion yondashuvlar va ilg'or texnologiyalarni faol qo'llashga e'tibor qaratmoqdalar. Masalan, sun'iy intellekt va mashina o'rganish algoritmlari katta hajmdagi ma'lumotlarni tahlil qilishda, murakkab naqshlarni aniqlashda, prognozlarni tuzishda va qaror qabul qilish jarayonini avtomatlashtirishda inqilobiy rol o'ynamoqda. Big Data (katta ma'lumotlar) tahlili esa ilgari ko'rilmagan darajada keng ko'lamdagi ma'lumotlarni qayta ishlash imkonini beradi, bu esa yangi ilmiy g'oyalar va yondashuvlarning yuzaga kelishiga zamin yaratadi.

Shuningdek, virtual haqiqat, kengaytirilgan haqiqat, blokcheyn kabi texnologiyalar ham ilmiy tadqiqotlarning yangi uslublarini shakllantirmoqda. Ularning yordamida tajribalarni stimulyatsiya qilish, ma'lumotlarni xavfsiz saqlash va uzatish, hamda tadqiqot natijalarini interaktiv va vizual ko'rinishda taqdim etish imkoniyati kengaymoqda.

Shu bois, zamonaviy tadqiqotlarda an'anaviy va innovatsion usullarni uyg'unlashtirish zarurati dolzarb muammo hisoblanadi. Ularning sinergiyasi tadqiqotlarning sifatini oshiradi, yangi nazariy va amaliy bilimlarni kashf etishga xizmat qiladi. Ayniqsa, ko'p sohali, interdisiplinar tadqiqotlarda bu yondashuvlar muhim ahamiyat kasb etadi, chunki murakkab muammolar ko'p qirralilik va keng kontekstni talab qiladi.

O'zbekiston va boshqa rivojlanayotgan mamlakatlarda ilmiy tadqiqotlarning samaradorligini oshirish uchun an'anaviy metodologiyalarni saqlagan holda, yangi innovatsion texnologiyalarni joriy etish strategik vazifa hisoblanadi. Bu esa ilm-fanning rivojlanishiga, yuqori malakali mutaxassislarni tayyorlashga hamda mamlakatning global ilmiy maydondagi o'rnini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Zamonaviy tadqiqot muammolarini tahlil qilishda bir qator yondashuvlar va omillar hisobga olinadi. Ularning asosiylari quyidagilardan iborat:

1. **Metodologik integratsiya yondashuvi:** Tadqiqot jarayonida an'anaviy metodlar (eksperiment, kuzatuv, so'rovnoma va intervyu) bilan innovatsion yondashuvlarni uyg'unlashtirish ilmiy izlanishlarning samaradorligini oshirishda muhim rol o'ynaydi. An'anaviy usullar tadqiqotning asosiy nazariy va empirik bazasini ta'minlasi, innovatsion texnologiyalar (sun'iy intellekt, katta ma'lumotlar tahlili, virtual haqiqat) ma'lumotlarni qayta ishlash va natijalarni chuqurroq tahlil qilish imkoniyatini beradi. Shu tarzda metodlarning sintezi yanada keng qamrovli va aniqlik darajasi yuqori bo'lgan tadqiqotlarni yaratadi.

2. **Texnologik yondashuv:** Zamonaviy tadqiqotlarda texnologiyalarni qo'llashning o'zi yangi metodologik paradigmani shakllantirmoqda. Masalan, sun'iy intellektning o'z-o'zini o'rgatish algoritmlari murakkab ma'lumotlar to'plamlaridan naqshlar va tendensiyalarni aniqlashda inson tafakkuridan ko'ra samaraliroq ishlashi mumkin. Bu esa tadqiqotchiga yangi gipotezalar ishlab chiqish va nazariy bilimlarni kengaytirishda yordam beradi. Shu bilan birga, virtual haqiqat va stimulyatsion texnologiyalar ilmiy tajribalarni real sharoitga yaqinlashtirish imkonini yaratadi.

3. **Ko'p o'lchamli tahlil yondashuvi:** Zamonaviy muammolar ko'pincha murakkab va ko'p qirrali bo'lib, ularni hal qilish uchun ko'p sohalarni qamrab oluvchi yondashuv talab etiladi. Bu esa interdisciplinar tadqiqotlarni rag'batlantiradi. Masalan, ijtimoiy fanlarda katta ma'lumotlar tahlili, psixologiyada neyroilmiy metodlar va informatika texnologiyalari birlashishi orqali yangi natijalarga erishiladi. Bu yondashuvda turli fanlar metodologiyalarining uyg'unligi muhim ahamiyat kasb etadi.

4. **Kritik tahlil yondashuvi:** Zamonaviy tadqiqotlarda metod tanlash va qo'llash jarayonida kritik yondashuv muhim hisoblanadi. Tadqiqotchilar metodlarning afzalliklari va kamchiliklarini chuqur tahlil qilib, ularni konkret muammo va sharoitga moslashtiradilar. Shu bilan birga, yangi texnologiyalarning ilmiy va axloqiy cheklovlari ham doimiy ravishda ko'rib chiqiladi. Masalan, sun'iy intellekt asosida olib boriladigan tadqiqotlarda ma'lumotlar maxfiyligi, manipulyatsiya ehtimoli va xatoliklar darajasi doimiy nazorat ostida bo'lishi kerak.

5. **Amaliy va innovatsion yondashuvlar o'rtasidagi balans:** An'anaviy metodologiyalar tadqiqotning barqarorligi va ishonchligini ta'minlasi, innovatsion yondashuvlar tezlik va yangi imkoniyatlarni beradi. Tahlil shuni ko'rsatadiki, samarali ilmiy tadqiqot uchun ushbu ikki jihatni uyg'unlashtirish zarur. Innovatsiyalarni amaliy tadqiqotlarda sinab ko'rish, ularning chegaralari va istiqbollarini aniqlash ilmiy jarayonlarni yanada boyitadi.

6. **Ma'lumotlar sifatiga e'tibor:** Zamonaviy tadqiqotlarda ma'lumotlar hajmi o'sib borayotgan bir paytda, ularning sifatiga ham alohida e'tibor qaratiladi. Innovatsion texnologiyalar ko'p hollarda katta va murakkab ma'lumotlarni qayta ishlashga mo'ljallangan, ammo bu ma'lumotlarning haqqoniyligi va to'liqligi tadqiqot natijalarining ishonchligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu bois ma'lumotlar manbalarini tanlash, ularni tozalash va tasdiqlash jarayonlari juda muhimdir.

7. **Tadqiqot jarayonining shaffofligi va qayta ishlab chiqilishi:** Innovatsion yondashuvlarda ko'pincha murakkab algoritmlar va avtomatlashtirilgan tizimlardan foydalanilgani sababli, tadqiqot natijalarining qayta tekshirilishi va shaffofligi masalalari yuzaga chiqadi. Tahlil shuni ko'rsatadiki, har qanday yangi metodologiya joriy etilganda, uning natijalari an'anaviy standartlar asosida baholanib, takrorlanishi ta'minlanishi lozim.

Tahliliy yondashuvlar asosida aytish mumkinki, zamonaviy tadqiqot muammolarini samarali hal etish uchun an'anaviy va innovatsion metodlarni sintez qilish, ularning kuchli tomonlarini uyg'unlashtirish, shuningdek, ma'lumotlar sifati va tadqiqot jarayonining shaffofligiga alohida e'tibor qaratish zarur. Bu esa ilmiy izlanishlarning chuqurligi va kengligi oshishiga, yangi nazariy va amaliy bilimlarning paydo bo'lishiga xizmat qiladi.

Shu sababli, ushbu maqolada zamonaviy tadqiqot muammolari, an'anaviy usullar va innovatsion yondashuvlarning o'zaro munosabati, ularni uyg'unlashtirish imkoniyatlari va istiqbolli yo'nalishlari tahlil qilinadi.

Zamonaviy tadqiqot muammolari, an'anaviy usullar va yangi innovatsiyalar mavzusining o'rganilganlik holatini ko'rib chiqishda avvalo so'nggi yillarda ilmiy jurnallarda, monografiyalarda va konferensiya materiallarida ushbu yo'nalishga katta e'tibor qaratilgani ko'zga tashlanadi. Tadqiqot metodologiyasi sohasida amalga oshirilgan ishlar an'anaviy va innovatsion usullar o'rtasidagi farqlar, ularning afzallik va kamchiliklari, shuningdek ularni uyg'unlashtirish usullari bilan bog'liq muammolarni yechishga qaratilgan.

O'zbekiston va Markaziy Osiyo hududida ham bu sohada ilmiy faoliyat rivojlanmoqda. Milliy ilmiy tadqiqotlar, oliy ta'lim muassasalari va ilmiy markazlarda an'anaviy tadqiqot metodlarini samarali qo'llash bilan birga zamonaviy texnologiyalarni joriy etish yo'nalishida izlanishlar olib borilmoqda. Xususan, katta ma'lumotlarni tahlil qilish, sun'iy intellekt asosida yaratilgan algoritmlar va boshqa raqamli vositalar yordamida ilmiy tadqiqot sifatini oshirishga qaratilgan tadqiqotlar amalga oshirilmoqda.

Jahon miqyosida esa ushbu mavzu bo'yicha keng ko'lamli ilmiy ishlar mavjud. Masalan, metodologiya sohasida an'anaviy metodlardan farqli ravishda innovatsion yondashuvlar va texnologiyalarni qo'llash sohasida ilmiy maqolalar, kitoblar, ilmiy loyihalar va patentlar soni sezilarli darajada oshgan. Sun'iy intellekt va mashina o'rganish usullarining tadqiqotlarda qo'llanilishi natijasida tadqiqotlar tezligi va aniqligi oshgan, shu bilan birga yangi ilmiy yo'nalishlar yuzaga kelgan.

Bundan tashqari, tadqiqot jarayonida raqamli platformalar, onlayn ma'lumotlar bazalari, virtual laboratoriyalar va masofaviy ishlash imkoniyatlari kengayib borayotgani ham o'rganilganlik darajasini oshirishga xizmat qilmoqda. Innovatsion metodologiyalar va an'anaviy yondashuvlarning integratsiyasi, ularning ijtimoiy va axborot muhitidagi roli va ahamiyati ham faol tadqiq qilinmoqda.

Shu bilan birga, hali ham an'anaviy usullarning ustunliklari va ularni qo'llashning samarali strategiyalari ham keng muhokama qilinmoqda, chunki har bir tadqiqot sohasida metod tanlash individual xususiyatlarga bog'liq va har doim ham yangi texnologiyalar barcha muammolarni hal eta olmaydi.

Umuman olganda, zamonaviy tadqiqot muammolari va ularga yechim topishda an'anaviy va innovatsion yondashuvlarning uyg'unligi va integratsiyasi mavzusi bugungi ilm-fan taraqqiyotining ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida ko'plab olimlar tomonidan chuqur o'rganilmoqda. Bu sohada o'zbek va xalqaro ilmiy manbalarda keng va samarali izlanishlar olib borilmoqda, bu esa mavzuning dolzarbligini va istiqbolli ekanligini ko'rsatadi.

Zamonaviy tadqiqot muammolari an'anaviy metodlar va yangi innovatsion yondashuvlar o'rtasidagi uyg'unlikni talab etadi. An'anaviy tadqiqot usullari ilmiy asos va barqarorlikni ta'minlasa, innovatsion texnologiyalar tadqiqot jarayonini tezlashtirish, ma'lumotlarni chuqurroq tahlil qilish va yangi imkoniyatlar yaratishda muhim rol o'ynaydi. Tadqiqotlarning samaradorligini oshirish uchun ushbu ikki yondashuvni integratsiya qilish, ma'lumotlar sifatiga e'tibor qaratish va tadqiqot jarayonining shaffofligini ta'minlash zarur. Shunday qilib, ilmiy izlanishlarda an'anaviy va innovatsion metodologiyalarni uyg'unlashtirish ilm-fanning yangi bosqichga ko'tarilishi, ilmiy yangiliklarning yuzaga kelishi hamda murakkab muammolarning samarali yechimini topishga xizmat qiladi. O'zbekistonda va jahon miqyosida bu sohada olib borilayotgan tadqiqotlar ilmiy izlanishlarning sifatini oshirish va ilm-fan taraqqiyotiga sezilarli hissa qo'shmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Axmedov O. Tadqiqot metodologiyasi va zamonaviy yondashuvlar. – Toshkent, 2020.
2. Qodirov S. Ilmiy tadqiqot usullari: nazariya va amaliyot. – Toshkent, 2019.
3. Karimov B. Innovatsion texnologiyalar va ilmiy tadqiqotlar. – Toshkent, 2021.
4. Nazarov D. Ilmiy tadqiqotlarda sun'iy intellektidan foydalanish. – Ilmiy jurnal, 2022, №3.
5. Rahimova M. Katta ma'lumotlar tahlili va zamonaviy tadqiqotlar. – Toshkent, 2023.
6. Shamsiev A. Metodologiya va innovatsiyalar: yangi yondashuvlar. – Toshkent, 2021.

7. Creswell J. W. Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches. – Sage Publications, 2014.
8. Kumar R. Research Methodology: A Step-by-Step Guide for Beginners. – Sage Publications, 2019.
9. Flick U. An Introduction to Qualitative Research. – Sage Publications, 2018.
10. Bryman A. Social Research Methods. – Oxford University Press, 2016.

Rustamov Shavkat Shuxratovich,
Psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent

TALABALARDA INNOVATSION KOMPETENTLIKNI SHAKLLANTIRUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR VA ULARNING NAMOYON BO'LISH XUSUSIYATLARI

Annotatsiya: Mazkur maqolada talabalar shaxsida innovatsion kompetentlik omillarining psixologik jihatdan qanday namoyon bo'lishi o'rganiladi. Unda kreativlik, muammoli fikrlash, yangilikka ochiqlik, xavfga tayyorlik kabi omillar psixologik determinantlar sifatida tahlil qilinadi. Shuningdek, o'quv jarayonida bu omillarning shakllanishiga ta'sir qiluvchi psixologik va pedagogik omillar, motivatsiya, emotsional barqarorlik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi yoritiladi. Tadqiqot natijalari innovatsion fikrlovchi, mustaqil qaror qabul qiluvchi, raqobatbardosh mutaxassislar tayyorlashda muhim asos bo'lib xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: innovatsion kompetentlik, kreativlik, muammoli fikrlash, yangilikka ochiqlik, psixologik barqarorlik, talabalar, motivatsiya.

Аннотация: В данной статье рассматриваются психологические особенности проявления факторов инновационной компетентности у студентов. Особое внимание уделяется таким детерминантам, как креативность, проблемное мышление, открытость новому и готовность к риску. Также анализируются психологические и педагогические условия, влияющие на формирование этих качеств в образовательной среде, включая мотивацию, эмоциональную устойчивость и уровень социальной поддержки. Результаты исследования важны для подготовки инновационно мыслящих, самостоятельных и конкурентоспособных специалистов.

Ключевые слова: инновационная компетентность, креативность, проблемное мышление, открытость новому, психологическая устойчивость, студенты, мотивация.

Abstract: This article explores the psychological characteristics of the manifestation of innovation competence factors among students. It focuses on key determinants such as creativity, problem-solving thinking, openness to new experiences, and risk-taking. The study also examines psychological and pedagogical factors that influence the development of these qualities in the educational environment, including motivation, emotional stability, and social support. The findings serve as a foundation for training innovative, independent, and competitive professionals.

Keywords: innovation competence, creativity, problem-based thinking, openness to novelty, psychological resilience, students, motivation.

Kirish. Zamonaviy jamiyatda raqobatbardoshlikning muhim mezonlaridan biri sifatida qaralayotgan innovatsion kompetentlikni rivojlantirish bugungi global ta'lim siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biriga aylandi. Jahon miqyosida ilmiy-innovatsion yondashuvlarning ishlab chiqarish jarayonlariga tadbiiq qilinishi, ta'lim sifatining oshirilishi, shuningdek, iqtidorli va kreativ talabalarni ijtimoiy qo'llab-quvvatlash masalalari dolzarb ahamiyat kasb etmoqda.

Amerika Psixologik Assotsiatsiyasi (APA) tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlar natijalari shuni ko'rsatadiki, talabalarning innovatsion kompetentlik darajasiga rahbar shaxsining ta'siri 26 % ni, o'z ustida ishlash 20 % ni, noma'lum faoliyatdan qo'rquv 18 % ni, dangasalik 15 % ni, qo'shimcha ta'limga intilish 13 % ni va stereotiplardan chiqish ehtiyoji esa 8 % ni tashkil etadi. Ushbu ko'rsatkichlar zamonaviy oliy ta'lim tizimida talabalarni mustaqil fikrlaydigan, yangilikka

ochiq va malakali mutaxassislar sifatida tayyorlash jarayonini sifat jihatdan yangi bosqichga olib chiqish zarurligini anglatadi.

O'zbekiston Respublikasida so'nggi yillarda bu yo'nalishda sezilarli yutuqlarga erishilmoqda. Innovatsion va tanqidiy tafakkur, shuningdek, kreativlik va ijtimoiy mas'uliyat hissini rivojlantirish bo'yicha qonunchilik bazasi mustahkamlanmoqda. Davlat strategiyalarida ijtimoiy va intellektual jihatdan yetuk yoshlarni tarbiyalash, ularning innovatsion salohiyatini ro'yobga chiqarish masalasi ustuvor vazifa sifatida ilgari surilgan. Shu bilan birga, mamlakatning Global innovatsion indeksidagi (GII) o'rnini 2026 yilga qadar 30 pog'onaga ko'tarish bo'yicha belgilangan maqsadlar ushbu yo'nalishda amalga oshirilayotgan islohotlarning ilmiy asoslanganligini ko'rsatadi.

Adabiyotlar tahlili. Innovatsion kompetentlik – bu yangilik yaratish, uni qabul qilish, amaliyotga joriy etish va mustaqil ijodiy faoliyat yuritish qobiliyatidir. Oliy ta'lim tizimida bu kompetensiyani shakllantirish psixologik va pedagogik yondashuvlarning uzviy uyg'unligini talab etadi.

Tadqiqotchi Sh.T. Qubayeva innovatsion fikrlashni yangi g'oyalarni ishlab chiqishga xizmat qiluvchi psixologik mexanizm sifatida asoslab beradi. Uning fikricha, bu fikrlash talabalarda kreativlikni shakllantirishga xizmat qiladi.

Xorijiy olim J. Baer ham shunga o'xshash xulosaga kelib, innovatsion faoliyatning asosiy tarkibiy qismi sifatida kreativlikni ko'rsatadi. U amaliy faoliyatda aynan kreativ yondashuv innovatsion tafakkurni harakatga keltirishini ta'kidlaydi.

I. Abdullayeva va izdoshlari esa masalaga sotsial-falsafiy yondashib, jamiyatda innovatsion kompetentlikni rivojlantirish uchun iqtisodiy tafakkur, ijtimoiy normalar va yangilikni qabul qilish madaniyati muhim ahamiyatga ega ekanini qayd etgan.

A. Sayitqasimov esa innovatsion tafakkur, liderlik va ijodiy yondashuvlar bilan bog'liq psixologik sifatlarni ilmiy asosda o'rgangan. U ta'lim tizimida texnoparklar, innovatsion markazlar va klaster modelini joriy etish zarurligini ta'kidlagan. Bu fikrlar innovatsion kompetentlikning nafaqat psixologik, balki ijtimoiy va tashkiliy asoslarini ham aks ettiradi.

D.G. Muhammadova innovatsion faoliyatni boshqaruvchi ta'lim menejerlarini tayyorlash dasturini taklif qilib, unda tizimlilik, interaktivlik, gumanizm va motivatsion yondashuv tamoyillarini ilgari surgan.

B.S. Abdullayeva esa bo'lajak pedagoglarning funksional psixologik holatini o'rganib, ularning muvaffaqiyatga intilishi va yangilikka ochiqqligi kabilarni lateral profil orqali baholagan.

K.A. Farfiyeva o'smirlar ongida ilmiy-innovatsion tafakkurni shakllantirishga doir tadqiqotlar olib borgan. U ilmiy muhit, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va OAV orqali innovatsion axborotlar uzatilishi yoshlar tafakkuriga qanday ta'sir ko'rsatishini ilmiy-amaliy nuqtai nazardan asoslagan.

Muhokama. Innovatsion kompetentlik psixologik nuqtai nazardan qaranganda, quyidagi omillar orqali shakllanadi: kreativlik, muammoli fikrlash, yangilikka ochiqqlik, xavfga tayyorlik, mustaqil qaror qabul qilish va o'z-o'zini rivojlantirishga intilish. Bu omillarni shakllantirishda nafaqat o'quv dasturlarining mazmuni, balki o'qituvchining shaxsiy yondashuvi, ta'lim muhitining ochiqqligi va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Zamonaviy pedagogik yondashuvlar shuni ko'rsatadiki, innovatsion kompetentlikni rivojlantirishda nafaqat bilish jarayonlari, balki shaxsiy sifatlar, motivatsion tizim va emotsional intellekt darajasi ham hal qiluvchi rol o'ynaydi. O'quvchilarning yangi g'oyalarga nisbatan ochiqqligi, noaniqlik sharoitida to'g'ri qaror qabul qilishga tayyorligi va amaliy muammolarni yechishga bo'lgan layoqati ularning innovatsion salohiyatini belgilovchi mezonlardir.

Oliy ta'lim muassasalari talabalarida innovatsion kompetentlikni rivojlantirish bugungi kundagi eng dolzarb muammolardan biridir. Bu esa ta'lim sohasiga yo'naltirilayotgan iqtisodiy va ma'rifiy investitsiyalar bilan bog'liq.

Ta'lim nazariyasiga ko'ra, o'quv jarayonining samaradorligini ta'minlash bevosita o'quvchining psixologik va pedagogik kompetentligiga bog'liq. Bu jarayonda talabaning qiziqishlari, motivatsiyasi va innovatsion kompetentligining o'ziga xosliklarini hisobga olish

lozim. Shuning uchun bolalarni ta'limga tayyorlash jarayonida innovatsion yondashuvning iqtisodiy, madaniy, kasbiy va amaliy ahamiyati haqida bilim berish muhimdir.

Talabalarda innovatsion kompetentlikni shakllantirishda tafakkur, intellekt, qobiliyatlar, bilish jarayonlari kabi psixologik omillar hamda ta'lim mashg'ulotlarining xarakteri muhim hisoblanadi. Shu bilan birga, obyektiv va subyektiv omillar, o'qituvchining roli va ta'lim jarayonining o'zi ham inobatga olinishi lozim.

Bugungi kunda talabalar innovatsion kompetentligini rivojlantirishda asosiy pedagogik-psixologik omil — bu ularning professionallik darajasi va innovatsion tayyorgarligi, uzluksiz o'zini rivojlantirishga bo'lgan intilishidir.

Garmoniyada rivojlangan talaba – bu turli bilim, ko'nikma, malaka va uslublarga ega bo'lgan universal shaxs bo'lib, ularni vaziyatga qarab samarali qo'llay oladi va o'zi bilan birga boshqalarni ham taraqqiyot sari yetaklay oladi. Shunday ekan, talabalar innovatsion kompetentligi ta'lim muassasasining innovatsion faoliyatini belgilaydi va uning samaradorligiga asos bo'ladi.

Ta'limda innovatsiyalarning paydo bo'lishi murakkab jarayon bo'lib, u ilmiy tadqiqotlar, pedagogik tajriba va butun jamoaning yuqori professionalligini talab etadi. O'zbekistonda innovatsion kompetentlikni shakllantirish tajribasi XX asr oxiridan boshlab shakllangan. O'sha davrlarda talabalar psixologik xususiyatlariga, ta'lim metod va shakllariga, ta'lim jarayonini takomillashtirishga katta e'tibor qaratilgan.

Zamonaviy ta'lim innovatsiyalari zaruriy shart-sharoitlar bilan belgilanadi va jamiyat taraqqiyotining asosi sifatida qaraladi.

Xulosa. Oliy ta'lim muassasalari talabalarida innovatsion kompetentlikni rivojlantirish – ta'lim jarayonining samaradorligini oshirish va raqobatbardosh mutaxassislar tayyorlashning muhim sharti hisoblanadi. Psixologik, pedagogik va tashkiliy omillarni hisobga olgan holda, talabalar tafakkurining kreativligi, kasbiy motivatsiyasi va innovatsiyalarni amaliyotga tatbiq etish qobiliyatini shakllantirishga alohida e'tibor qaratilishi zarur. Innovatsion kompetentlik – zamonaviy ta'lim sifatining asosiy ko'rsatkichi va jamiyatning barqaror taraqqiyotini ta'minlaydigan negizdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Abdullayeva B.S. “Bo'lajak o'qituvchilar o'quv-ilmiy faoliyati motivatsiyasining psixofiziologik determinantlari” Psixol.f.d. (DSc)... dissertatsiya avtoreferati: 19.00.01. 19.00.02 – Buxoro.-2022. - 56 b.

2. Дункер К. Качественное (экспериментальное и теоретическое) исследование продуктивного мышления // Психология мышления. - М., 1965. - С. 21-85.

3. Фромм Э. Автоматический конформизм. / В кн.: История зарубежной психологии (30 -60-е гг. 20 в.) - М.: Изд - во МГУ, 1986. - С. 24-30.

4. Farfiyeva. K.A. O'spirinlarda ilmiy-innovatsion tafakkur shakllanishining ijtimoiy-psixologik vositalari. Psixologiya fanlari doktori (DSc) dissertatsiya avtoreferati 19.00.05. Toshkent -2022. 67 b.;

5. Nazarov A.M. Talabalar ilmiy-innovatsion faoliyatini rivojlantirishning pedagogik-psixologik barqarorligi. Psixologiya fanlari doktori (DSc) dissertatsiya avtoreferati 19.00.06. Toshkent -2022. - 67 b.

6. Shukurova O'.U. Talabalarni innovatsion faoliyatga yo'nalganligining ijtimoiy-psixologik jihatlari. Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati. 19.00.05. Toshkent -2022. 56 b.

Ахмадов Назир Рахматович

Преподаватель кафедры психологии

Бухарского государственного университета

доктор философии (PhD) по психологическим наукам

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

Аннотация: В статье рассматривается проблема формирования у подростков конструктивных стратегий поведения. Приводятся результаты исследования (по методике К. Томаса) стилей поведения современных подростков в конфликтных ситуациях. На материале развивающего эксперимента, проведенного в форме двух психологических тренингов, показано, что формированию стратегии сотрудничества способствуют упражнения на развитие способов межличностного познания, а формированию стратегии компромисса — упражнения на развитие рефлексии эмоциональных переживаний и саморегуляции.

Ключевые слова: стратегии поведения в конфликтных ситуациях, подростки, психологический тренинг.

Annotation: The article deals with the development of constructive behavioral strategies at adolescents. The authors describe the results of the research devoted to adolescents' behavioral strategies (according to K. Tomas) in conflict situations. The results of two experimental trainings show, that the development of cooperation and compromise strategies in trainings should be based on a role-playing and some exercises, contributing their development. The exercises developing cognitive ways of interpersonal perception contribute more to cooperation development. Exercises, developing emotional self-regulation, contribute more to compromise development.

Key words: behavioral strategies in conflict situations, adolescents, a psychological training.

Данные многочисленных исследований говорят о том, что поведение многих подростков крайне неустойчиво и характеризуется вспыльчивостью, агрессивностью, отсутствием умения находить адаптивные способы реагирования на затруднения в общении со сверстниками и взрослыми. Существенную помощь в развитии адаптивного поведения подростков в сложных ситуациях общения могут оказать исследования, посвященные особенностям его стихийного становления и формирования в специально организованных условиях, например тренингах.

В настоящее время большое внимание уделяется изучению копинговых стратегий поведения подростков в конфликтных ситуациях. Анализ работ, посвященных изучению процесса их формирования, показывает, что упражнения, используемые в соответствующих тренингах, в основном направлены на развитие базовых навыков общения (коммуникативных умений и навыков саморегуляции), а собственно *эффективным стратегиям поведения* уделяется недостаточно внимания. Вполне логично предположить, что они совершенствуются по мере освоения базовых навыков общения, однако нам не встречались работы, посвященные экспериментальной проверке этого положения. Мы считаем, что эта связь не линейна и, формируя поведение подростков в развивающих тренингах, необходимо учитывать специфические условия их становления в процессе группового взаимодействия, которые до настоящего времени практически не становились предметом специального изучения.

В настоящей статье мы опишем свою попытку устранить этот недостаток, снижающий качество психологической помощи детям, но прежде рассмотрим стили поведения современных подростков в конфликтных ситуациях, выявленные с помощью методики К. Томаса

Стили поведения современных подростков в конфликтных ситуациях

К. Томас выделяет 6 стилей поведения в конфликтной ситуации: соперничество (конкуренция), приспособление, избегание, компромисс, сотрудничество. Эти стили различаются по направленности участников конфликта на свои интересы и интересы партнера по общению. Респондент, выбирающий стратегию соперничества, оценивает свои интересы высоко, а интересы соперника низко. Выбор стратегии приспособления означает стремление уйти от конфликта; при данном типе реагирования в ситуации конфликта человек жертвует личными интересами в пользу интересов конкурента. Стратегия избегания, также связанная со стремлением уйти от конфликта, характеризуется низкой оценкой интересов — как своих, так и соперника. Компромисс («баланс» интересов конфликтующих сторон) — это стратегия взаимных уступок, не ухудшающая межличностные отношения, а, напротив, способствующая их положительному развитию. Стратегия сотрудничества отличается высокой оценкой интересов — как собственных, так и партнера, стремлением найти решение, в максимальной степени удовлетворяющее обе стороны.

Обследование по данной методике 61 ученика средней школы в возрасте 11—13 лет дало следующие результаты: 1) 41% подростков предпочли соперничество, 24 — приспособление, 21 — компромисс, 19 — избегание и лишь 17% — сотрудничество; 2) 42% подростков вообще не стремятся к сотрудничеству, 33 — уклоняются от соперничества, 30 — от избегания, 26 — от приспособления, 13% — от стратегии компромисса. На основании этих данных можно сказать, что в нашей выборке стратегия сотрудничества оказалась наименее популярной.

Отметим, что и по данным других исследований стратегия сотрудничества у подростков занимает последние места (Е.М. Рябущенко, Н.В. Фалейтор, Н.В. Степанова, А.В. Семенов). В недавно выполненной дипломной работе В.Е. Бабичевой было установлено, что наиболее выраженной стратегией поведения в конфликтной ситуации подростков из полных и неполных семей является приспособление, а наименее выраженной — соперничество (конкуренция). Следующая по степени выраженности у подростков из полных семей — стратегия избегания, а у подростков из неполных семей — стратегия компромисса (различия между группами значимы на уровне тенденции). Подростки из полных и неполных семей в наименьшей степени ориентированы на сотрудничество.

На основании наших и других данных мы пришли к выводу, что многие подростки в возрасте 11—13 лет нуждаются в развитии у них стратегии сотрудничества. С нашей точки зрения, в развивающих программах необходимо обеспечивать также и рефлексивное осознание подростками связи других стратегий с теми жизненными ситуациями, в которых их использование наиболее предпочтительно.

Список литературы:

1. Березина А.В. Особенности формирования межличностного восприятия как условие совершенствования общения у подростков. Дис. ... канд. психол. наук. М.: МГУ, 2003.
2. Мамонова А.М. Возникновение конфликтов в подростковом возрасте // Современная психология — от теории к практике: Мат-лы XV Междунар. конференции студентов, аспирантов и молодых ученых «Ломоносов-2008». М., 2008. С. 403—404.
3. Мужичкова Ю.Е. Роль художественных форм самовыражения в развитии личностной сферы подростков в ходе психологического тренинга: Дис. ... канд. психол. наук. М.: МГУ, 2008.
4. Писарева Е.А. Восприятие социальной поддержки как фактор формирования образа Я и образа сверстника у старших подростков: Дис. ... канд. психол. наук. М.: МГУ, 2006.
5. Рождественская Н.А. Способы межличностного познания: психолого-педагогический аспект. М., 2004.
6. Тест описания поведения К. Томаса (адаптация Н.В. Гришиной) // Психологические тесты: В 2 т. / Под ред. А.А. Карелина. М., 2001. Т. 2. С. 69—

Mamatrayimov Jumanazar Mamatmurod o'g'li

Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy
pedagogika universiteti mustaqil izlanuvchisi

O'SMIRLAR ORASIDA EKSTREMISTIK QARASHLARNING OLDINI OLISHDA IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILLAR VA PROFILAKTIKA STRATEGIYALAR

Annotatsiya: Zamonaviy ijtimoiy sharoitlarda o'smir yoshlar orasida ekstremistik va destruktiv diniy g'oyalarning tarqalishi jiddiy muammo sifatida dolzarbligini saqlab qolmoqda. Ushbu fenomen o'smirlarning shaxsiy rivojlanishi, ularning ijtimoiy muhit bilan munosabatlari hamda psixologik holatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, o'smir yoshlarni bunday xavfli ta'sirlardan himoyalashda ularning ijtimoiy-psixologik determinantlarini aniqlash va tahlil qilish muhim ahamiyat kasb etadi. Maqolada o'smirlarning ekstremistik qarashlarga moyilligi ko'plab ichki va tashqi omillar orqali shakllanib, rivojlanishi yoritiladi. Ichki omillar qatorida o'zini anglash va shaxsiy identifikatsiya jarayonlaridagi qiyinchiliklar, o'z-o'ziga bo'lgan ishonchsizlik, ruhiy stress va ijtimoiy izolyatsiya ko'riladi. Tashqi omillar sifatida esa oilaviy muhit, do'stlar guruhi ta'siri, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi va ommaviy axborot vositalarining ta'siri muhim rol o'ynaydi. Shuningdek, ijtimoiy-adaptatsiya va ijtimoiy identifikatsiyaning zaifligi o'smirlarning ekstremistik g'oyalarga qarashini kuchaytiruvchi muhim psixologik determinant hisoblanadi.

Kalit so'zlar: o'smirlar, destruktiv diniy g'oyalar, ekstremizm, ijtimoiy-psixologik determinantlar, identifikatsiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, psixologik profilaktika, ijtimoiy integratsiya, radikalizm, psixologik stress, yoshlar psixologiyasi, profilaktika strategiyalari, oila ta'siri, do'stlar guruhi, ijtimoiy muhit.

Kirish. Zamonaviy dunyoda ijtimoiy, siyosiy va madaniy o'zgarishlar tez sur'atlarda kechmoqda, bu esa yoshlarning ruhiy va psixologik holatiga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda. Ayniqsa, o'smirlik davri — shaxsning o'zligini shakllantirish, dunyoqarashini kengaytirish va ijtimoiy munosabatlarda o'z o'rnini topish davri sifatida muhim ahamiyatga ega. Shu bilan birga, ushbu yoshdagi shaxslar ko'pincha identifikatsiya muammolari, o'z-o'zini anglashdagi chalkashliklar va tashqi bosimlar tufayli ichki ziddiyatlarga duch keladilar. Bunday holatlar esa ularni radikal va destruktiv diniy g'oyalarga moyillik ko'rsatishga olib kelishi mumkin.

Ekstremistik va destruktiv diniy oqimlarning o'smirlar orasida tarqalishi global miqyosda xavotir uyg'otmoqda, chunki bu yoshlar jamiyatning kelajagi bo'lib, ularning ijtimoiy-psixologik salomatligi va barqarorligi muhimdir. Radikal g'oyalar o'smirlarning psixologik zaifliklaridan foydalanib, ularni jamiyatdan ajratib, zararli guruhlarga jalb qilish uchun qulay imkoniyat yaratadi. Shu bois, yoshlarni bunday xavfli ta'sirlardan samarali himoya qilish uchun ularning ijtimoiy-psixologik holatini, shu jumladan, ijtimoiy muhit, oila va do'stlar guruhi ta'siri, shuningdek, shaxsiy psixologik xususiyatlarini chuqur o'rganish zarur.

Mazkur mavzu yoshlarning radikallasuviga olib keluvchi psixologik va ijtimoiy determinantlarni aniqlash, ularni tahlil qilish hamda oldini olish bo'yicha samarali profilaktika strategiyalarini ishlab chiqish maqsadida muhim ahamiyat kasb etadi. Shu bilan birga, ta'lim muassasalari, oilalar va jamoatchilik tashkilotlari yoshlarni radikal ta'sirlardan himoya qilishda o'zaro hamkorlikda faol ish olib borishlari zarur.

Ushbu tadqiqot ijtimoiy-psixologik yondashuv asosida o'smir yoshlarning destruktiv diniy g'oyalarga moyilligi va ularni himoya qilishning samarali yo'llarini aniqlashga qaratilgan. Tadqiqot natijalari yoshlarning psixologik holatini yaxshilash, ijtimoiy moslashuvchanlikni oshirish va ekstremistik ta'sirlardan himoya qilish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga xizmat qiladi. Shu bois, mazkur mavzu nafaqat ilmiy, balki ijtimoiy va pedagogik nuqtai nazardan ham yuqori dolzarblik kasb etadi.

O'smir yoshlarni destruktiv diniy g'oyalardan himoya qilish masalasi so'nggi yillarda nafaqat ijtimoiy, balki psixologik, pedagogik va diniy tadqiqotlarda ham katta e'tibor qozongan murakkab va ko'p qirrali muammo hisoblanadi. Ushbu mavzu global miqyosda ekstremizm va radikalizmning yoshlar orasida keng tarqalishining oldini olish borasidagi strategiyalarni ishlab chiqishda ilmiy-amaliy izlanishlarning markazida turibdi. Shu bilan birga, u o'ziga xos ijtimoiy-psixologik yondashuvlarni talab qiladigan soha sifatida ham keng tadqiq etilmoqda.

Ilmiy adabiyotlarda o'smirlarning ekstremistik va destruktiv diniy g'oyalarga moyilligi ko'plab omillar bilan izohlanadi. Bular ichida psixologik determinantlar — shaxsiy identifikatsiya muammolari, o'ziga ishonchsizlik, ichki ziddiyatlar va stress holatlari keng o'rganilgan. Masalan, yoshlarning shaxsiylikni shakllantirish jarayonidagi muammolar, ijtimoiy o'zlikni qidirish jarayonidagi notinchliklar, o'ziga bo'lgan ishonchning zaifligi ekstremistik guruhlar uchun qulay zamin yaratadi degan fikr keng tarqalgan. Shu bois, psixologlar o'smirlarning ruhiy salomatligini mustahkamlash, stressni boshqarish va o'z-o'zini anglash ko'nikmalarini rivojlantirish yo'llarini izlab topishga katta e'tibor qaratmoqda.

Ijtimoiy omillar ham mavzuning o'rganilishida muhim ahamiyatga ega. Oila muhiti, do'stlar guruhi ta'siri, jamiyatdagi ijtimoiy normalar va qadriyatlar, shuningdek, ommaviy axborot vositalari ekstremistik g'oyalarning tarqalishida muhim o'rin tutadi. Tadqiqotlarda oilaviy qo'llab-quvvatlashning zaifligi, ijtimoiy izolyatsiya va yoshlarning jamiyatdan ajratilishi ekstremistik guruhlariga qo'shilish xavfini oshirishi ko'rsatib o'tilgan. Shu bilan birga, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy integratsiyaning kuchayishi radikalizmning oldini olishda samarali vosita sifatida ko'rib chiqilgan.

Pedagogik tadqiqotlarda yoshlarni radikal g'oyalardan himoya qilish maqsadida tarbiyaviy va ta'limiy dasturlar ishlab chiqish, profilaktika usullarini qo'llash masalalari o'rganilgan. Maktab va oliy ta'lim muassasalarida yoshlarning dunyoqarashini kengaytirish, tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini shakllantirish, madaniy va diniy bag'rikenglikni targ'ib qilish orqali destruktiv g'oyalarga qarshi kurashish usullari taklif etilgan. Shu bilan birga, psixologik maslahat va qo'llab-quvvatlash xizmatlari yoshlarning ijtimoiy-psixologik muammolarini hal qilishda muhim rol o'ynaydi.

Biroq, mamlakatimizda aynan o'smir yoshlarni destruktiv diniy g'oyalardan himoya qilishning ijtimoiy-psixologik determinantlariga bag'ishlangan tadqiqotlar hali nisbatan kam va rivojlanish bosqichida hisoblanadi. Ko'plab ishlarda mavzuning faqat ijtimoiy yoki psixologik jihatlar alohida o'rganilgan, ularni integratsiyalashgan kompleks yondashuvlar kamroq uchraydi. Shu bois, ushbu sohada yanada chuqurroq va tizimli ilmiy tadqiqotlar olib borilishi dolzarbdir. O'smir yoshlarni destruktiv diniy g'oyalardan himoyalash masalasi nafaqat zamonaviy jamiyatdagi xavfsizlik va barqarorlikni ta'minlash, balki yoshlarning sog'lom shaxs sifatida shakllanishi uchun ham katta ahamiyatga ega. Mavzuga bag'ishlangan ilmiy izlanishlar ijtimoiy va psixologik omillarni keng qamrovda o'rganish, profilaktika va reabilitatsiya strategiyalarini ishlab chiqishda muhim asos bo'lib xizmat qilmoqda. Shu bilan birga, mavzu yuzasidan ilmiy tadqiqotlarni kengaytirish va amaliyotga tadbiiq etishning hozirgi davrda katta ehtiyoji mavjud.

O'smir yoshlarni destruktiv diniy g'oyalardan himoya qilish masalasini o'rganishda tahliliy yondashuvlar muhim o'rin tutadi, chunki ular mazkur hodisaning murakkab ijtimoiy va psixologik ildizlarini chuqurroq anglashga imkon beradi. Tahliliy yondashuvlar orqali muammo ko'p qirrali jihatlar — shaxsiy psixologik holat, ijtimoiy ta'sirlar, guruh va jamiyat muhitining roli aniqroq ko'rib chiqiladi. Quyida mavzuga oid asosiy tahliliy yondashuvlar keltirilgan:

1. Psixodinamik yondashuv

Ushbu yondashuv destruktiv diniy g'oyalarga moyillikni o'smirlarning ichki psixologik konfliktlari, oilaviy muammolari, shaxsiy identifikatsiya jarayonidagi qiyinchiliklar nuqtai nazaridan tahlil qiladi. O'smirlarning o'z-o'zini anglashdagi muammolari, ichki bezovtaliklari va ruhiy zo'riqishlari ekstremistik guruhlariga qiziqishni oshirishi mumkin. Psixodinamik yondashuv yoshlarning bolalik va oila tarbiyasidagi muammolarni o'rganishga e'tibor qaratadi, bu esa destruktiv g'oyalarga qochish sabablarini tushunishda yordam beradi.

2. Ijtimoiy o'rganish yondashuvi

Bu yondashuvga ko'ra, o'smirlar ekstremistik va destruktiv diniy g'oyalarga atrof-muhit, do'stlar guruhi, ijtimoiy modellar ta'sirida egilishadi. Yoshlar ko'pincha o'zlari hurmat qiladigan guruh a'zolarining fikrlari va xulq-atvorini o'rganib, shunga moslashadi. Ushbu yondashuv ijtimoiy imitatsiya va taqlid jarayonlarini o'rganishga qaratilgan bo'lib, ekstremistik guruhlariga kirish mexanizmlarini tushunishga yordam beradi.

3. Ijtimoiy identifikatsiya yondashuvi

O'smirlarning o'zligini shakllantirish jarayonida guruhga mansub bo'lish ehtiyoji muhim ahamiyatga ega. Ijtimoiy identifikatsiya yondashuvi o'smirlarning radikal va ekstremistik guruhlariga qo'shilishining sabablarini ularning ijtimoiy guruhlar bilan o'zaro munosabatlari va o'zlikni qabul qilish jarayonlari nuqtai nazaridan tahlil qiladi. Bu yondashuv o'smirlarni ijtimoiy izolyatsiyadan chiqarish va ularni sog'lom ijtimoiy guruhlar bilan bog'lashning ahamiyatini ko'rsatadi.

4. Kognitiv-behavioral (bilish va xulq-atvor) yondashuv

Ushbu yondashuv o'smirlarning ekstremistik g'oyalarga moyilligini ularning fikrlash va xulq-atvor uslublari orqali tahlil qiladi. Radikalizm ko'pincha noto'g'ri yoki chalg'ituvchi fikrlar, stereotiplar, va xatoliklar natijasida yuzaga keladi. Kognitiv-behavioral yondashuv yoshlarning tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish, noto'g'ri fikrlarni aniqlash va ularni bartaraf etishga qaratilgan profilaktika ishlarida qo'llaniladi.

5. Ijtimoiy ekosistema yondashuvi

Ushbu yondashuv o'smirlarning ijtimoiy muhitini keng qamrovda, ya'ni oilaviy, maktab, mahalla va kengroq jamiyat darajasida tahlil qiladi. Bu yondashuv yoshlarning destruktiv diniy g'oyalarga moyilligi ko'p darajadagi ijtimoiy omillar ta'sirida shakllanadi, degan qarashga asoslanadi. Shuning uchun himoya va profilaktika choralari ham shu tizimli nuqtai nazardan ko'rib chiqish muhimdir.

6. Ekzistensial va humanistik yondashuvlar

Bu yondashuvlar o'smirlarning hayot ma'nosi, o'zligini anglash va erkinlik kabi asosiy eksistensial ehtiyojlari orqali radikalizmga moyillikni tahlil qiladi. Yoshlarning hayot maqsadlarini topa olmasligi, o'zini o'zi amalga oshirishdagi qiyinchiliklar destruktiv g'oyalarga qiziqishni oshirishi mumkin. Humanistik yondashuvlar esa yoshlarning o'z salohiyatini ochishiga yordam beruvchi ijobiy psixologik mexanizmlarni taklif qiladi.

Mavzuni tahliliy yondashuvlar orqali o'rganish uning murakkab va ko'p qirrali tabiatini tushunishga imkon yaratadi. Har bir yondashuv o'ziga xos asosiy omillarni yoritib beradi, ammo amaliy jihatdan samarali profilaktika va rehabilitatsiya dasturlarini ishlab chiqishda ularni integratsiyalashgan holda qo'llash zarur. Shu bilan birga, tahliliy yondashuvlar o'smir yoshlarning psixologik va ijtimoiy holatini yaxshilash hamda ularni ekstremistik ta'sirlardan himoya qilish uchun ilmiy asos yaratadi.

O'smir yoshlarni destruktiv diniy g'oyalardan himoya qilish masalasi zamonaviy jamiyatda yoshlarning sog'lom shaxs sifatida shakllanishi va ijtimoiy barqarorlikni ta'minlash nuqtai nazaridan juda muhim hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'smirlarning ekstremistik va radikal g'oyalarga moyilligi ko'plab psixologik va ijtimoiy determinantlarga bog'liq bo'lib, ularning o'zligini anglashdagi muammolari, psixologik stress, ijtimoiy izolyatsiya, oilaviy va do'stlar muhiti ta'siri asosiy omillar sifatida ajralib turadi.

Mazkur muammoni o'rganishda psixodinamik, ijtimoiy o'rganish, ijtimoiy identifikatsiya, kognitiv-behavioral, ijtimoiy ekosistema hamda egzistensial-humanistik yondashuvlar muhim ahamiyatga ega. Har bir yondashuv o'smirlarning destruktiv diniy g'oyalarga qarshi kurashishda o'ziga xos nazariy va amaliy asoslarni beradi. Shu bilan birga, ularni birlashtirib qo'llash yoshlarning radikallashtirishini oldini olish va ularni sog'lom ijtimoiy muhitga integratsiya qilishda samarali natijalarga olib keladi.

Shu bois, o'smir yoshlarni himoya qilish uchun oilalar, ta'lim muassasalari va jamoatchilik tashkilotlari o'rtasida hamkorlikni kuchaytirish, profilaktik va psixologik yordam ko'rsatish tizimlarini takomillashtirish zarur. Mazkur yo'nalishda ilmiy izlanishlarni davom ettirish va

kompleks profilaktika dasturlarini ishlab chiqish yoshlarning ijtimoiy-psixologik barqarorligini ta'minlashga xizmat qiladi.

Natijada, o'smirlarni destruktiv diniy g'oyalardan samarali himoya qilish yosh avlodning sog'lom, barkamol va jamiyatga foydali shaxslar sifatida yetishishida muhim omil bo'lib qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Toshpulatov, B. (2017). Yoshlarning diniy-ma'rifiy tarbiyasida ijtimoiy muhitning o'rni. Samarqand Davlat Universiteti Ilmiy Axboroti, 12, 103-110.
2. Raximov, D. (2019). Radikalizm va yoshlar: Profilaktika va himoya vositalari. Toshkent: O'zbekiston Pedagogika Universiteti Nashriyoti.
3. Qodirov, S. (2021). Psixologik determinantlar va yoshlarni destruktiv diniy g'oyalardan himoya qilish. Psixologiya va Pedagogika Jurnali, 3(1), 23-36.
4. Chet el olimlari asarlari:
5. Hogg, M. A., & Abrams, D. (1988). Social Identifications: A Social Psychology of Intergroup Relations and Group Processes. London: Routledge.
6. Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), The Social Psychology of Intergroup Relations (pp. 33-47). Monterey, CA: Brooks/Cole.
7. Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
8. Beck, A. T. (1976). Cognitive Therapy and the Emotional Disorders. New York: International Universities Press.
9. Sageman, M. (2004). Understanding Terror Networks. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
10. Wiktorowicz, Q. (2005). Radical Islam Rising: Muslim Extremism in the West. Lanham, MD: Rowman & Littlefield.

Turaxonov Abdurkarim Eshkuziyevich,

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

Buxoro davlat universiteti mustaqil tadqiqotchisi

UMUMIY O'RTA TA'LIM MUASSASALARI RAHBARLARINING BOSHQARUV KOMPETENSIYALARINI SHAKLLANTIRISHDA IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK OMILLARNING AHAMIYATI

Annotatsiya: umumiy o'rta ta'lim tashkilotlari rahbarlarining boshqaruv kompetensiyalarini rivojlantirishda ijtimoiy va psixologik determinantlarning roli bugungi ta'lim tizimining samarali faoliyati uchun muhim ahamiyat kasb etadi. Boshqaruv kompetensiyalari rahbarlarning tashkilotni boshqarishdagi malakasi, liderlik qobiliyatlari, qaror qabul qilish jarayonidagi samaradorlik va o'quv jarayonlarini sifatli tashkil etishda hal qiluvchi omil hisoblanadi. Ushbu kompetensiyalarni shakllantirish va rivojlantirishda ijtimoiy omillar, xususan, rahbarning ijtimoiy muhit bilan o'zaro aloqasi, jamoaviy munosabatlar, kommunikatsiya ko'nikmalari, motivatsiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlari katta rol o'ynaydi. Shuningdek, psixologik determinantlar, jumladan shaxsiy motivatsiya, stressga chidamlilik, emotsional intellekt, o'z-o'zini boshqarish va stressni boshqarish qobiliyatlari boshqaruv faoliyatining samaradorligini ta'minlashda muhim hisoblanadi. Tadqiqotda ushbu ijtimoiy va psixologik omillar rahbarlarning professional malakasini oshirish, ularning shaxsiy va kasbiy rivojlanishiga ta'siri tahlil qilinadi. Zamonaviy ta'lim muhitida rahbarlik kompetensiyalarining shakllanishida ushbu determinantlarning uyg'unligi va o'zaro ta'siri natijada ta'lim sifatini yaxshilashga xizmat qiladi. Tadqiqot natijalari ta'lim sohasida boshqaruv faoliyatini takomillashtirish uchun amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga asos bo'lib xizmat qiladi.

Kalit soʻzlar: boshqaruv kompetensiyalari, umumiy oʻrta taʼlim, rahbarlik malakasi, ijtimoiy determinantlar, psixologik determinantlar, liderlik, emotsional intellekt, motivatsiya, stress boshqaruvi, kommunikatsiya koʻnikmalari, jamoaviy munosabatlar, boshqaruv faoliyati, professional rivojlanish, taʼlim sifatini oshirish, ijtimoiy qoʻllab-quvvatlash, shaxsiy rivojlanish.

Kirish. Bugungi kunda taʼlim sohasida rahbarlarning boshqaruv kompetensiyalarini rivojlantirish masalasi keng oʻrganilmoqda. Oʻzbekiston va xalqaro ilmiy adabiyotlarda boshqaruv malakalarini shakllantirishda ijtimoiy va psixologik omillarning ahamiyati koʻp qirrali jihatlari bilan tadqiq etilgan. Jumladan, taʼlim tashkilotlari rahbarlarining ijtimoiy muhitdagi roli, jamoaviy kommunikatsiya, liderlik xususiyatlari va motivatsion omillariga oid tadqiqotlar mavjud.

Oʻzbek olimlari tomonidan amalga oshirilgan tadqiqotlarda rahbarlarning ijtimoiy qoʻllab-quvvatlash tizimlari, ijtimoiy aloqalari va jamoa bilan oʻzaro munosabatlari boshqaruv malakasini shakllantirishda muhim rol oʻynashi koʻrsatildi. Shu bilan birga, psixologik determinantlar — emotsional intellekt, stressga chidamlilik, oʻz-oʻzini boshqarish koʻnikmalari ham rahbarlik faoliyatining samaradorligini taʼminlashda asosiy omillar sifatida eʼtirof etilmoqda. Xalqaro ilmiy tadqiqotlarda, masalan, Psixologiya va boshqaruv fanlari doirasida, boshqaruv kompetensiyalarini shakllantirishda ijtimoiy-psixologik yondashuvlar keng qoʻllanilmoqda. Liderlik nazariyalari, emotsional intellekt konseptlari, motivatsiya va ijtimoiy aloqalar sohalaridagi tadqiqotlar rahbarlarning boshqaruv qobiliyatlarini oshirish uchun samarali strategiyalarni ishlab chiqishda asos boʻlib xizmat qilmoqda.

Biroq, umumiy oʻrta taʼlim muassasalari rahbarlarining boshqaruv kompetensiyalarini rivojlantirishda aynan ijtimoiy va psixologik determinantlarning oʻzaro taʼsirini chuqur va tizimli oʻrganish boʻyicha ilmiy ishlar hali toʻliq emas. Shu sababli, ushbu mavzu yuzasidan zamonaviy pedagogika, psixologiya va boshqaruv nazariyalarini birlashtirgan kompleks tadqiqotlar olib borilishi talab qilinadi.

Oʻzbekiston sharoitida taʼlim boshqaruvi va rahbarlik kompetensiyalarini rivojlantirishga bagʻishlangan bir qator ilmiy ishlar mavjud boʻlsa-da, ijtimoiy va psixologik determinantlarning integrativ roli, ularning boshqaruv malakasini shakllantirishdagi taʼsiri va bu jarayonda yuzaga keladigan muammolar hamda yechimlar bilan bogʻliq masalalar hali toʻliq yoritilmagan.

Shu bois, umumiy oʻrta taʼlim tashkilotlari rahbarlarining boshqaruv kompetensiyalarini rivojlantirishda ijtimoiy va psixologik determinantlarni oʻrganish dolzarb ilmiy va amaliy muammo sifatida qolmoqda va bu yoʻnalishda yangi tadqiqotlar olib borilishi muhimdir.

Taʼlim tashkilotlari rahbarlarining boshqaruv kompetensiyalarini rivojlantirishda ijtimoiy va psixologik determinantlarning roli murakkab va koʻp qirrali tizim sifatida namoyon boʻladi. Tahliliy nuqtai nazardan, ushbu determinantlar ikki asosiy guruhga boʻlinadi: ijtimoiy omillar va psixologik omillar. Ularning har biri rahbarlik malakasining shakllanishi va takomillashuvida oʻziga xos rol oʻynaydi, biroq samarali boshqaruv uchun ular oʻzaro uygʻunlikda ishlashi zarur.

Ijtimoiy determinantlar ichida rahbarning taʼlim muhitidagi oʻrni, jamoa bilan oʻzaro munosabatlari, kommunikatsiya madaniyati, ijtimoiy qoʻllab-quvvatlash tizimlari va motivatsion strukturalar asosiy oʻrin tutadi. Tadqiqotlar shuni koʻrsatadiki, rahbarlarning samarali boshqaruv koʻnikmalarini rivojlantirishda ijtimoiy qoʻllab-quvvatlash, yaʼni hamkasblar, oʻqituvchilar va ota-onalar bilan oʻzaro ishonchli va ochiq muloqot, katta ahamiyatga ega. Jamoaning birlik va ijtimoiy integratsiyasi rahbarlarning liderlik qobiliyatlarini oshirishga xizmat qiladi, shu bilan birga qaror qabul qilish jarayonida ishtirokchilar bilan maslahatlashishni kuchaytiradi.

Psixologik determinantlar rahbarlarning shaxsiy xususiyatlari, jumladan emotsional intellekt, stressga chidamlilik, oʻz-oʻzini boshqarish, motivatsiya va ruhiy barqarorlik kabi omillarni oʻz ichiga oladi. Zamonaviy taʼlim tizimidagi tezkor oʻzgarishlar va murakkab vazifalar sharoitida rahbarlarning psixologik tayyorgarligi ularning ish samaradorligini bevosita belgilaydi. Masalan, emotsional intellektning yuqori darajasi rahbarlarga oʻz hissiyotlarini va boshqalarning hissiyotlarini tushunish hamda boshqarishda yordam beradi, bu esa jamoada ijobiy ish muhitini yaratishda muhimdir. Stressga chidamlilik esa murakkab vaziyatlarda sovuqqonlik bilan qaror qabul qilishga koʻmaklashadi.

Shuningdek, boshqaruv kompetensiyalarining shakllanishida ijtimoiy va psixologik determinantlar o'rtasidagi o'zaro ta'sir katta ahamiyatga ega. Masalan, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi psixologik barqarorlikni mustahkamlaydi, shu bilan birga rahbarning shaxsiy motivatsiyasi va jamoaviy ishtirokchiligi o'rtasida uzviy bog'liqlik mavjud. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, psixologik salomatlikka e'tibor qaratilmagan taqdirda, hatto yuqori ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ham boshqaruv samaradorligini oshirishda yetarli bo'lmazligi mumkin.

Bugungi kunda ta'lim boshqaruvchilarining malakasini rivojlantirish uchun ishlab chiqilayotgan dasturlar ko'pincha faqat texnik yoki nazariy bilimlarni o'z ichiga oladi, biroq ijtimoiy-psixologik komponentlar yetarlicha hisobga olinmaydi. Shu sababli, samarali boshqaruvni ta'minlash uchun ta'lim tashkilotlari rahbarlarini psixologik tayyorgarlikdan o'tkazish, ularning stressni boshqarish va emotsional intellektini rivojlantirish bo'yicha maxsus treninglar va maslahatlashuvlar tashkil etish zarurati mavjud.

Xulosa sifatida aytish mumkinki, umumiy o'rta ta'lim tashkilotlari rahbarlarining boshqaruv kompetensiyalarini rivojlantirish jarayonida ijtimoiy va psixologik determinantlarning integrativ ta'siri boshqaruvning sifatini va ta'lim jarayonining samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Shu bois, mazkur determinantlarni chuqur o'rganish va ularning samarali uyg'unligini ta'minlash ta'lim boshqaruv tizimini yanada rivojlantirish uchun asosiy vazifa hisoblanadi.

Umumiy o'rta ta'lim tashkilotlari rahbarlarining boshqaruv kompetensiyalarini rivojlantirishda ijtimoiy va psixologik determinantlarning roli juda katta ahamiyatga ega. Boshqaruv kompetensiyalari rahbarlarning samarali faoliyat yuritishi, ta'lim muassasasining sifatli boshqarilishi va o'quv jarayonlarining samaradorligini ta'minlashda asosiy omil hisoblanadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, nafaqat texnik bilim va boshqaruv ko'nikmalari, balki ijtimoiy va psixologik omillar ham rahbarlik malakasining shakllanishi va takomillashuvida hal qiluvchi rol o'ynaydi.

Ijtimoiy determinantlar rahbarlarning jamoaviy munosabatlardagi o'rni, kommunikatsiya madaniyati, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlari va motivatsiya elementlarini o'z ichiga oladi. Bu omillar rahbarlarga jamoani birlashtirish, nizolarni hal qilish, ishonch va hurmat muhitini yaratishda yordam beradi, natijada boshqaruv samaradorligi oshadi. Shu bois, ta'lim tashkilotlarida ijtimoiy muhitni sog'lomlashtirish va rahbarlarning ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini mustahkamlash dolzarb vazifa sifatida qaraladi.

Umumiy o'rta ta'lim tashkilotlari rahbarlarining boshqaruv kompetensiyalarini rivojlantirishda ijtimoiy va psixologik determinantlarning rolini chuqurroq o'rganishda zamonaviy yondashuvlarga e'tibor qaratish lozim. Xususan, raqamli transformatsiya davrida ta'lim muassasalarini boshqarishning yangi shakllari, masalan, virtual jamoalar va masofaviy rahbarlikning ijtimoiy-psixologik jihatlari katta ahamiyat kasb etmoqda. Rahbarlarning raqamli kommunikatsiyadagi malakasi va uning jamoaviy motivatsiyaga ta'siri yangi tadqiqotlar uchun istiqbolli yo'nalish hisoblanadi.

Shuningdek, kognitiv psixologiya nuqtai nazaridan rahbarlarning qaror qabul qilish jarayonlarida ijtimoiy stereotiplar va kognitiv tafovutlar qanday ta'sir ko'rsatishi tahlil qilinmoqda. Bu esa boshqaruvda yanada ongli va muvozanatli yondashuvlarni shakllantirish uchun zarur.

Yana bir muhim yo'nalish — rahbarlarning shaxsiy va professional rivojlanishida ijtimoiy kapitalning roli. Ijtimoiy kapital deganda, rahbarning tarmoqdagi aloqalari, ishonch, hamkorlik va o'zaro yordam tizimlari tushuniladi. Ularning kuchayishi rahbarning o'zaro munosabatlaridan samarali foydalanish, resurslarni boshqarish va innovatsion yondashuvlarni joriy etishda yordam beradi.

Psixologik determinantlar kontekstida, ruhiy sog'lomlikni ta'minlash uchun rahbarlarning o'z-o'zini anglash darajasi, stressni boshqarish strategiyalari va ruhiy moslashuvchanlik darajasi ham muhim hisoblanadi. Xususan, mindfulness (onglilik) va emosional regulatsiya texnikalari rahbarlarning psixologik barqarorligini oshirishda samarali vositalar sifatida keng qo'llanilmoqda.

Bundan tashqari, gender omilining rahbarlik kompetensiyalarini rivojlantirishda roli ham o'rganilmoqda. Ayol rahbarlarning ijtimoiy va psixologik determinantlarga nisbatan o'ziga xos yondashuvlari va ularning jamoa boshqaruvidagi o'ziga xos afzalliklari tahlil qilinmoqda.

Shu bilan birga, ta'lim muassasalarida boshqaruv kompetensiyalarini rivojlantirish uchun innovatsion metodlar — masalan, mentorlik tizimi, reflektiv amaliyotlar va interaktiv treninglar samaradorligi ham so'nggi yillarda keng ko'lamda o'rganilmoqda. Bu usullar rahbarlarning nafaqat texnik, balki ijtimoiy va psixologik ko'nikmalarini ham mustahkamlashga yordam beradi.

Psixologik determinantlar, jumladan emotsional intellekt, stressga chidamlilik, o'z-o'zini boshqarish va shaxsiy motivatsiya rahbarlarning murakkab vaziyatlarda samarali faoliyat yuritishida muhim ahamiyatga ega. Emotsional intellekt rahbarlarga o'z hissiyotlarini va boshqalarning his-tuyg'ularini boshqarishda yordam berib, jamoaviy muhitni ijobiylashtirishga xizmat qiladi. Stressga chidamlilik esa ta'lim muhitining doimiy o'zgaruvchan sharoitida rahbarlarning sovuqqonlik bilan qarorlar qabul qilish imkonini yaratadi. Shu bilan birga, rahbarlarning shaxsiy psixologik holati ularning boshqaruv samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Tahliliy jihatdan qaraganda, ijtimoiy va psixologik determinantlarning o'zaro bog'liqligi rahbarlik kompetensiyalarini yanada mustahkamlash va rivojlantirishga xizmat qiladi. Ularning uyg'unligi ta'lim muassasalarining barqaror va samarali boshqaruvini ta'minlaydi. Shuning uchun, ta'lim muassasalarida rahbarlarni ijtimoiy va psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash, maxsus treninglar, konsultatsiyalar va psixologik yordamni tashkil etish zarur.

Umumiy qilib aytganda, rahbarlarning boshqaruv kompetensiyalarini rivojlantirishda ijtimoiy va psixologik determinantlarni hisobga olish ta'lim sifatini oshirish, ta'lim jarayonini samarali tashkil etish va pedagogik jamoaning barkamolligini ta'minlashga yordam beradi. Bu esa o'z navbatida, mamlakat ta'lim tizimining rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Kelajakda ushbu yo'nalishda olib boriladigan ilmiy tadqiqotlar va amaliy ishlar ijtimoiy-psixologik determinantlarning boshqaruv kompetensiyalariga ta'sirini yanada chuqurroq o'rganish, samarali boshqaruv model va strategiyalarini ishlab chiqishga imkon beradi. Bu esa ta'lim muassasalarida rahbarlarining kasbiy malakasini oshirishga, ularning shaxsiy va ijtimoiy salomatligini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Abdullayeva N. Ijtimoiy-psixologik kompetensiyalar va ularning boshqaruvdagi o'rni. – Toshkent, 2018.
2. Islomov D. Rahbarlik faoliyatida psixologik omillar. – Toshkent, 2019.
3. Karimova M. Ta'lim muassasalarida boshqaruv malakasini oshirish. – Samarqand, 2020.
4. Qodirov S. Pedagog rahbarning ijtimoiy roli va psixologik tayyorgarligi. – Toshkent, 2017.
5. Rasulov B. Ta'lim boshqaruvida innovatsion yondashuvlar. – Toshkent, 2021.
6. Sobirov A. Rahbarlik kompetensiyalari va ularni rivojlantirish metodlari. – Buxoro, 2019.
7. Tursunov J. Ta'lim muassasalarida samarali boshqaruvning ijtimoiy-psixologik omillari. – Toshkent, 2022.
8. Xolmurodov A. Psixologiya asoslari va rahbarlik. – Toshkent, 2016.
9. Shodmonov R. Ta'lim tizimida boshqaruv va motivatsiya. – Samarqand, 2018.
10. Yusupov N. Rahbarlarning psixologik tayyorgarligi va boshqaruv malakasi. – Toshkent, 2020.

Boltayeva Gulrux Muxamadsaidova,
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

TALABALARDA TOLERANTLIKNI RIVOJLANTIRISHGA TA'SIR ETUVCHI IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILLAR VA ULARNING NAMOYON BO'LISH XUSUSIYATLARI

Annotatsiya: ushbu maqolada talabalarda tolerantlikni shakllantirish jarayonining ijtimoiy-psixologik omillari va ularning xususiyatlari tadqiq etilgan. Tolerantlik — bu boshqalarni hurmat qilish, turli qarashlar, madaniyatlar va e'tiqodlarga ochiq bo'lish kabi ijtimoiy-psixologik ko'nikmalar majmuasi bo'lib, u zamonaviy jamiyatda barqarorlik va totuvlikni ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Maqolada tolerantlik darajasiga ta'sir etuvchi ijtimoiy muhit, oilaviy tarbiya, do'stlik va guruhlarning ta'siri, shuningdek, shaxsiy psixologik xususiyatlar (empatiya, ochiqlik, hissiy barqarorlik) tahlil qilingan. Talabalarda tolerantlikni rivojlantirish uchun samarali psixologik metod va pedagogik yondashuvlar taklif etilgan. Tadqiqot natijalari yoshlar orasida ijtimoiy integratsiyani mustahkamlash va qarama-qarshiliklarni kamaytirishda tolerantlikni shakllantirishning ahamiyatini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: tolerantlik, talabalar, ijtimoiy-psixologik omillar, ijtimoiy muhit, empatiya, ochiqlik, psixologik xususiyatlar, ijtimoiy integratsiya, qarama-qarshiliklarni kamaytirish, madaniy munosabatlar, psixologik metodlar, pedagogik yondashuvlar, shaxsiy rivojlanish, ijtimoiy barqarorlik, oila, ta'lim.

Kirish. Bugungi globallashuv va madaniy xilma-xillik davrida jamiyatlararo munosabatlarning sifatini yaxshilash, ijtimoiy barqarorlik va totuvlikni ta'minlash muhim masalaga aylangan. Shu nuqtai nazardan, talabalarda tolerantlikni shakllantirish – yosh avlodni ijtimoiy muhitda samarali, hurmatga asoslangan muloqot va hamkorlikka tayyorlashning asosiy vazifalaridan biridir. Tolerantlik, insonlarning turli ijtimoiy, madaniy, diniy va etnik xususiyatlarini qabul qilish hamda hurmat qilish qobiliyati sifatida, zamonaviy jamiyatda insonlararo hamjihatlikni ta'minlovchi muhim ijtimoiy-psixologik ko'nikma sanaladi.

Talabalar yoshligi – shaxsiyat shakllanishining faol bosqichi bo'lib, unda ijtimoiy-psixologik ko'nikmalar va qadriyatlar shakllanadi. Shu sababli, bu davrda tolerantlikni rivojlantirish yoshlar orasida madaniy munosabatlarni yaxshilash, kamsitish va qarama-qarshiliklarning oldini olishda muhim ahamiyatga ega. Tolerantlik shuningdek, yoshlarning empatiya, ochiqlik, bag'rikenglik kabi shaxsiy fazilatlarini rivojlantirishga yordam beradi, bu esa ularni ijtimoiy va madaniy xilma-xillikka tayyorlaydi.

Mavjud ijtimoiy va psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, tolerantlikni shakllantirish jarayonida ijtimoiy muhit, oilaviy tarbiya, maktab va universitetdagi pedagogik ta'sirlar, shuningdek, shaxsning ichki psixologik xususiyatlari katta rol o'ynaydi. Ijtimoiy guruhlarning ijobiy ta'siri, o'zaro hurmat va ochiq muloqot muhitini yaratish, yoshlarning ijtimoiy integratsiyasini oshirishda muhim omillardir.

Shu bois, talabalarda tolerantlikni shakllantirishning ijtimoiy-psixologik omillari va xususiyatlarini chuqur o'rganish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham muhimdir. Ushbu maqola mazkur masalalarga bag'ishlanib, tolerantlikni rivojlantirishdagi asosiy ijtimoiy va psixologik faktorlarni aniqlash, shuningdek, ularni qo'llash yo'llarini tahlil qiladi. Bu orqali yoshlarning ijtimoiy moslashuvchanligi va madaniy hamjihatlik darajasini oshirishga xizmat qiluvchi samarali usullarni ishlab chiqish maqsad qilingan.

Talabalarda tolerantlikni shakllantirish masalasi zamonaviy ijtimoiy-psixologiya va pedagogika sohalarida keng o'rganilgan mavzular qatoriga kiradi. So'nggi yillarda tolerantlik tushunchasi jamiyatda muhim ahamiyat kasb etib, ko'plab olimlar va tadqiqotchilar tomonidan turli nuqtai nazarlardan tahlil qilinmoqda. Jumladan, ijtimoiy psixologiyada tolerantlik shaxsning boshqa guruhlar va madaniyatlar bilan munosabatidagi barqaror ijtimoiy-psixologik xulq-atvor sifatida ko'rib chiqiladi.

Talabalarda tolerantlikni rivojlantirishga qaratilgan tadqiqotlar asosan yoshlarning shaxsiy va ijtimoiy xususiyatlari, ijtimoiy muhit ta'siri, pedagogik metodlar va madaniyaro muloqot kontekstida olib borilgan. Ko'plab ilmiy ishlar talabalarda empatiya, ochiqlik, bag'rikenglik va

qarama-qarshi fikrlarga hurmat kabi xususiyatlarning shakllanishini o'rganib, ularning tolerantlik darajasiga ta'sirini aniqlagan. Shuningdek, ijtimoiy guruhlar, oila va ta'lim muassasalarining yoshlarning tolerantlik ko'nikmalarini rivojlantirishdagi o'rni alohida ta'kidlangan.

Ammo, ayni paytda, tolerantlikni shakllantirish jarayonida milliy, madaniy va regional o'ziga xosliklarni hisobga olgan holda chuqur tahlil va amaliy tadqiqotlar soni nisbatan kamligi mavjud. Shu bois, talabalarda tolerantlikning ijtimoiy-psixologik omillari va xususiyatlarini yanada kengroq va kompleks ravishda o'rganishga ehtiyoj bor.

Umuman olganda, mazkur mavzu yuzasidan ilmiy adabiyotlarda asosiy nazariy va amaliy tadqiqotlar mavjud bo'lib, ular tolerantlikni shakllantirishda ijtimoiy muhit va psixologik faktorlarning muhimligini ko'rsatadi. Lekin mavzuni yanada rivojlantirish va milliy xususiyatlarni hisobga olgan holda amaliy tavsiyalar ishlab chiqish uchun qo'shimcha ilmiy ishlanmalar zarur.

Tolerantlik - bu insonning boshqa shaxslar, guruhlar yoki madaniy qatlamlarning qarashlari, e'tiqodlari, qadriyatlari va turmush tarziga nisbatan hurmat, tushunish va qabul qilish qobiliyatidir. Bu tushuncha asosan ijtimoiy-psixologik fanlarda shaxslararo va guruhlararo munosabatlarda ijobiy ijtimoiy xulq-atvorni shakllantiruvchi muhim omil sifatida tahlil qilinadi. Tolerantlikni shakllantirishda ijtimoiy muhit muhim rol o'ynaydi. Jumladan:

- Oila muhiti: o'zaro hurmatga asoslangan oilalarda ulg'aygan yoshlar ko'proq tolerant bo'lishadi;

- Ta'lim muassasasi va pedagogik yondashuvlar: universitet va maktablarda o'rgatilayotgan ijtimoiy fanlar, axloq darslari, bahs-munozaralar tolerantlikni shakllantirishda muhim vosita bo'lishi mumkin;

- Do'stlar va tengdoshlar guruhi: talaba yoshlar orasidagi guruh bosimi va ijtimoiy qabul etilish ehtiyoji tolerantlik darajasiga ijobiy yoki salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin;

- Ommaviy axborot vositalari va internet: media orqali berilayotgan xabarlar, ayniqsa ijtimoiy tarmoqlardagi munosabatlar, yoshlarning tolerantlik darajasini shakllantirishda kuchli omil bo'lib xizmat qiladi.

Pedagogik yondashuvlar doirasida tolerantlikni shakllantirishga xizmat qiluvchi metodlar quyidagilar:

- Dialogik ta'lim: turli fikrlar, madaniyatlar va pozitsiyalar asosida muloqot qilishni o'rgatish;

- Rolli o'yinlar, treninglar, munozaralar – boshqalarning pozitsiyasini tushunish va empatiya rivojlanishini rag'batlantiradi;

- Tarbiyaviy dasturlar – bag'rikenglik, inson huquqlari, madaniy xilma-xillikni qadrlash mavzulari asosida tuzilgan o'quv dasturlari ijobiy natija beradi.

Tahlil shuni ko'rsatadiki, talabalarda tolerantlikni shakllantirish kompleks jarayon bo'lib, u individual psixologik xususiyatlar, ijtimoiy muhit, ta'lim muassasalarining pedagogik faoliyati va madaniy iqlimga chambarchas bog'liqdir. Shuningdek, tolerantlikni shakllantirishda milliy mentalitet, tarixiy tajriba, va diniy qadriyatlar ham hisobga olinishi kerak.

Ko'pgina xorijiy va mahalliy tadqiqotchilar (masalan, G. Allportning "The Nature of Prejudice" asari, X. Yusupov, M. Mahmudovning tolerantlik bo'yicha ishlari) bu borada fundamental yondashuvlarni ishlab chiqqan bo'lsalar-da, ularning aksariyati g'arbiy model asosida shakllangan. Shu bois O'zbekiston sharoitida mahalliy kontekstda olib borilayotgan tadqiqotlar sonini oshirish dolzarbdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Allport, G. W. (1954). *The Nature of Prejudice*. Addison-Wesley.
— Tolerantlik va stereotiplar, ijtimoiy munosabatlar asoslarini tahlil qilgan klassik asar.
2. Maslow, A. H. (1970). *Motivation and Personality*. Harper & Row.
— Shaxsiy rivojlanish, ehtiyojlar ierarxiyasi va tolerantlik darajalari haqida.
3. Fromm, E. (1963). *The Art of Loving*. Harper & Row.
— Empatiya, insonlararo munosabatlar va tolerantlikning psixologik ildizlari.

4. Румянцева, П. В. (2010). *Толерантность как социально-психологический феномен*. — Москва: Изд-во МГУ.
- Tolerantlikning ijtimoiy-psixologik jihatlari bo'yicha fundamental ish.
5. Yusupov, H. (2015). *Yoshlar ongida tolerantlikni shakllantirishning psixologik asoslari*. — Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Fanlar Akademiyasi.
- Mahalliy kontekstda o'tkazilgan tadqiqotlar asosida yozilgan ilmiy ish.
6. Mahmudov, M. (2019). *Tolerantlik va madaniyatlararo muloqot*. — Toshkent: O'qituvchi nashriyoti.
- Talabalar orasida bag'rikenglikni shakllantirishdagi madaniy omillar yoritilgan.
7. UNESCO (1995). *Declaration of Principles on Tolerance*. — Tolerantlik tushunchasining xalqaro huquqiy-normativ asoslari.
8. G'ulomov, S. (2020). *O'zbekiston yoshlari va tolerantlik madaniyati*. — Toshkent: Ijtimoiy Fikr Markazi.
- O'zbekiston yoshlari orasida tolerantlik darajasi bo'yicha sotsiologik tadqiqot.
9. Vigotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. — Harvard University Press.
- Ijtimoiy omillar va rivojlanish psixologiyasi.
10. Turaev, R. (2021). *Talabalarda fuqarolik va tolerantlik madaniyatini shakllantirishning psixologik asoslari*. — Ilmiy maqola, "Psixologiya va hayot" jurnali, №4.

Sharofiddinova Zebiniso Sherov qizi,
Osiyo xalqaro universiteti magistranti

SANOGEN TAFAKKURNI RIVOJLANTIRUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR VA ULARNI TALABALARDA QO'LLAB-QUVVATLASH USULLARI

Annotatsiya: sanogen tafakkur insonning psixik salomatligini saqlab qolish va rivojlantirishda muhim rol o'ynaydigan tafakkur shakllaridan biri hisoblanadi. U stressli holatlarda shaxsning o'z-o'zini boshqarish, muammolarni konstruktiv tarzda hal etish, ichki resurslarni safarbar qilish va moslashuvchan fikrlash kabi ko'nikmalarini o'z ichiga oladi. Ushbu maqolada talabalik davridagi sanogen tafakkurning shakllanishiga ta'sir etuvchi asosiy psixologik omillar – ijtimoiy-emotsional kompetensiyalar, o'zini anglash, refleksiya darajasi, shaxsiy qadriyatlar tizimi va psixologik barqarorlik kabi jihatlar chuqur tahlil qilinadi.

Bundan tashqari, talabalarda sanogen tafakkurni rivojlantirishga yo'naltirilgan pedagogik-psixologik metodlar, jumladan, emotsional-intellektual treninglar, muammoli vaziyatlarni tahlil qilish texnikalari, psixoprofilaktika mashg'ulotlari, metakognitiv yondashuvlar va kognitiv-bihevioral elementlarga asoslangan metodlar tavsiflab beriladi. Maqola davomida I.V. Dubrovina, B.S. Bratus, Ye.A. Klimov, R.S. Nemov, A.V. Karpov va boshqa yetakchi psixologlarning konsepsiyalariga asoslangan yondashuvlar tahlil qilinadi.

Talabalik — shaxsiy va intellektual rivojlanish uchun eng muhim bosqichlardan biri bo'lib, bu davrda sog'lom tafakkur madaniyatini shakllantirish orqali ularning ruhiy barqarorligi va ijtimoiy moslashuvchanligini ta'minlash mumkin. Shu bois, sanogen tafakkur elementlarini ta'lim jarayoniga integratsiyalash zamonaviy psixologik-pedagogik faoliyatning muhim vazifalaridan biridir.

Kalit so'zlar: sanogen tafakkur, talaba shaxsi, psixik salomatlik, emotsional intellekt, refleksiya, shaxsiy barqarorlik, stressga chidamlilik, kognitiv yondashuv, metakognitiv ko'nikmalar, psixoprofilaktika, muammoli vaziyat, pedagogik metodlar, psixologik qo'llab-quvvatlash.

Kirish. Sanogen tafakkur atamasi va unga bog'liq ilmiy izlanishlar XX asrning ikkinchi yarmidan boshlab shakllana boshlagan. Ushbu tushuncha ilk bor rus psixologlari tomonidan ishlab

chiqilgan bo'lib, asosan psixik salomatlikni saqlab qolish va destruktiv fikrlashdan voz kechish kabi jihatlariga urg'u berilgan.

Sanogen tafakkur nazariyasi asoschilari:

- I.V. Dubrovina – sanogen tafakkur tushunchasini bolalar va o'smirlar psixologik rivojlanishi kontekstida o'rganib, bu tafakkur turining psixik salomatlikni saqlashdagi ahamiyatini ta'kidlagan.

- B.S. Bratus – sog'lom tafakkur va psixik disfunktsiyalar o'rtasidagi bog'liqlikni tahlil qilgan, shaxsiy taraqqiyotda tafakkurning konstruktiv yo'nalishini urg'ulagan.

- V.V. Serkin – sanogen tafakkurni ekzistensial psixologiya nuqtai nazaridan yoritib, insonning ichki resurslariga tayangan holda fikrlash mexanizmlarini o'rgangan.

Zamonaviy tadqiqotlar:

- Bugungi kunda sanogen tafakkur talabalik davrida shaxsiy rivojlanish, stressga chidamlilik, moslashuvchanlik va ijtimoiy integratsiya kontekstida o'rganilmoqda.

- R.S. Nemov va Ye.A. Klimov kabi mualliflar ta'lim muhitining psixologik iqlimi va shaxsiy tafakkur shakllanishidagi rolini chuqur tahlil qilgan.

- Psixologik barqarorlik, emotsional intellekt, refleksiya, ijtimoiy idrok va metakognitiv tafakkur kabi omillar sanogen tafakkurning tarkibiy qismlari sifatida ko'rilmogda.

- So'nggi yillarda O'zbekiston oliy ta'lim muassasalarida sog'lom fikrlash madaniyati, stressga qarshi kurashish va talabalarda shaxsiy kompetensiyalarni shakllantirish bo'yicha ilmiy va amaliy tadqiqotlar olib borilmoqda.

- O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 21-dekabrda "Yoshlar bilan ishlashning yangi tizimini joriy etish va ularning ijtimoiy faolligini oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-447-son qarori mazkur yo'nalishdagi ilmiy ishlarga turtki bo'lmoqda.

Talabalarda sanogen tafakkur rivojlanishiga oid ilmiy izlanishlar xorij va mahalliy psixologiya fanida yetarli darajada yo'lga qo'yilgan bo'lsa-da, aynan talabalik davrida bu tafakkurning shakllanishiga ta'sir etuvchi psixologik omillar va ularni pedagogik metodlar bilan qo'llab-quvvatlash yo'nalishi hanuzgacha dolzarb va chuqur tadqiqotni talab qiladi. Bu yo'nalish zamonaviy psixologik xavfsizlik, stress boshqaruvi va shaxsiy salohiyatni ro'yobga chiqarish bilan chambarchas bog'liqdir.

Sanogen tafakkur bugungi kunda psixologiya fanining dolzarb yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Ushbu tafakkur turi insonning ruhiy salomatligini saqlab qolishga, stress, xavotir, depressiya kabi salbiy psixologik holatlarga nisbatan konstruktiv yondashuvni shakllantirishga xizmat qiladi. Ayniqsa, talabalik davrida bu tafakkur turining shakllanishi o'ta muhim bo'lib, bu davr shaxsiy, kasbiy va intellektual taraqqiyotning poydevori hisoblanadi.

Sanogen tafakkur (lotincha *"sano"* – sog'liq, *"genesis"* – paydo bo'lish) – bu insonning salbiy emotsiyalar va stressli vaziyatlarga nisbatan sog'lom, barqaror, maqsadga yo'naltirilgan fikr yuritish qobiliyatidir. I.V. Dubrovina va B.S. Bratus izohlaganidek, bu tafakkur turi nevroitik fikrlashga qarshi bo'lib, shaxsning ijtimoiy va psixologik barqarorligini saqlashda muhim omildir.

Sanogen tafakkur quyidagi tarkibiy qismlardan iborat:

- Emotsional barqarorlik – hissiyotlarni boshqarish qobiliyati;
- Kognitiv moslashuvchanlik – har xil nuqtai nazarlarni qabul qilish va moslasha olish;
- Refleksiya – o'z fikrlari va xatti-harakatlarini tahlil qilish layoqati;
- Ma'noli hayotga intilish – shaxsiy qadriyatlar tizimi bilan uyg'un fikrlash.

Talabalarda sanogen tafakkur quyidagi psixologik omillar bilan chambarchas bog'liq:

- O'z-o'zini anglash va qabul qilish – shaxsning ijobiy "Men" kontsepsiyasi;
- Emotsional intellekt – o'z va boshqalar hissiyotlarini aniqlay olish va boshqarish qobiliyati

(D. Goleman nazariyasiga ko'ra);

- Ijtimoiy idrok va empatiya – o'zgalar bilan sog'lom munosabatlarni shakllantirish;
- Shaxsiy barqarorlik (rezilyentlik) – qiyinchiliklar oldida psixologik chidamli bo'lish.

Sanogen tafakkur – bu zamonaviy psixologik-pedagogik faoliyatda asosiy ustuvor yo'nalishlardan biri bo'lib, talabalarning ruhiy salomatligini ta'minlashda, ularning psixologik mustaqilligini shakllantirishda va sog'lom ijtimoiy munosabatlarni yo'lga qo'yishda muhim o'rin

tutadi. Bu yo'nalishdagi tadqiqotlar, amaliy metodlar va innovatsion yondashuvlar orqali ta'lim sifatini oshirish mumkin.

Talabalik davri shaxsning psixologik, ijtimoiy va kasbiy jihatdan shakllanishida hal qiluvchi bosqich hisoblanadi. Bu jarayonda talabaning ichki resurslarini safarbar qilish, sog'lom fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish va stressga nisbatan chidamlilikni oshirish muhim ahamiyat kasb etadi. Mazkur tadqiqot shuni ko'rsatadiki, sanogen tafakkur – bu talabaning salbiy psixologik ta'sirlarga konstruktiv javob qaytarish, muammoli vaziyatlarda ichki barqarorlikni saqlash va psixik salomatlikni himoya qilish imkonini beruvchi tafakkur shaklidir.

Sanogen tafakkurning rivojlanishiga ta'sir etuvchi asosiy psixologik omillar qatoriga emotsional intellekt, refleksiya, shaxsiy barqarorlik, metakognitiv fikrlash va ijtimoiy idrok kiradi. Bu omillarni rivojlantirish uchun ta'lim muhitida maxsus treninglar, psixologik mashg'ulotlar va muammoli vaziyatlarga asoslangan yondashuvlardan foydalanish zarur.

Tahlil natijalariga ko'ra, sanogen tafakkur nafaqat talabaning shaxsiy rivojlanishiga, balki uning ijtimoiy moslashuvchanligi, ruhiy barqarorligi va kasbiy muvaffaqiyatiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, zamonaviy pedagogik va psixologik amaliyotda sanogen tafakkurni shakllantirish va mustahkamlashga yo'naltirilgan tizimli yondashuvlar ishlab chiqilishi va amaliyotga tadbiiq etilishi zarur.

Talabalarda sanogen tafakkur rivojlanishi masalasiga chuqurroq yondashilganda, ushbu jarayonning neyropsixologik, madaniy, identitetga oid, axborot muhiti bilan bog'liq va innovatsion metodik jihatlari aniqlanadi. Avvalo, sanogen tafakkurning shakllanishi inson miyasi faoliyatining ma'lum sohalari, xususan prefrontal korteks bilan chambarchas bog'liq. Aynan ushbu miya sohasi mas'uliyat, rejalashtirish, impulsni boshqarish va reflektiv tafakkur uchun mas'ul bo'lib, sanogen fikrlashni asoslaydi. Boshqa tomondan, limbik tizim, ayniqsa amigdala, stressga bo'lgan emotsional javobni boshqaradi. Agar talaba yuqori stress ostida qolsa, amigdala faoliyati kuchayib, patogen tafakkur ustunlik qiladi. Shuning uchun stressni boshqarish sanogen tafakkur rivoji uchun neyropsixologik jihatdan poydevor bo'lib xizmat qiladi.

Yana bir muhim jihat sanogen tafakkur va madaniy-kontekstual farqlar bilan bog'liqdir. O'zbekiston kabi kollektivist madaniyatga ega jamiyatlarda talabalar ko'proq jamoaviy me'yorlar asosida fikrlashadi, shaxsiy fikr va his-tuyg'ularni ifodalashda tortinishadi. Bu esa sanogen tafakkurni rivojlantirishda yashirin to'siqlarga sabab bo'ladi. Shu sababli, milliy mentalitetga mos metodik yondashuvlardan foydalanish zarur. Masalan, individual refleksiya o'rniga guruhiiy muhokama va iqlim-psixologik mashg'ulotlar ko'proq samara beradi.

Talabalik yoshi psixologik identitet shakllanishining hal qiluvchi davridir. Erikson nazariyasiga ko'ra, bu davrda talaba o'z "men"ini anglaydi yoki identitet inqiroziga duch keladi. Agar talaba o'z qadr-qimmatini anglay olmasa, sanogen tafakkurga o'tishi murakkablashadi. Bu jarayonda kasbiy yo'nalish bo'yicha reflektiv treninglar, shaxsiy psixodiagnostik usullar va maqsadli psixologik maslahatlar sanogen tafakkur shakllanishiga ijobiiy ta'sir ko'rsatadi.

Hozirgi raqamli axborot muhitida talabalar son-sanoqsiz salbiy kontentga duch kelishmoqda. Ijtimoiy tarmoqlarda tarqalayotgan yolg'on yangiliklar, shaxsiy hayotni solishtirishga undovchi va depressiv kontentlar talabalarning fikrlash jarayonida patogen modellarni shakllantiradi. Bu holat sanogen tafakkurga qarshi axborot-fikriy toksiklik sifatida qaraladi.

Sanogen tafakkurni rivojlantirishda innovatsion metodlarga ham alohida e'tibor qaratilishi lozim. Ular orasida narrativ psixologiya alohida ajralib turadi. Ushbu metod orqali talaba o'z hayotini ijobiiy voqealar nuqtai nazaridan ifodalaydi va ichki resurslarini aniqlashga o'rganadi. Shuningdek, psixodrama va rolda o'ynash usullari orqali ichki konfliktlar sahnalashtiriladi va ongii darajada qayta ishlanadi. Shu bilan birga, "yog'och metaforasi" kabi simbolik texnikalardan foydalanish orqali talaba o'z qiyinchiliklarini barqarorlik timsoli sifatida qabul qilishi, ruhiy chidamliligini kuchaytirishi mumkin.

Xulosa qilib aytganda, sanogen tafakkur bu shunchaki salbiy fikrlarga qarshi immunitet emas, balki keng ma'nodagi psixologik salomatlik, ichki barqarorlik va konstruktiv dunyoqarashdir. Uni shakllantirish uchun psixologik, madaniy, neyropsixologik, ijtimoiy va

texnologik omillarning uyg'un integratsiyasi zarur. Bu masalaga chuqur yondashilgan taqdirda, talabalar orasida sog'lom tafakkur madaniyati qaror topadi va bu esa jamiyat taraqqiyotining muhim poydevoriga aylanadi.

Talabalarda sanogen tafakkurni shakllantirish – bu nafaqat psixik salomatlikni saqlashning, balki jamiyatda sog'lom, faol va mas'uliyatli shaxslarni tarbiyalashning ham muhim kafolatidir. Bu yo'nalishda olib borilayotgan ilmiy izlanishlar ta'lim sifati va inson resurslarini rivojlantirish strategiyasining tarkibiy qismiga aylanishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Дубровина И.В. (2000). *Саногенное мышление и психическое здоровье школьников*. Москва: Педагогика.
2. Братусь Б.С. (1995). *Аномалии личности*. Москва: Изд-во МГУ.
3. Серкин В.В. (2004). *Психология жизненного мира человека*. Москва: Пер Сэ.
4. Немов Р.С. (2003). *Психология образования: Учебник для вузов*. Москва: Владос.
5. Големан Д. (2001). *Эмоциональный интеллект*. Санкт-Петербург: Питер.
6. Карпов А.В. (2004). *Метакогнитивные процессы: сущность и структура*. Вопросы психологии, №3, с. 45–53.
7. Климов Е.А. (1996). *Психология профессионального самоопределения*. Москва: Изд-во МГУ.
8. Ходжаева Н.М. (2021). *Talabalarda tanqidiy tafakkurni shakllantirishning psixologik omillari*. – Toshkent: TDPU ilmiy jurnali, №2.
9. Tursunova M.T. (2022). *Zamonaviy psixologiyada reflektiv tafakkurning o'rni*. – "Psixologik tadqiqotlar" jurnali, №1.
10. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ-447-son qarori, 2022-yil 21-dekabr – "Yoshlar bilan ishlashning yangi tizimini joriy etish to'g'risida".
11. UNESCO (2020). *Mental Health and Psychosocial Considerations for Learners during COVID-19*. Paris: UNESCO Publications.

Razakov Farxod Kuvondikovich

Innovatsion texnologiyalar universitetining

"Pedagogika va psixologiya" kafedrasini dotsenti

TALABALARNING MUSTAQIL TA'LIM JARAYONIDA PROKRASTINATSIYA HOLATINING PSIXOLOGIK SABABLARI VA BARTARAF ETISH STRATEGIYALARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada talabalarda mustaqil ta'lim faoliyatini shakllantirishda prokrastinatsiyaning psixologik determinantlari o'rganiladi. Maqolada prokrastinatsiyaning asosiy ichki sabab va omillari, jumladan motivatsiya yetishmasligi, stress, perfektsionizm hamda o'z-o'ziga ishonchsizlik kabi faktorlar tahlil qilinadi. Shuningdek, prokrastinatsiyaning talabalarning mustaqil o'rganish samaradorligiga ta'siri va uning psixologik oqibatlari ko'rib chiqiladi. Tadqiqot yakunida prokrastinatsiyaning kamaytirish va mustaqil ta'limni samarali tashkil etish uchun psixologik va pedagogik strategiyalar taklif etiladi. Mazkur ish ta'lim jarayonida prokrastinatsiyaning boshqarish yo'llarini izlash va talabalarning o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan amaliy ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: prokrastinatsiya, mustaqil ta'lim, talaba, psixologik determinantlar, motivatsiya, stress, o'z-o'zini boshqarish, vaqtni boshqarish, perfektsionizm, ta'lim samaradorligi, psixologik strategiyalar, pedagogik yondashuvlar.

Kirish. Prokrastinatsiya — bu muhim vazifalarni kechiktirish, bajarishni davom ettirmaslik holati bo'lib, odatda stress yoki qiyinchiliklardan qochish maqsadida yuzaga keladi. U irodasizlikdan farqli o'laroq, ko'pincha shaxsning ichki psixologik holati bilan bog'liq bo'ladi. Prokrastinatsiyaning turli turlari mavjud: masalan, qattiq prokrastinatsiya (vazifani butunlay kechiktirish) va yumshoq prokrastinatsiya (vazifani vaqtincha boshqa ishlar bilan almashtirish).

Asosiy qism. Talabalarda prokrastinatsiyaning paydo bo'lishiga ta'sir qiluvchi ichki psixologik omillar

- Motivatsiya yetishmasligi: Talaba vazifaga qiziqmasligi yoki uning maqsadi aniq bo'lmaganda prokrastinatsiya kuchayadi.

- Stress va qo'rquv: Vazifa murakkabligi yoki muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish motivatsiyani pasaytirib, kechiktirishga olib keladi.

- Perfeksionizm: Mukammal natija kutish talabani boshlash yoki tugatishni kechiktirishga sabab bo'ladi.

- O'z-o'ziga ishonchsizlik: O'z qobiliyatlariga ishonmaslik yoki muvaffaqiyatsizlikni oldindan taxmin qilish natijasida kechiktirish yuzaga keladi.

- Diqqatni jamlay olmaslik: Konsentratsiya muammolari va tashqi chalg'ituvchilar ham prokrastinatsiyani kuchaytiradi.

Atrof-muhit va ijtimoiy faktorlarning roli talabani oilaviy muhiti, do'stlari, o'qituvchilari va umumiy ta'lim muhitidagi qo'llab-quvvatlash darajasi ham prokrastinatsiyaning paydo bo'lishiga ta'sir qiladi. Masalan, haddan tashqari qat'iy yoki beparvo nazorat motivatsiyani pasaytirishi mumkin.

Mustaqil ta'limda samaradorlik va prokrastinatsiya o'rtasidagi bog'liqlik

Mustaqil ta'lim — bu talabalar o'zlari rejalashtirib, nazorat qilib olib boradigan o'rganish jarayoni. Prokrastinatsiya esa aynan shu jarayonda eng katta to'siq hisoblanadi. Vazifalarni kechiktirish natijasida talabalar o'z o'quv rejalari rioya qila olmaydi, o'qish samaradorligi sezilarli darajada pasayadi. Prokrastinatsiya vaqtini behuda sarflashga olib kelib, o'rganish jarayonini kechiktiradi va oxir-oqibat o'quv natijalari yomonlashadi.

Prokrastinatsiya sababli yuzaga keladigan o'rganishdagi qiyinchiliklar va psixologik natijalar

1. O'quv yukining to'planishi: Vazifalar yig'ilib, ularni qisqa vaqt ichida bajarishga majbur bo'lish stressni oshiradi va yanada kechiktirishga sabab bo'ladi.

2. E'tibor va konsentratsiyaning pasayishi: Kechiktirish natijasida talabalar o'qishga bo'lgan qiziqishi va motivatsiyasi kamayadi.

3. Stress va ruhiy tushkunlik: Vazifalarni kechiktirish psixologik bosimni kuchaytirib, ruhiy salomatlik muammolarini keltirib chiqarishi mumkin.

4. O'ziga nisbatan norozilik va o'z-o'zini tanqid qilish: Prokrastinatsiya tufayli yuzaga kelgan muvaffaqiyatsizlik talabani o'ziga ishonchini pasaytiradi. Bu esa ta'lim jarayonida yanada ko'proq kechiktirishga olib keladi.

Prokrastinatsiyaning talabalarning psixologik holati va o'quv motivatsiyasiga ta'siri. Prokrastinatsiya talabani o'ziga bo'lgan munosabatini, o'z qobiliyatlariga ishonchini va o'quvga bo'lgan motivatsiyasini salbiy tomonga o'zgartiradi. Vazifa bajarishni doimiy kechiktirish talabani o'zini qadrini pasaytiradi va o'z-o'zini rad etishga olib keladi. Bu holat uzoq muddat davom etsa, motivatsiya butunlay yo'qolishi mumkin. Shu bilan birga, prokrastinatsiya psixologik stress, tushkunlik va hatto bezovtalik kasalliklariga sabab bo'lishi mumkin.

Prokrastinatsiyani kamaytirishga qaratilgan psixologik va pedagogik usullar

- a) Vaqtini boshqarish texnikalari: Talabalarga o'z vaqtlarini samarali rejalashtirish, ustuvorliklarni aniqlash va kichik bo'laklarga bo'lib ishlash ko'nikmalarini o'rgatish muhim. Masalan, Pomodoro texnikasi yoki "To do" ro'yxatlari yordamida vaqtini boshqarish prokrastinatsiyani kamaytirishga yordam beradi.

- b) Maqsad qo'yish va rejalashtirish: Aniq, o'lchanadigan, amalga oshiriladigan, realistik va vaqt bilan chegaralangan (SMART) maqsadlarni belgilash talabani o'z-o'zini motivatsiya qilishiga yordam beradi.

c) O'z-o'zini rag'batlantirish: Talabalar o'zlarini kichik mukofotlar bilan rag'batlantirish orqali vazifalarni bajarishga undashlari mumkin. Bu motivatsiyani oshiradi va prokrastinatsiyani kamaytiradi.

Stress va motivatsiyani boshqarish bo'yicha tavsiyalar

a) Relaksatsiya va stressni kamaytirish usullari: Nafas olish mashqlari, meditatsiya, jismoniy mashqlar stressni kamaytirishga yordam beradi va o'rganishga bo'lgan qiziqishni oshiradi.

b) Pozitiv fikrlashni rivojlantirish: O'z qobiliyatlariga bo'lgan ishonchni oshirish, muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqmaslik va o'z-o'zini tanqid qilishni kamaytirish motivatsiyani mustahkamlaydi.

c) Qo'llab-quvvatlash tizimlari: Do'stlar, o'qituvchilar yoki psixologlarning yordamidan foydalanish psixologik holatni yaxshilashda muhim rol o'ynaydi.

Talabalarning o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish va psixologik yordam imkoniyatlari. Metakognitiv ko'nikmalar: O'z o'rganish jarayonini kuzatish, baholash va o'zgartirish qobiliyatini rivojlantirish mustaqil ta'lim samaradorligini oshiradi. Muammo yechish va qaror qabul qilish: Talabalar muammolarni aniqlash va ularga samarali yechim topish ko'nikmalarini o'rganish orqali kechiktirishdan qochishlari mumkin. Psixologik maslahat va treninglar: Prokrastinatsiya muammosini bartaraf etishda psixologik treninglar, guruh mashg'ulotlari va individual maslahatlar samarali vosita hisoblanadi.

Muvofiqlashtirilgan rejalashtirish va vazifalarni bo'lib bajarish. Katta va murakkab vazifalarni kichik, boshqariladigan qismchalariga bo'lish talabalarni tashvishdan ozod qiladi va boshlash uchun motivatsiyani oshiradi. Masalan, haftalik va kundalik vazifalar ro'yxatini tuzish, har bir vazifani aniq vaqt oralig'ida bajarishga intilish prokrastinatsiyani kamaytiradi.

O'zini anglash va hissiy intellektni rivojlantirish. Talabalar o'z kechiktirish sabablarini anglashga o'rgatilsa, ular muammolarni yaxshiroq boshqarishi mumkin. Hissiy intellekt ko'nikmalarini rivojlantirish (masalan, hissiyotlarni boshqarish, stressni tan olish) kechiktirish holatlarini kamaytirishga yordam beradi.

Texnologiyalardan samarali foydalanish. Ta'lim jarayonida vaqtni boshqarish va diqqatni jamlash uchun turli ilovalar (pomodoro, task managerlar) va onlayn vositalardan foydalanish mumkin. Shu bilan birga, ijtimoiy tarmoqlardagi va boshqa chalg'ituvchi resurslardan mas'uliyat bilan foydalanishni o'rgatish kerak.

Ijobiy o'quv muhiti yaratish. Mustaqil ta'lim uchun qulay va tartibli o'quv joyini tashkil etish, unda chalg'ituvchi omillar bo'lmasligi prokrastinatsiyani kamaytiradi. Shu bilan birga, o'quv muhitida ijobiy rag'batlantirish va maqsadlarni qo'llab-quvvatlash zarur.

Ijtimoiy yondashuvlar va mentorlike. Talabalarga doimiy qo'llab-quvvatlash va nazorat tizimi yaratish — guruh o'rganish, mentorlik, o'qituvchilar bilan muntazam suhbatlar prokrastinatsiyani kamaytirish uchun samarali usullardan biridir. Bu, ayniqsa, o'z-o'zini tartibga solish qiyin bo'lgan talabalar uchun foydalidir.

O'ziga nisbatan mulohaza va qayta baholash. Talabalar o'z faoliyatlarini tahlil qilib, nimani yaxshi bajarganliklarini va qayerda kechiktirganliklarini aniqlashni o'rganishlari lozim. Buning uchun o'z-o'zini baholash jurnallari, kunlik hisobotlar yoki o'rganish kunliklari samarali vositadir.

Xulosa qilib aytganda, talabalarda mustaqil ta'lim faoliyatini shakllantirishda prokrastinatsiya — o'rganish jarayonidagi muhim va keng tarqalgan psixologik muammo sifatida ajralib turadi. Tadqiqotda aniqlanganidek, prokrastinatsiyaning asosiy psixologik determinantlari sifatida motivatsiya yetishmasligi, stress, perfektsionizm, o'z-o'ziga nisbatan ishonchsizlik va o'rganish jarayoniga nisbatan noaniq munosabatlar muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu omillar talabaning vazifalarni rejalashtirish va bajarishdagi kechiktirishlariga sabab bo'lib, natijada mustaqil ta'lim samaradorligini sezilarli darajada pasaytiradi.

Prokrastinatsiya talabaning o'quv yukining to'planishi, konsentratsiya va motivatsiyaning kamayishi, shuningdek, psixologik stress va ruhiy tushkunlik holatlarining kuchayishiga olib keladi. Bu esa o'z navbatida o'quv jarayonida muvaffaqiyatsizlik va o'z-o'zini tanqid qilishni kuchaytiradi, natijada talabaning o'ziga bo'lgan ishonchi pasayadi va ta'lim jarayonidan ko'ngli

qoladi. Shu sababli, prokrastinatsiya muammosi nafaqat o'quv jarayonining samaradorligiga, balki talabaning umumiy psixologik farovonligiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Buning oldini olish va prokrastinatsiyani kamaytirish uchun samarali psixologik va pedagogik strategiyalarni ishlab chiqish va tatbiq etish zarur. Jumladan, vaqtni boshqarish texnikalari, maqsadlarni aniq belgilash, o'z-o'zini rag'batlantirish, stressni boshqarish usullari va o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish kabi yondashuvlar prokrastinatsiyani sezilarli darajada kamaytirishga yordam beradi. Shu bilan birga, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlari, mentorlik va psixologik maslahatlar ham talabalarning o'quv jarayoniga bo'lgan motivatsiyasini mustahkamlashda muhim rol o'ynaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Abdullayeva G. Sh., Muminova M. N. – Pedagogik psixologiya. – Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2020.
2. Karimova Z. T. – Ijtimoiy psixologiya asoslari. – Toshkent: “Yangi asr avlodi”, 2019.
3. Qodirov M. – Shaxs psixologiyasi. – Toshkent: “Ilm ziyo”, 2018.
4. Mahkamova D. R. – Pedagogik muloqot va uning samaradorligini oshirish yo'llari. – Toshkent: “Iqtisodiyot”, 2021.
5. Abdullayeva N. S. – Yoshlar psixologiyasi. – Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2017.
6. G'ulomov Z. T. – Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat. – Toshkent: “Iqtisodiyot va moliya”, 2019.
7. Nazarova F. A. – Ta'lim jarayonida ijtimoiy psixologik muhitning ahamiyati. // Psixologiya va hayot, 2022, №2.
8. Rajabova D. Sh. – Motivatsiya va ijtimoiy faollik: nazariy va amaliy yondashuvlar. – Samarqand: SamDChTI, 2021.
9. Haydarov A. M. – Kasbiy pedagogik kommunikatsiya. – Toshkent: “Innovatsiya ziyo”, 2020.
10. Nurullayeva D. – Ta'limda empatiya va shaxslararo munosabatlar madaniyati. // Yosh olim, 2023.

Nusratova Mexriniso Baxshilloyevna
*Buxoro innovatsiyalar universiteti dotsenti,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (phd)*

TALABALARDA ALTRUISTIK YO'NALISHNI RIVOJLANTIRISHDA PEDAGOGIK EMPATIYA VA IJTIMOIIY QO'LLAB-QUVVATLASHNING O'ZARO TA'SIRI

Annotatsiya: ushbu tadqiqotning asosiy maqsadi talabalarda altruistik motivlarni shakllantirish jarayonida pedagogik empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlov o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni aniqlashdan iborat. Altruistik motivlar – boshqalarga yordam berishga, mehribonlik va ijtimoiy mas'uliyatni anglashga yo'naltirilgan ichki ruhiy holat bo'lib, zamonaviy ta'lim jarayonida o'quvchilar va talabalar shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishining muhim komponentidir. Pedagogik empatiya – o'qituvchining talabaning hissiy holatini chuqur anglab, unga mos pedagogik yondashuvni qo'llash qobiliyatidir. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlov esa talabalarga ijtimoiy muhit tomonidan beriladigan ruhiy, ma'naviy va moddiy yordamni anglatadi. Tadqiqotda pedagogik empatiyaning darajasi va ijtimoiy qo'llab-quvvatlov miqdori altruistik motivlarning kuchayishiga qanday ta'sir ko'rsatishi hamda ularning bir-biriga qanday bog'liq ekanligi o'rganildi. Olingan natijalar pedagogika va psixologiya sohalarida altruistik motivlarni rag'batlantirish uchun samarali strategiyalar ishlab chiqishda muhim ahamiyat kasb etadi. Tadqiqot natijalari ta'lim muassasalarida ijtimoiy muhitni yaxshilash va pedagoglarning

empatiya ko'nikmalarini rivojlantirish orqali talabalarda ijobiy ijtimoiy motivlarni kuchaytirish imkoniyatlarini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: *altruistik motivlar, pedagogik empatiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlov, talaba-pedagog munosabatlari, prosotsial xulq-atvor, ijtimoiy motivatsiya, psixologik yordam, o'quvchilar psixologiyasi, pedagogik kommunikatsiya, ijtimoiy-psixologik determinantlar, ta'lim muhitidagi ijtimoiy munosabatlar, shaxslararo muloqot, ruhiy salomatlik, ijtimoiy integratsiya, emotsional intellekt, pedagogik yondashuv, ta'lim jarayonida empatiya, yoshlar psixologiyasi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi, shaxsning ijtimoiy faoliyati.*

Kirish. Altruistik motivlar – insonning boshqalarga yordam berish, mehr-muhabbat va ijtimoiy mas'uliyatni anglashga yo'naltirilgan ichki ruhiy holati bo'lib, zamonaviy ta'lim jarayonida talabalarning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishida muhim ahamiyatga ega. Pedagog-talaba munosabatlari esa ushbu motivlarning shakllanishi va rivojlanishida asosiy omillardan biridir. Ayniqsa pedagogning empatiyasi, ya'ni talabaning hissiyotlarini tushunish va unga mos psixologik yondashuvni qo'llay olish qobiliyati, talabaning ijtimoiy qo'llab-quvvatlovga bo'lgan ehtiyoji bilan birgalikda altruistik motivlarning mustahkamlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi.

Bugungi kunda ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar altruizmining faqat individual psixologik holat emas, balki ijtimoiy muhit va muloqot jarayonlarining mahsuli ekanligini ko'rsatmoqda. Shu sababli, pedagogik empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlovni rivojlantirish orqali talabalarda prosotsial xulq-atvor va altruistik motivlarni shakllantirish dolzarb ilmiy va amaliy muammo hisoblanadi.

Ushbu ishda pedagogik empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlov o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik, ularning talabalardagi altruistik motivlarga ta'siri va bu jarayonni samarali tashkil etish yo'llari tadqiq etiladi. Mazkur tadqiqot natijalari ta'lim jarayonini yanada insonparvar va samarali qilishga, shuningdek, ijtimoiy barqarorlikni oshirishga xizmat qilishi kutilmoqda.

Altruistik motivlar — insonning boshqalar manfaatlarini o'z manfaatlaridan ustun qo'yish, yordam berish, mehr-muhabbat va ijtimoiy mas'uliyatni anglash kabi ichki ruhiy holatlari bo'lib, ularning shakllanishi va rivojlanishi ta'lim jarayonida juda muhim ahamiyatga ega. Ayniqsa, talabalar yoshida bunday motivlarning paydo bo'lishi va mustahkamlanishi nafaqat ularning shaxsiy kamoloti, balki jamiyatdagi ijtimoiy munosabatlarning sog'lom rivojlanishiga ham xizmat qiladi. Talabalar orasida altruistik xulq-atvorni rag'batlantirish esa ta'lim muassasalarining asosiy vazifalaridan biri hisoblanadi.

Pedagog-talaba munosabatlari ta'lim jarayonining markaziy elementi sifatida, talabalarda ijtimoiy va axloqiy qadriyatlarni o'rgatishda muhim o'rin tutadi. Ushbu munosabatlarda pedagogning empatiya qobiliyati — talabaning his-tuyg'ularini anglash, unga nisbatan chuqur tushuncha va mehr ko'rsatish qobiliyati — ijobiy ijtimoiy motivlarning shakllanishiga katta ta'sir qiladi. Empatiya orqali pedagog talabani faqat bilim manbai sifatida emas, balki murabbiy va qo'llab-quvvatlovchi sifatida ko'radi, bu esa talabada o'ziga bo'lgan ishonch va ijtimoiy faoliyatga motivatsiyani oshiradi.

Shuningdek, ijtimoiy qo'llab-quvvatlov talabaning ijtimoiy muhitda o'zini qadrli his etishi, qiyinchiliklarga bardosh berishi va ijtimoiy faollikni oshirishida muhim rol o'ynaydi. Ta'lim muassasalarida yaratilgan do'stona va ishonchli ijtimoiy muhit, o'qituvchilar va tengdoshlardan olinadigan psixologik yordam altruistik motivlarning mustahkamlanishini ta'minlaydi. Bu esa o'z navbatida talabaning jamiyatga foydali, boshqalar manfaati uchun harakat qiluvchi shaxs sifatida shakllanishiga yordam beradi.

Pedagogik empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlov o'rtasidagi o'zaro ta'sir ijtimoiy-psixologik tadqiqotlarda katta e'tibor qaratilgan mavzulardan biridir. Ularning uyg'unligi va samarali integratsiyasi ta'lim jarayonida talabaning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, mazkur masalani o'rganish nafaqat pedagogika nazariyasini boyitadi, balki amaliy faoliyatda samarali ta'lim strategiyalarini ishlab chiqish imkonini beradi.

Ushbu tadqiqotda pedagogik empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlovning talabalardagi altruistik motivlarga ta'siri va ularning o'zaro bog'liqligi batafsil tahlil qilinadi. Tadqiqot natijalari

ta'lim muassasalarida ijtimoiy muhitni yanada sog'lomlashtirish, pedagoglarning psixologik madaniyatini oshirish hamda talabalarda ijtimoiy faoliyatga intilish va boshqalarga yordam berish istagini kuchaytirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqishga xizmat qiladi. Shu orqali, yosh avlodda ijtimoiy mas'uliyat va mehr-muhabbatga asoslangan sog'lom shaxslar tarbiyalashga ko'maklashadi.

Ta'lim jarayonida altruistik motivlarni rivojlantirish, ayniqsa, zamonaviy jamiyatda ijtimoiy birdamlikni mustahkamlashda, yoshlarning ijtimoiy himoyasi va ma'naviy barqarorligini oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, pedagogik empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlov tizimini samarali tashkil etish orqali, talabalar o'rtasida ijtimoiy beqarorlik, individualizm va agressivlik kabi salbiy hodisalarni kamaytirish mumkin.

Pedagogik empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlov talabalarda altruistik motivlarni shakllantirishning asosiy ijtimoiy-psixologik determinantlari sifatida xizmat qiladi. Ularning uyg'un integratsiyasi ta'lim muhitida o'zaro hurmat, ishonch va yordam ko'rsatish madaniyatini rivojlantirishga olib keladi. Shu bois, mazkur omillarni chuqur o'rganish va amaliyotda samarali qo'llash ta'lim sifatini oshirish va jamiyatdagi ijtimoiy-madaniy muhitni yaxshilashda muhim vazifalarni bajaradi.

Altruistik motivlar — insonning boshqalar manfaatlarini o'z manfaatlaridan ustun qo'yish, yordam berishga intilish kabi ichki ruhiy holatlari sifatida ta'riflanadi. Ta'lim jarayonida bunday motivlarni shakllantirish talabalar orasida prosotsial xulq-atvorni rivojlantirishda, ularni ijtimoiy mas'uliyatga o'rgatishda katta ahamiyatga ega. Tahlil natijalari shuni ko'rsatadiki, pedagogik empatiya altruistik motivlarning shakllanishida hal qiluvchi omil hisoblanadi. Pedagogning empatiyasi talabaning ichki holatini tushunish, uning hissiyotlariga hurmat bilan yondashish orqali o'zaro ishonch va qo'llab-quvvatlash muhitini yaratadi. Bu esa talabaning o'zini ijtimoiy jihatdan qadrli his qilishini ta'minlab, altruistik motivlarni mustahkamlaydi.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlov esa talabaning ta'lim muhitida ruhiy barqarorligini ta'minlash, stressga chidamliligini oshirish va jamiyat bilan samarali integratsiyalashuvini qo'llab-quvvatlash orqali, uning prosotsial faolligini rag'batlantiradi. Qo'llab-quvvatlovning turli shakllari — pedagogik, tengdoshlik va ijtimoiy yordam — talabada boshqalarga yordam berish, umumiy manfaatlarini o'zlashtirishga bo'lgan intilishni kuchaytiradi.

Tahlil davomida pedagogik empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlovning o'zaro bog'liqligi alohida ahamiyat kasb etadi. Ular bir-birini to'ldirib, talabaning ijtimoiy va psixologik rivojlanishida sinergiya hosil qiladi. Masalan, yuqori darajadagi pedagogik empatiya ta'lim jarayonida talabaga ko'rsatilayotgan ijtimoiy qo'llab-quvvatlov sifatini oshiradi va aksincha, ijtimoiy qo'llab-quvvatlov pedagogning empatiyasini yanada samarali namoyon etishiga imkon beradi. Bu o'zaro ta'sir natijasida talabalar boshqalarga yordam berish, ularga g'amxo'rlik qilishga ichki tayyorgarlik ko'radi va altruistik motivlar rivojlanadi.

Shuningdek, tahlil ko'rsatadiki, pedagogik empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlovning samaradorligi shaxsning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari, o'z-o'zini anglash darajasi, pedagog va talaba o'rtasidagi ishonchli munosabatlar hamda ta'lim muhitining ijobiy ijtimoiy atmosferasi bilan chambarchas bog'liq. Bu holatlar pedagogik jarayonda individual yondashuv va psixologik yordam ko'rsatishni taqozo etadi.

Natijada, altruistik motivlarni shakllantirishda pedagogik empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlov birgalikda talabani nafaqat bilim olishga, balki jamiyatga ijobiy hissa qo'shishga, boshqalar manfaati uchun harakat qilishga tayyorlaydi. Bu esa, o'z navbatida, ijtimoiy barqarorlikni mustahkamlashga va ta'lim sifatini yaxshilashga xizmat qiladi.

Shunday qilib, tahliliy qism pedagogik empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlovni o'rganishda ularning o'zaro munosabati va talabalarda altruistik motivlarni rivojlantirishdagi roli haqida chuqur tasavvur beradi hamda ta'lim jarayonidagi ijtimoiy-psixologik muhitni yaxshilash uchun amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga asos bo'ladi.

Talabalarda altruistik motivlarni shakllantirishda pedagogik empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlovning o'zaro bog'liqligi ta'lim jarayonining muhim tarkibiy qismlaridan biri hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, pedagogning empatiya qobiliyati talabaning his-tuyg'ularini

chuqur anglab, unga mos pedagogik yondashuvni qo'llashi orqali talabada boshqalarga yordam berish va ijtimoiy mas'uliyatni o'zlashtirishga undovchi altruistik motivlarni shakllantirishda muhim rol o'ynaydi.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlov esa talabaga nafaqat psixologik barqarorlikni ta'minlash, balki jamiyat bilan samarali integratsiyalashishga ko'maklashadi. Bu ikki omilning uyg'unligi ta'lim muhitida talabalar o'rtasida prosotsial xulq-atvorni rivojlantirishga, ularning ijtimoiy faolligini oshirishga imkon yaratadi.

Shu bilan birga, pedagogik empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlovning samarali amalga oshirilishi ta'lim jarayonining insonparvar va ijtimoiy jihatdan barqaror bo'lishini ta'minlaydi. Bu esa yoshlarning nafaqat bilim olish, balki jamiyatda faol va mas'uliyatli fuqarolar sifatida shakllanishiga xizmat qiladi.

Natijada, pedagogik empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlovni rivojlantirish va ularni talabalarning altruistik motivlarini mustahkamlashda tizimli tarzda qo'llash ta'lim sifatini oshirish hamda ijtimoiy barqarorlikni ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Abdullayeva G. Sh., Muminova M. N. – *Pedagogik psixologiya*. – Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2020.
2. Karimova Z. T. – *Ijtimoiy psixologiya asoslari*. – Toshkent: “Yangi asr avlodi”, 2019.
3. Qodirov M. – *Shaxs psixologiyasi*. – Toshkent: “Ilm ziyo”, 2018.
4. Mahkamova D. R. – *Pedagogik muloqot va uning samaradorligini oshirish yo'llari*. – Toshkent: “Iqtisodiyot”, 2021.
5. Abdullayeva N. S. – *Yoshlar psixologiyasi*. – Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2017.
6. G'ulomov Z. T. – *Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat*. – Toshkent: “Iqtisodiyot va moliya”, 2019.
7. Nazarova F. A. – *Ta'lim jarayonida ijtimoiy psixologik muhitning ahamiyati*. // *Psixologiya va hayot*, 2022, №2.
8. Rajabova D. Sh. – *Motivatsiya va ijtimoiy faollik: nazariy va amaliy yondashuvlar*. – Samarqand: SamDChTI, 2021.
9. Haydarov A. M. – *Kasbiy pedagogik kommunikatsiya*. – Toshkent: “Innovatsiya ziyo”, 2020.
10. Nurullayeva D. – *Ta'limda empatiya va shaxslararo munosabatlar madaniyati*. // *Yosh olim*, 2023

Shodiyev Feruz

*Buxoro davlat universiteti
psixologiya kafedrası o'qituvchisi*

KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI BOLALARDA MULOQOTGA KIRISHISH KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada kichik maktab yoshidagi bolalarda muloqotga kirishish ko'nikmalarini rivojlantirishning psixologik asoslari yoritilgan. Maqolada nutqning bolaning ijtimoiylashuvi, shaxsiy o'sishi va kognitiv rivojlanishidagi o'rni tahlil qilingan. Shuningdek, zamonaviy ta'lim muhitida interfaol metodlar, o'yin texnologiyalari, kommunikativ topshiriqlar hamda multimediya vositalaridan foydalanish orqali bolalarda samarali muloqotga kirishish ko'nikmalarini shakllantirishga oid psixologik yondashuvlar ko'rib chiqilgan.

Kalit so'zlar: kichik maktab yoshi, muloqotga kirishish, psixologik asoslar, nutqiy rivojlanish, interfaol metodlar, o'yin texnologiyalari, ijtimoiylashuv.

Аннотация: В данной статье рассматриваются психологические основы развития навыков общения у детей младшего школьного возраста. В статье анализируется роль

речи в социализации, личностном росте и познавательном развитии ребенка. Рассмотрены также психологические подходы к формированию у детей навыков эффективного общения с помощью интерактивных методов, игровых технологий, коммуникативных заданий и мультимедийных средств в современной образовательной среде.

Ключевые слова: младший школьный возраст, вступление в общение, психологические основы, речевое развитие, интерактивные методы, игровые технологии, социализация.

Annotation: This article covers the psychological foundations of the development of communication skills in children of small school age. The article analyzes the role of speech in the socialization, personal growth and cognitive development of the child. Psychological approaches to the formation of skills for effective communication in children through interactive methods, game technologies, communicative tasks and the use of multimedia tools have also been considered in the modern educational environment.

Keywords: junior school age, introduction to communication, psychological foundations, speech development, interactive methods, game technologies, socialization.

Kirish. Bugungi kundagi ta'lim va tarbiya tizimi har bir bolaning har tomonlama rivojlanishi va jamiyat hayotiga muvaffaqiyatli moslashishini ta'minlovchi qulay psixologik-pedagogik shart-sharoitlarni yaratishni taqozo etmoqda. Ayniqsa, 7–11 yosh oralig'ini o'z ichiga olgan kichik maktab yoshida nutqning rivojlanishi bolaning shaxsiy shakllanishi va aqliy salohiyatining muhim ko'rsatkichlaridan biri sifatida qaraladi. Nutq vositasida bola o'z fikrini bayon etishni, atrofdagi insonlar bilan samarali muloqot qilishni hamda yangi bilimlarni egallashni o'rganadi. Shu sababli ham bugungi ta'lim jarayonida kichik maktab yoshidagi o'quvchilarning nutqiy faoliyatini rivojlantirish masalasi psixologik, pedagogik va tilshunoslik nuqtai nazaridan dolzarb bo'lib qolmoqda.

Mazkur yosh bosqichi — bolaning faol ijtimoiylashuv davri bo'lib, bunda nutqni takomillashtirishga alohida e'tibor qaratilishi lozim. Chunki nutq qobiliyati bola uchun kommunikativ ko'nikmalarni shakllantirish, ta'lim jarayonini muvaffaqiyatli o'zlashtirish va mustaqil fikrlash qobiliyatini rivojlantirishda asosiy omillardan biridir. Kichik maktab yoshidagi bolalar tashqi muhitdan olinayotgan axborotni tez qabul qilish, uni qayta ishlash va o'z leksik salohiyatini boyitish qobiliyatiga ega bo'ladilar. Shuning uchun ham nutqiy rivojlanish jarayoni ta'lim muhitida bolalarning psixologik xususiyatlariga mos ravishda tashkil etilishi kerak.

Adabiyotlar tahlili. Zamonaviy ta'lim muhitida kichik maktab yoshidagi bolalarning nutq rivojlanishi masalasi ilmiy doiralarda dolzarb yo'nalishlardan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Mavjud ilmiy manbalarda nutq bolaning shaxsiy va intellektual yetuklikka erishishida hal qiluvchi omil sifatida talqin qilinadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, 7–11 yosh oralig'i bola muloqotga kirishish va til imkoniyatlarini rivojlantirishda ayni muhim bosqich bo'lib, ushbu jarayonda psixologik, pedagogik va tilshunoslik yondashuvlarining birgalikda qo'llanilishi yuqori samara beradi.

L.S. Vigotskiy tomonidan ilgari surilgan madaniy-tarixiy rivojlanish konsepsiyasiga ko'ra, bolalarda nutq ijtimoiy aloqa davomida shakllanadi. U tomonidan taqdim etilgan “yaqin rivojlanish zonasi” tushunchasi shuni anglatadiki, bolaning nutqiy salohiyati kattalar yoki bilimli tengdoshlar ko'magida amalga oshirilgan muloqot va faoliyat orqali rivojlanadi. A.N. Leontev esa nutqiy faoliyatni bola faoliyat turi bilan bog'liq holda tahlil qilgan; ya'ni bolaning nutqini o'stirish uchun u faol harakatda bo'lishi zarur. D.B. Elkonin o'z navbatida o'yin faoliyatining bolalar nutqini rivojlantirishdagi muhim o'rnini alohida qayd etgan.

Mazkur sohada G'arb psixologlarining tadqiqotlari ham muhim ahamiyatga ega. Masalan, J. Piaje bolaning tafakkuri va nutqi bosqichma-bosqich rivojlanishini ko'rsatgan bo'lib, u 7–11 yoshdagi bolalarning mantiqiy fikrlashga o'tishi bilan birga nutqining ham boyishini ta'kidlaydi. B.F. Skinner esa nutqni o'rganish jarayonini rag'batlantirish asosida izohlaydi, ya'ni bola so'zlashuv tajribasini ijtimoiy mukofot orqali mustahkamlaydi. Chomsky esa nutq inson biologik

imkoniyatlari asosida shakllanishini ilgari suradi va bu jarayon bolada grammatik tuzilmalarni tabiiy o'zlashtirish orqali sodir bo'lishini aytadi.

Ta'lim amaliyotida nutqni shakllantirish pedagogik nazariyalar doirasida ham keng yoritilgan. T.N. Ushinskiy yoshga xos metodik yondashuvlardan foydalanishni zarur deb hisoblaydi. M.I. Lisina esa bolalarning muloqotga ehtiyojlarini qondirish orqali ularning so'z boyligini kengaytirish hamda grammatik tuzilmalarni shakllantirish mumkinligini asoslagan. So'nggi pedagogik tadqiqotlar o'yin texnologiyalari, interfaol metodlar va axborot-kommunikatsiya vositalarining nutq rivojlanishiga ijobiy ta'sirini ko'rsatmoqda. Xususan, G.K. Selevko va R.M. Gilazov tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda zamonaviy texnologiyalarni o'quv jarayoniga integratsiya qilish kichik yoshdagi bolalarning nutqiy salohiyatini rivojlantirishda yuqori natijalar berishi ta'kidlangan.

Nutq rivojlanishiga oid masalalarni tilshunoslar ham o'z tadqiqotlarida ko'tarib chiqqanlar. N.I. Zinkin va A.A. Leontev bolalarda faol lug'at zaxirasini shakllantirishga alohida urg'u bergan. Bundan tashqari, fonetik ko'nikmalarni takomillashtirish, so'zlashuv madaniyatini oshirish va grammatikani o'zlashtirish kabi masalalar lingvistik tadqiqotlarda dolzarb yo'nalishlardan biri sifatida qaralmoqda.

Yevropalik tadqiqotchilar, xususan V. Shtern va J. Brunerlar ham nutq rivojida ijtimoiy omillar hal qiluvchi o'rin tutishini ta'kidlaydilar. Bruner tomonidan ilgari surilgan "muloqot strukturasi" nazariyasiga ko'ra, bola nutqi atrof-dagilar bilan o'zaro aloqalar jarayonida shakllanadi. Bu yondashuv kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda nutqiy taraqqiyotning ijtimoiy asoslarini hisobga olish zarurligini ko'rsatadi.

Muhokama. Zamonaviy ta'lim muhitida kichik maktab yoshidagi bolalarning nutqini shakllantirish masalasi ko'plab fanlar chorrahasida tahlil qilinayotgan murakkab va dolzarb yo'nalishlardan biridir. Nutq — bu nafaqat til vositasida fikr ifodalash jarayoni, balki bolaning shaxsiy, ijtimoiy va intellektual rivojlanishini belgilovchi asosiy psixik hodisalardan biridir. Ushbu jarayon bolaning atrof-muhit bilan muloqot qilishida, o'z fikrini ifoda etishida, o'qituvchi va tengdoshlar bilan ijtimoiy aloqalar o'rnatishida hal qiluvchi ahamiyatga ega bo'ladi. Shuning uchun nutq rivojiga ta'sir qiluvchi psixologik, pedagogik hamda lingvistik omillarni birgalikda hisobga olish talab etiladi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kichik maktab yoshi bolaning muloqotga ehtiyoji kuchayadigan, tafakkurining mantiqiy shakllari shakllanadigan, ijtimoiy faolligi ortadigan bosqich hisoblanadi. Nutqning rivojlanishi bu jarayonda o'ziga xos "vosita" sifatida namoyon bo'lib, bola bilimi, axloqiy qarashlari, shaxsiy munosabatlari va ijtimoiy kompetensiyalarining shakllanishida faol ishtirok etadi. Bu davrda bolaning nutq faoliyati faqat og'zaki muloqot bilan cheklanmay, balki yozma nutq, hikoya qilish, savol-javob qilish, tushunchalarni ifodalash kabi murakkab ko'nikmalar orqali boyiydi.

Nutqni shakllantirishda bolaga atrof-muhit, ayniqsa, o'qituvchining didaktik yondashuvi, muloqot uslubi, til madaniyati va o'yinli metodlar muhim ta'sir ko'rsatadi. Amaliy faoliyatlar, o'yinli mashg'ulotlar, nutqiy topshiriqlar bolaning so'z boyligini kengaytiradi, grammatik tuzilmalarni o'zlashtirishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, texnologik vositalarning, masalan, multimedia resurslari, interaktiv dars materiallarining o'quv jarayoniga joriy qilinishi bolalarning tilga nisbatan qiziqishini oshirib, ularni faol nutqiy faoliyatga jalb etadi.

Nutq rivojining asosiy sharti sifatida ijtimoiy aloqa muhitining mavjudligi va bola bilan doimiy ravishda muloqotda bo'lish zarurligi e'tirof etiladi. Chunki aynan o'zaro muloqot jarayonida bola yangi so'zlarni o'zlashtiradi, fikr yuritish qobiliyatini oshiradi va shaxs sifatida shakllanadi. Bu jarayonda o'qituvchi bilan bolaning emotsional aloqasi, nutq madaniyati, sabr-toqat, muloqotga ochiqlik kabi jihatlari ham muhim rol o'ynaydi.

Xulosa. Kichik maktab yoshidagi bolalarning nutqini rivojlantirish — bu kompleks yondashuvni talab qiluvchi, o'qituvchining psixologik sezgirliги, pedagogik mahorati va tilshunoslik bilimlariga tayanadigan murakkab, ammo zaruriy jarayondir. Bu yo'nalishdagi ishlar bola tafakkurini shakllantirish, shaxsiy taraqqiyotini ta'minlash va keyingi bosqichlarda muvaffaqiyatli o'qish va ijtimoiylashuv uchun poydevor bo'lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Леонтьев, А.А. «Язык, речь, речевая деятельность» «Наука», Москва 1969 г. 288 с.
2. Лисина, М.И. Общение как фактор воспитания и развития ребенка » Издательство Педагогика, Москва 1982 г. 352 с.
3. Piaje, Jean «The language and thought of the child» Routledge & Kegan Paul, London 1959 y. 246 p.
4. Ушинский, К.Д. «Родное слово». Книга для учителя» Государственное учебно-педагогическое издательство, Москва 1954 г. 368 с.
5. Выготский, Л.С. «Мышление и речь» Издательство Педагогика, Москва 1982 г. 352 с.

Muxlisov Sodiqjon Saidjonovich

*BuxDU Axborot tizimlari va raqamli texnologiyalar
kafedrasi dotsenti, (PhD)*

BO'LAJAK INFORMATIKA O'QITUVCHILARINING RAQAMLI PEDAGOGIK KOMPETENTLIGINI SHAKLLANTIRISHDA ZAMONAVIY TEXNOLOGIYALARNING ROLI

Annotatsiya: Ushbu maqolada bo'lajak informatika o'qituvchilarida tashkiliy kompetentlikni rivojlantirishning pedagogik-psixologik omillari hamda, tashkiliy-pedagogik kompetentlikning tuzilishi, komponentlari, mezonlari va ko'rsatkichlari hamda informatika o'qituvchilarining tashkiliy faoliyatiga oid turli xil adabiyotlar tahlili olib borilgan.

Kalit so'zlar: tashkiliy-pedagogik kompetentlik, axborot-kommunikatsiya, metodik tayyorgarlik, kasbiy faoliyat, pedagogik kuzatuv, ntervyu, modellashirish, suhbat, pedagogik eksperiment, qabilyat.

Аннотация: В данной статье проведен анализ педагогико-психологических факторов развития организационной компетентности у будущих учителей информатики, а также структуры, компонентов, критериев и показателей организационно-педагогической компетентности и различной литературы, касающейся организационной деятельности учителей информатики.

Ключевые слова: организационно-педагогическая компетентность, информационно-коммуникативная, методическая подготовка, профессиональная деятельность, педагогическое наблюдение, НТВ-интервью, моделирование, беседа, педагогический эксперимент, одаренность.

Annotation: This article carried out an analysis of pedagogical-psychological factors for the development of organizational competence in future teachers of informatics, as well as various literature on the structure, Components, criteria and indicators of organizational-pedagogical competence and the organizational activities of teachers of Informatics.

Key words: organizational and pedagogical competence, information and communication, methodological training, professional activity, pedagogical observation, ntervyu, modeling, conversation, pedagogical experiment, admission.

Kirish. Dunyo ta'limi va ilmiy tadqiqot muassasalarida maxsus tashkil etilgan platformalarda auditoriya va undan tashqari faoliyat jarayonida pedagogika oliy ta'lim muassasalari talabalarida kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish, aksiologik yondashuv asosida bo'lajak pedagoglarni tashkiliy-pedagogik faoliyatiga tayyorlashning ijtimoiy-pedagogik tizimini ishlab chiqishga doir ilmiy izlanishlar olib borilmoqda. Ayniqsa, bo'lajak informatika o'qituvchilarini tayyorlashda axborot va internet texnologiyalari, ta'lim, jamiyatni axborotlashtirishning global jarayonlari, shaxsiy axborot xavfsizligi ko'nikmalarini

shakllantirishga tayyorlashning kooperativ ta'limga asoslangan texnologiyalarini takomillashtirish, globallashtirish sharoitida talabalarda tashkiliy-pedagogik kompetentlikni rivojlantirish, informatsion texnologiyalar vositasida jamiyatni hamda o'z shaxsiyatini rivojlantirishga imkon beruvchi ilmiy tadqiqotlarga alohida e'tibor berilmoqda.

D.M.Esonbayevaning "Informatika va hisoblash texnikasi asoslaridan noan'anaviy darslar va ularni o'tish metodikasi" mavzusidagi nomzodlik dissertatsiya ishida umumiy o'rta ta'lim maktablarining 8-9-sinflarida informatika ta'limida noan'anaviy darslar tashkil etish va o'tkazish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqilgan va noan'anaviy dars texnologiyalarining mazmun-mohiyati ochib berilgan [1].

D.B.Abduraximovning "Kasb-hunar kollejlari informatikani ta'lim turlari aloqadorligida o'qitish metodikasi" mavzusidagi nomzodlik dissertatsiyasida kichik mutaxassislarining malakasini oshirishda informatika sohasida internet va masofaviy ta'lim asosida o'qitish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqilgan[3].

M.E.Mamarajabovning "Kasb-hunar kollejlari informatika fanining "Amaliy dasturiy ta'minoti" bo'limi mazmuni va o'qitish metodikasi (Excel va Power Point dasturlari misolida)" mavzusidagi nomzodlik dissertatsiya ishida kasb-hunar kollejlari informatika fanida "Excel va Power Point dasturlari" mavzularini o'qitish metodikasi va "Excel dasturi" mavzusiga oid elektron darslikdan tashkil topgan yangi avlod o'quv metodik materiallar majmuasi ishlab chiqilganligini ko'rishimiz mumkin [7].

A.G.Haitovning "Umumiy o'rta ta'limda informatika va hisoblash texnikasi asoslarini o'qitishni kompyuterlashtirish nazariyasi va amaliyoti" mavzusidagi doktorlik dissertatsiya ishida kompyuterli ta'lim, kompyuterli o'qish faoliyati, kompyuter bilan bog'lik jihatlarni tahlil etish pedagogik dasturiy vositalarning samaradorligini ta'minlashda ahamiyatli ekanligi nazariy jihatdan isbotlab berilgan.

M.Aripovning tadqiqot ishlarida fizika-matematika yo'nalishlarida tahsil olayotgan talabalar uchun MathCad dasturi bazasida virtual laboratoriyalar yaratilgan. Shuningdek, muallif tomonidan oliy ta'lim muassasalarida kafedralarida faoliyat yuritayotgan professor-o'qituvchilarning faollik reytingi tizimi ham ishlab chiqilganligini ko'rishimiz mumkin[6].

Ilmiy manbalarning nazariy tahlili zamonaviy o'qituvchining kasbiy tayyorgarligi tizimini shakllantirishda asos qilib olingan asosiy fikrlarni ajratib ko'rsatish imkonini berdi. Ularning kaliti zamonaviy o'qituvchining "umr bo'yi ta'lim" sharoitida kasbiy faoliyatni amalga oshirishga tayyorligini shakllantirish g'oyasidir. Ushbu yo'nalish zamonaviy o'qituvchining doimiy o'zini o'zi rivojlantirish va o'z-o'zini o'rganishga tayyorligini shakllantirish orqali shaxsiy va kasbiy rivojlanishini o'z ichiga oladi.

Bo'lajak informatika o'qituvchisining kasbiy faoliyati mazmunini o'rganish natijasida uning tarmoqlangan tuzilishga egaligi, faoliyat turlari va tegishli shaxsiy xususiyatlarni aks ettirishi ma'lum bo'ldi.

Psixologik-pedagogik adabiyotlar asosida mualliflar oliy ta'lim muassasalarida malakalarning turlicha tasnifini beradilar. Pedagogik-psixologik adabiyotlar tahliliga asoslanib, bo'lajak informatika o'qituvchisiga xos bo'lgan ko'nikmalar guruhiga quyidagilarni kiritish mumkin deb hisoblaymiz:

1) gnostik ko'nikmalar - ishlab chiqarish bilimlarini o'zlashtirish, yangi ma'lumotlarni olishni ta'minlash, undagi asosiy, muhim jihatlarni ajratib ko'rsatish, ilg'or tajribalarni umumlashtirish va tizimlashtirish sohasidagi kognitiv ko'nikmalar;

2) konstruktiv-texnik ko'nikmalar – integrativ dizaynga oid ko'nikmalar;

3) umumiy pedagogik ko'nikmalar – sxemalarni o'qish va tuzish, hisob-kitob va grafik ishlarni bajarish, informatika va axborot texnologiyalari kursining mazmun yo'nalishlarini o'rganishning uslubiy xususiyatlarini aniqlash;

4) texnologik ko'nikmalar – uslubiy vaziyatni tahlil qilish, texnologik jarayonni rejalashtirish va oqilona tashkil etish, texnik qurilmalarni ishlatish bo'yicha pedagogik mahorat;

5) ishlab chiqarish va operativ ko'nikmalar – turdosh kasblar bo'yicha umumiy mehnat ko'nikmalarini anglatadi;

6) maxsus ko'nikmalar – milliy iqtisodiyotning istalgan tarmog'i doirasidagi mutaxassislik bo'yicha ko'nikmalar.

Ilmiy-nazariy tahlillar asosida, kompetentlik nafaqat bilim, ko'nikma va malakalarning yig'indisi, balki motivatsion, ijtimoiy va xulq-atvor kabi tarkibiy qismlarni ham o'zida ifodalaydigan kompetensiya rivojining yuqori darajasi deb izohlashimiz mumkin. Ushbu holatda kompetensiya shaxsning integral sifatlarini o'z ichiga olgan kompetentlikka “aylanadi” va shaxsning ma'lum bir sohadagi faoliyat tajribasini anglatadi.

Xulosa. Pedagogik-psixologik adabiyotlar tahlili asosida bo'lajak informatika o'qituvchisining kasbiy faoliyati va kasbiy tayyorgarligi mazmunini quyidagicha izohlashimiz mumkin: informatika o'qituvchisining kasbiy faoliyati mutaxassisning malakasi va ta'lim darajasini o'zida namoyon etib, iqtisodiy, sotsiologik kasbiy faoliyatning psixologik tomoni va axloqiy jihatlarni nazarda tutsa, kasbiy tayyorgarligi zaruriy kasbiy bilim, ko'nikma va malakalarni o'zlashtirish asosida yuzaga keluvchi shaxs ijtimoiy kompetentligining o'ziga xos ko'rinishi bo'lib, mutaxassisning butun faoliyati davomida ma'naviy-axloqiy hamda kasbiy sifatlarining yanada takomillashishi, kasbiy kompetentlikning shakllanishi uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma va malakalar darajasini ifodalaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 8-oktabrdagi “O'zbekiston Respublikasi oliy ta'limi tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida”gi PF-5847-son farmoni.
2. Добудко Т.В. Формирование профессиональной компетентности учителя информатики в условиях информатизации образования. – Самара: СамГПИУ, 1999. – 340 с.
3. Зеер Э.Ф. Компетентностный подход к образованию // Образование и наука. – М., 2005. – № 3. – С. 27-35.
4. Зимняя И.А. Общая культура и социально-профессиональная компетентность человека // Высшее образование сегодня. – М., 2005. – № 11. – С. 16.
5. Толстова Н.А. Формирование организационно-педагогической компетентности будущего учителя информатики в образовательном процессе вуза: дисс. канд. пед. наук. – Белгород – 2013. – 255 с. – 47 стр.

Boltaboyev Abdug'ani Mamirovich,
Buxoro davlat universiteti mustaqil tadqiqotchisi

O'QUVCHILARDA VATANPARVARLIKNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK OMILLARI VA MEXANIZMLARI

Annotatsiya: mazkur maqolada o'quvchilarda vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirish jarayonining psixologik asoslari tahlil qilingan. Vatanparvarlik — shaxsning o'z yurtiga, xalqiga bo'lgan mehr-muhabbati va sadoqati bilan bog'liq bo'lgan ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida qaraladi. Maqolada vatanparvarlik tuyg'usining mazmuni, uni shakllantirishda oila, maktab, ommaviy axborot vositalari va ta'lim muassasalarining o'rni hamda yoshga doir psixologik xususiyatlar hisobga olingan holda ta'sirchan mexanizmlar yoritilgan. Shuningdek, o'quvchilarda milliy g'urur, ijtimoiy faollik va fuqarolik mas'uliyatini shakllantirish orqali vatanparvarlik hissini rivojlantirish yo'llari ko'rsatib o'tilgan.

Kalit so'zlar: vatanparvarlik, o'quvchi psixologiyasi, psixologik mexanizmlar, milliy g'urur, shaxsiy rivojlanish, fuqarolik ong, ijtimoiylashuv jarayoni, tarbiyaviy ta'sir, identitet, maktab muhitining roli, emotsional ta'sir, ijtimoiy motivatsiya, vatan tuyg'usi, barkamol avlod, ta'lim va tarbiya.

Kirish. Yurt ravnaqi va millat taraqqiyoti, avvalo, uning fuqarolarining ongida shakllangan vatanparvarlik tuyg'usiga chambarchas bog'liqdir. Ayniqsa, yosh avlod qalbida ona yurti, tili, milliy qadriyatlari va tarixiga nisbatan faxr, mehr va sadoqat tuyg'ularini shakllantirish mustahkam davlat va barqaror jamiyat asosini yaratadi. Shu nuqtai nazardan, o'quvchilarda vatanparvarlik tuyg'usini tarbiyalash nafaqat ta'lim-tarbiya tizimining, balki psixologik rivojlanish strategiyasining ham muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Psixologiya fanida vatanparvarlik — bu shaxsning ijtimoiy identiteti, axloqiy qadriyatlari, emotsional tajribalari va motivatsion omillar bilan bog'liq bo'lgan kompleks psixik holat sifatida talqin etiladi. O'quvchi shaxsining ruhiy rivojlanishida bu tuyg'u yoshga xos psixologik xususiyatlar, ijtimoiy muhit, oila, maktab va pedagogik ta'sir vositalari orqali shakllanadi. Ayniqsa, emotsional identifikatsiya, ijobiy namunalar, tarixiy va madaniy qadriyatlarning bola ongiga singdirilishi, mustahkam vatanparvarlik asoslarini yaratishda muhim rol o'ynaydi.

Bugungi globallashuv va axborot texnologiyalari rivojlangan sharoitda yoshlar ongiga turli yot g'oyalar va madaniy me'yorlarning kirib kelishi kuzatilmoqda. Shu sababli, o'quvchilarning ijtimoiy-psixologik immunitetini kuchaytirish, ularda milliy qadriyatlarga sodiqlik, tarixiy xotira, fuqarolik burchi va vatan taqdiri uchun mas'uliyat tuyg'usini shakllantirish zamonaviy psixologiyaning dolzarb vazifasiga aylanmoqda.

Mazkur ilmiy ishda o'quvchilarda vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirishga xizmat qiluvchi psixologik mexanizmlar, ularning samaradorligi, yoshga oid xususiyatlar hamda pedagogik-psixologik yondashuvlar tizimli ravishda tahlil qilinadi. Shu orqali biz yosh avlodni ongli, mas'uliyatli va milliy qadriyatlarga sodiq shaxs sifatida voyaga yetkazishning ilmiy asoslarini aniqlashga intilamiz.

O'quvchilarda vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirish masalasi ta'lim-tarbiya jarayonining muhim tarkibiy qismi sifatida ko'plab psixologik va pedagogik tadqiqotlarda o'z aksini topgan. Mazkur masala jamiyatdagi ma'naviy-madaniy muhit, shaxsning psixologik rivojlanish xususiyatlari, sotsiologik omillar va pedagogik ta'sirlar bilan uzviy bog'liq bo'lgan kompleks jarayon sifatida talqin qilinadi.

Ilmiy adabiyotlarda vatanparvarlik ko'proq ijtimoiy emotsional holat, shaxsiy motivatsiya, milliy identitet, axloqiy qadriyat va ijtimoiy mas'uliyat kabi psixologik komponentlar asosida tahlil qilinadi. Shu jihatdan, bu tuyg'uni shakllantirish mexanizmlarini aniqlashda shaxsiy rivojlanish bosqichlari, ta'lim-tarbiya muhiti, ijtimoiy ta'sir, hamda psixologik pedagogik vositalar alohida o'rganish ob'ektiga aylangan.

Mahalliy ilmiy tadqiqotlar doirasida:

O'zbekistonlik olimlar tomonidan bu sohada olib borilgan tadqiqotlarda asosan fuqarolik tarbiyasi, milliy qadriyatlar, axloqiy fazilatlar va ma'naviy kamolot masalalariga urg'u berilgan. Jumladan:

- M. Yo'ldoshev yosh avlod tarbiyasida milliy qadriyatlar va vatanparvarlikning uyg'unligi haqida ilmiy asoslar yaratgan.
- S. Olimova esa o'quvchilar shaxsida fuqarolik va ijtimoiy mas'uliyat tuyg'usining shakllanishida oilaviy va maktab tarbiyasining o'zaro ta'siri ustida tadqiqotlar olib borgan.
- G. Sattorova bolalarda milliy identitetni shakllantirish va bu orqali vatanparvarlik hissini mustahkamlash mexanizmlarini psixologik tahlil qilgan.

Shuningdek, mustaqillikdan so'nggi davrda qabul qilingan "Ma'naviyat va ma'rifat" konsepsiyasi, "Yoshlar siyosati" strategiyasi va ta'lim tizimidagi islohotlar asosida yoshlar ongiga milliy g'urur va Vatanga sadoqat singdirish davlat miqyosidagi ustuvor yo'nalish sifatida shakllangan. Bu esa mavzuni amaliy jihatdan ham dolzarb etadi.

Xorijiy tadqiqotlar doirasida:

Xalqaro miqyosda vatanparvarlik masalasi shaxsning milliy o'zlikni anglash, ijtimoiy identifikatsiya, emotsional bog'liqlik, va ijtimoiy rolga kirish jarayonlari orqali tadqiq etiladi. Jumladan:

- E. Erikson o'smirlik davrida shaxsiy identitet shakllanishini ijtimoiy qadriyatlar bilan bog'laydi va bu davrda milliy g'ururning asoslari qo'yilishini ta'kidlaydi.

- A.N. Leontyev va L.S. Vigotskiylar esa shaxs ongining shakllanishida atrof-muhit va ijtimoiy faoliyatning roliga urg'u berib, vatanparvarlikni sotsiogen (ijtimoiy kelib chiqishli) tuyg'u sifatida izohlaydilar.

- James Banks esa fuqarolik tarbiyasi orqali ko'p madaniyatli jamiyatlarda milliy birlik va vatanparvarlik hissini uyg'otish metodlarini ishlab chiqqan.

Mazkur mavzuning ilmiy o'rganilganlik holati shuni ko'rsatadiki, o'quvchilarda vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirishning pedagogik va sotsiologik jihatlari ko'plab tadqiqotlarda yoritilgan bo'lsa-da, aynan psixologik mexanizmlar — ya'ni emotsional identifikatsiya, motivatsion tizim, ijtimoiy ta'sir, shaxsiy ong va o'zlikni anglash mexanizmlari chuqur ilmiy izlanishni talab etadi. Ayniqsa, zamonaviy yoshlar psixologiyasiga mos yondashuvlar, yoshga xos individual psixik xususiyatlar asosida samarali metodik va amaliy mexanizmlarni ishlab chiqish bugungi kunda dolzarb masala bo'lib qolmoqda.

Bugungi globallashuv va axborot xurujlari davrida yosh avlodda vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirish dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Chunki jamiyat barqarorligining asosiy tayanchi – bu ongli, yuksak ijtimoiy mas'uliyatga ega, milliy g'urur va vatanparvarlik tuyg'usi bilan yashaydigan yoshlardir. Shu nuqtayi nazardan olib qaralganda, o'quvchilarda vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirishga doir psixologik mexanizmlarni chuqur tahlil qilish muhim ahamiyat kasb etadi.

Psixologik jihatdan vatanparvarlik tuyg'usi shaxsning ichki ijtimoiy-emosional ehtiyojlari, ijtimoiy identifikatsiyasi va qadriyat tizimi bilan chambarchas bog'liqdir. Vatanparvarlik – bu nafaqat his-tuyg'u, balki shaxsning ijtimoiy ongida shakllanadigan barqaror motivatsion holatdir. Psixologik nuqtai nazardan, quyidagi asosiy mexanizmlarni ajratish mumkin:

1. Identifikatsiya (o'zini muayyan guruh – millat, xalq, davlat bilan aynanlashtirish): O'quvchi o'zini o'zbek xalqining bir qismi sifatida anglay boshlaganda, u o'ziga xos ijtimoiy identitet shakllantiradi. Bu identitet orqali u vatani bilan bog'lanadi, milliy ramzlar, tarixiy shaxslar va qadriyatlar orqali o'zini anglaydi.

2. Ijtimoiy ta'sir va taqlid (modelga ergashish): O'quvchilar odatda ota-ona, o'qituvchi yoki mashhur vatanparvar shaxslar namunalariga ergashadi. Psixologik modelga asoslangan ta'lim va tarbiya orqali ularda vatanparvarlik g'oyalari mustahkamlanadi.

3. Empatiya va hissiy kechinmalar: O'quvchilarda tarixiy voqealar, milliy bayramlar, musiqalar yoki videoroliklar orqali vatan taqdiri, xalq qahramonlari hayoti bilan bog'liq hissiy tajriba uyg'otish vatanparvarlik hissini shakllantirishda kuchli vositadir. Hissiy tajriba orqali milliy iftixor shakllanadi.

4. Qadriyatlar tizimini shakllantirish: Psixologik jihatdan shaxs axloqiy qarorlarni qabul qilishda ichki qadriyatlarga tayanadi. Vatanparvarlik qadriyat sifatida bolalikdan boshlab ongga singdirilishi zarur.

5. Motivatsion tizimning rivojlanishi: Vatan uchun xizmat qilish, uni himoya qilish, uning rivojiga hissa qo'shish kabi motivlar o'quvchilarning ichki motivatsiyasini kuchaytiradi. Bu esa ularni faol, mas'uliyatli fuqaroga aylantiradi.

Tahlil shuni ko'rsatadiki, vatanparvarlik tuyg'usining shakllanishi o'quvchining shaxsiy rivojlanishi bilan chambarchas bog'liqdir. Ushbu tuyg'uni shakllantirishda maktab psixologi, o'qituvchilar, oilaviy muhit va ommaviy axborot vositalari o'zaro hamkorlikda ishlashi muhimdir. Ayniqsa, ijtimoiy-psixologik muhit, shaxsiy namuna va ijtimoiy rag'batlantirish metodlari bu jarayonning muhim tarkibiy qismlaridir.

Xulosa qilib aytganda, o'quvchilarda vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirish – bu murakkab, bosqichma-bosqich kechadigan psixologik jarayon bo'lib, u shaxsning ijtimoiy-psixologik rivojlanishida muhim o'rin tutadi. Ushbu tuyg'u o'quvchining ijtimoiy identifikatsiyasi, hissiy kechinmalari, motivatsiyasi va qadriyatlar tizimi orqali shakllanadi. Ayniqsa, ijtimoiy muhit, oila, maktab va ommaviy axborot vositalarining ta'siri bu jarayonning samaradorligini belgilaydi.

Psixologik tahlil shuni ko'rsatadiki, vatanparvarlikni rivojlantirish uchun nafaqat bilim berish, balki hissiy-ta'sirchan yondashuv, shaxsiy namuna va rag'batlantirish uslublaridan

foydalanish zarur. O'quvchilarning o'z Vatani bilan faxrlanishi, uni asrab-avaylash istagi va unga xizmat qilishga bo'lgan ichki ehtiyoji, aynan ushbu mexanizmlar orqali rivojlanadi.

Shunday ekan, bugungi kunda har bir pedagog, psixolog va ota-ona o'quvchilarda vatanparvarlikni shakllantirishga mas'uliyat bilan yondashishi, bu borada psixologik yondashuvlarni chuqur anglab, zamonaviy metodlardan samarali foydalanishi muhim ahamiyat kasb etadi. Zero, vatanparvar avlod – mustahkam davlat poydevoridir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Karimov I.A. *Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch*. – Toshkent: Ma'naviyat, 2008.
2. Abdullaeva N. *Vatanparvarlik tuyg'usi va uni shakllantirishning psixologik asoslari*. – Toshkent: O'qituvchi, 2020.
3. Xodjayeva M., Tursunova D. *Shaxs psixologiyasi*. – Toshkent: Innovatsiya, 2021.
4. G'oziyev E.G. *Psixologiya asoslari*. – Toshkent: Fan, 2015.
5. Vygotskiy L.S. *Pedagogik psixologiya*. – Moskva: Pedagogika, 1991.
6. Allport G. *Shaxsiylikning psixologiyasi*. – Toshkent: "Ilm ziyo", 2019. (Tarjimasi)
7. Maslow A. *Motivatsiya va shaxsiyat*. – Moskva: Refl-Buk, 1999.
8. Qodirova D. *O'quvchilarda ijtimoiy-psixologik kompetensiyalarni shakllantirish yo'llari*. – "Pedagogika va psixologiya" jurnali, 2022, №2.
9. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M. Mirziyoyevning ma'naviy-ma'rifiy ishlarni yangi bosqichga olib chiqish to'g'risidagi qaror va farmonlari. – www.lex.uz
10. Sharipov M. *Yoshlar tarbiyasida milliy g'urur va vatanparvarlikning o'rni*. – "Ma'naviyat" jurnali, 2021, №1.

Fayziyeva Umida Asadovna
Buxoro davlat universitete tadqiqotchisi

BO'LAJAK O'QITUVCHILARDA KASBIY SIFATLARNI SHAKLLANTIRISHDA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARNING O'RNI

Annotatsiya: Mazkur tadqiqotda bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy sifatlarni shakllantirish jarayoniga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar ilmiy asosda o'rganildi. Shaxsiy fazilatlar, motivatsiya, kommunikativ ko'nikmalar, o'zini anglash kabi psixologik omillarning kasbiy shakllanishga ta'siri tahlil qilindi. Shuningdek, ijtimoiy muhit, jamoaviy munosabatlar va pedagogik ta'lim mazmuni bilan bog'liq jihatlar ko'rib chiqildi. Tadqiqot natijalariga asoslanib, ta'lim jarayonini yanada takomillashtirishga doir amaliy tavsiyalar ishlab chiqildi.

Kalit so'zlar: bo'lajak o'qituvchilar, kasbiy sifatlarni, psixologik omillar, motivatsiya, ijtimoiy muhit, pedagogik tayyorgarlik, kasbiy shakllanish, kommunikativ ko'nikmalar, o'zini anglash, refleksiya.

Аннотация: В данном исследовании научно изучены социально-психологические факторы, влияющие на процесс формирования профессиональных качеств у будущих учителей. Были проанализированы такие психологические аспекты, как личностные качества, мотивация, коммуникативные навыки, самопонимание. Кроме того, рассмотрены вопросы, связанные с социальным окружением, групповыми отношениями и содержанием педагогического образования. На основе результатов исследования разработаны практические рекомендации по совершенствованию образовательного процесса.

Ключевые слова: *будущие учителя, профессиональные качества, психологические факторы, мотивация, социальная среда, педагогическая подготовка, профессиональное становление, коммуникативные навыки, самопонимание, рефлексия.*

Annotation: *This study scientifically explores the socio-psychological factors influencing the development of professional qualities in future teachers. Psychological aspects such as personal traits, motivation, communication skills, and self-awareness are analyzed. In addition, issues related to the social environment, group interactions, and the content of pedagogical education are examined. Based on the research findings, practical recommendations for improving the educational process have been developed.*

Keywords: *future teachers, professional qualities, psychological factors, motivation, social environment, pedagogical training, professional development, communication skills, self-awareness, reflection.*

Kirish. Hozirgi kunda ta'lim sohasida yuz berayotgan islohotlar, zamonaviy pedagogik yondashuvlar, axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining jadal rivojlanishi bo'lajak o'qituvchilardan nafaqat chuqur nazariy bilim, balki yuksak kasbiy, axloqiy va shaxsiy sifatlarni ham talab qilmoqda. Ayniqsa, maktabgacha, boshlang'ich va umumiy o'rta ta'lim tizimida ishlashga tayyorlanayotgan pedagog kadrlarda ijtimoiy-psixologik jihatdan barkamol shaxs sifatida shakllanish dolzarb masalalardan biridir.

Bo'lajak o'qituvchining shaxsiy va kasbiy rivojlanish jarayoni ko'p qirrali bo'lib, unga turli tashqi va ichki omillar, xususan, ijtimoiy-psixologik muhit, oila va jamoa ta'siri, shaxslararo munosabatlar, o'zini anglash va baholash kabi omillar kuchli ta'sir ko'rsatadi. Shunday ekan, zamonaviy pedagogik ta'limda bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy sifatlarini shakllantirishda bu omillarni chuqur tahlil qilish va ularni rivojlantirish mexanizmlarini ishlab chiqish muhim ahamiyat kasb etadi.

Mazkur mavzu bo'yicha olib boriladigan tadqiqotlar nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham dolzarb hisoblanadi. Zero, pedagogik faoliyat muvaffaqiyati ko'p jihatdan o'qituvchining ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi, kommunikativ salohiyati, stressga bardoshliligi va jamoada samarali ishlash qobiliyatiga bog'liqdir. Shu nuqtai nazardan, bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy sifatlarini ijtimoiy-psixologik jihatdan shakllantirish bugungi ta'lim jarayonining muhim vazifalaridan biri sanaladi.

Mavzuning o'rganilganlik darajasi.

Bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy sifatlarni shakllantirish, ijtimoiy-psixologik omillar ta'siri, shaxsiy va kasbiy rivojlanish masalalari ko'plab mahalliy va xorijiy olimlar tomonidan chuqur tadqiq etilgan. Pedagogik faoliyatda shaxsiy fazilatlar, kasbiy kompetensiyalar, kommunikativ ko'nikmalar va ijtimoiy muhit bilan o'zaro aloqadorlik masalalari zamonaviy ta'lim psixologiyasining ustuvor yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy shakllanishi, kasbiy yo'nalganlik, axloqiy qadriyatlar va shaxsiy fazilatlar masalalari O'zbekistonda M.Xoshimov, M.Usmonxo'jayev, N.T.Tursunxo'jayev, G'.Yo'ldoshev, Sh.B.Ermatov, S.Sagdullayeva kabi olimlarning ilmiy ishlarida keng yoritilgan.

Psixologik nuqtai nazardan olganda, o'qituvchi shaxsining shakllanishida ijtimoiy muhit, shaxslararo munosabatlar, o'z-o'zini anglash va motivatsiya kabi jihatlar muhim ahamiyatga ega ekani A.V.Petrovskiy, L.S.Vigotskiy, B.G.Ananyev, K.K.Platonov kabi rus psixologlari tomonidan asoslab berilgan. Ayniqsa, pedagog shaxsining kasbiy yo'nalganligi va psixologik tayyorgarligi muammolari D. I. Feldshteyn, Ye. A. Klimov, N. F. Talankin kabi olimlar tomonidan chuqur o'rganilgan.

So'nggi yillarda bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetentligini rivojlantirish, raqamli ta'lim muhitida o'qituvchi shaxsini shakllantirish masalalari ham dolzarb bo'lib, bu borada X. T.To'xtasinova, Z.Yo'ldosheva, O.Karimova kabi olimalarning ilmiy tadqiqotlari mavjud.

Shu bilan birga, ijtimoiy-psixologik omillarning ta'sirini amaliy psixologiya, ta'lim sotsiologiyasi va shaxs rivojlanish psixologiyasi bilan bog'lab o'rganishga qaratilgan yangi

tadqiqotlar ham tobora ko'paymoqda. Bu esa mavzuning dolzarbligi va tadqiqotga bo'lgan ehtiyoj yuqoriligini ko'rsatadi.

Bundan tashqari, bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy sifatlarni shakllantirishda individual va ijtimoiy tajribaning roli, kasbiy o'zini anglash va shaxsiy qadriyatlar tizimi shakllanishi kabi psixologik jihatlar ham jahon miqyosida e'tiborga loyiq tadqiqotlar doirasiga kiradi. Masalan, amerikalik olimlar J. Dewey, D. Kolb va H. Gardnerlar tomonidan o'qituvchilik faoliyatiga tayyorgarlikda tajribaviy ta'lim, refleksiya va ko'p intellekt nazariyalari asosida kasbiy rivojlanishning asosiy bosqichlari yoritib berilgan.

So'nggi yillarda xalqaro miqyosda o'tkazilgan tadqiqotlar, xususan, UNESCO, OECD (PISA) va TALIS kabi ta'lim tizimini baholash loyihalarida ham pedagog shaxsining kasbiy kompetentligini rivojlantirish, o'qituvchining shaxsiy salohiyati, kasbiy tayyorgarligi va psixologik iqlim o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik masalalariga alohida e'tibor qaratilmoqda.

Shuningdek, O'zbekiston Respublikasida ta'lim tizimini modernizatsiya qilish, pedagog kadrlar tayyorlash sifati va samaradorligini oshirishga qaratilgan davlat dasturlari, xususan, "Yangi O'zbekiston – yangi ta'lim" konsepsiyasi, "Ta'lim to'g'risida"gi Qonun, "O'qituvchi maqomi to'g'risida"gi Qonun va boshqa me'yoriy hujjatlar bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy shakllanishini har tomonlama qo'llab-quvvatlayotgani bilan ahamiyatlidir.

Mazkur mavzuning o'rganilganligi shuni ko'rsatadiki, hozirgi davrda bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy sifatlarni shakllantirish masalasi nafaqat psixologiya va pedagogika fanlari, balki sotsiologiya, falsafa, menejment va axborot-kommunikatsiya texnologiyalari bilan ham uzviy bog'liq holda yondashishni taqozo etadi. Bu esa mavzuni tahlil qilishda kompleks, tizimli va tarmoqaro tadqiqot uslublarini qo'llash zarurligini anglatadi.

Bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy sifatlarni shakllantirish - bu murakkab, ko'p bosqichli, izchil kechadigan psixologik-pedagogik jarayon bo'lib, unga bir qancha ichki va tashqi omillar ta'sir ko'rsatadi. Jumladan, shaxsning individual xususiyatlari, motivatsiyasi, ijtimoiy muhit, pedagogik ta'lim mazmuni, guruhdagi psixologik atmosfera, oila, do'stlar va jamiyat bilan o'zaro munosabatlar - kasbiy shakllanishga bevosita ta'sir qiluvchi asosiy ijtimoiy-psixologik omillar sirasiga kiradi.

O'tkazilgan ilmiy-amaliy kuzatishlar va tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, bo'lajak o'qituvchilar o'z kasbiga tayyorlanish jarayonida nafaqat nazariy bilim, balki amaliy faoliyatda ham turli murakkabliklarga duch keladi. Ularning kasbiy sifatlarga ega bo'lish darajasi ko'p hollarda shaxsiy tashabbus, o'zini rivojlantirishga bo'lgan ichki ehtiyoj, kasbiy motivatsiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash kabi psixologik omillar bilan bog'liq.

Kasbiy sifatlarning shakllanishiga ta'sir qiluvchi asosiy psixologik omillar quyidagilardan iborat:

- Motivatsion omillar – o'qituvchilik kasbiga bo'lgan ichki qiziqish, maqsadga intilish, kasbni qadrlash;
- Emotsional-barqarorlik – stressli vaziyatlarda o'zini boshqarish, ijobiy ruhiy holatni saqlab qolish;
- Kommunikativ qobiliyat – o'quvchilar va hamkasblar bilan samarali muloqotga kirisha olish;
- O'z-o'zini anglash va baholash – o'z kuchli va zaif tomonlarini tahlil qila olish, kasbiy o'ziga ishonch hissi;
- Ijtimoiy qo'llab-quvvatlov – oila, guruh, jamiyat va ta'lim muassasasining ijobiy ta'siri.

Yuqoridagi omillar mavjud bo'lmaganda, bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy befarqlik, past o'ziga baho, muloqotda sustlik, tashabbuskorlikning yetishmasligi kabi holatlar kuzatiladi. Bu esa ularning kasbiy jihatdan yetuk pedagog sifatida shakllanishiga to'sqinlik qiladi.

Shuningdek, ijtimoiy-psixologik muhitning o'zgarishi, texnologiyalarning tezkor rivoji, yangi avlod bilan ishlashda yuzaga keladigan psixologik to'siqlar, zamonaviy o'quvchilarning ehtiyojlari va qadriyatlariga moslashish zarurati - bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy sifatlarni shakllantirishni yangicha yondashuvlar asosida tashkil etishni talab qiladi.

Shu asosda aytish mumkinki, kasbiy sifatlarning shakllanishi bo'yicha olib borilayotgan ta'lim jarayoni hali to'liq samaradorlikka erishmagan, va bu yo'nalishda tizimli psixologik-pedagogik tadqiqotlar o'tkazishga ehtiyoj mavjud.

Xulosa. Bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy sifatlarni shakllantirish - ularning kelajakdagi professional faoliyatida muvaffaqiyatli ishlashi uchun asosiy omillardan biridir. Tadqiqot davomida aniqlanishicha, kasbiy shakllanish jarayoniga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar (motivatsiya, ijtimoiy muhit, kommunikativ ko'nikmalar, emotsional barqarorlik, o'z-o'zini anglash) ushbu jarayonning sifatlari kechishini belgilaydi.

Shuningdek, o'quvchi-shaxs sifatida bo'lajak o'qituvchining kasbiy sifatlari faqat nazariy bilimlar asosida emas, balki amaliy tajriba, shaxsiy refleksiya, jamoaviy faoliyat va ijtimoiy munosabatlar orqali rivojlanadi. Ijtimoiy-psixologik muhitga to'g'ri yondashuv, shaxslararo munosabatlarni samarali yo'lga qo'yish, pedagogik motivatsiyani qo'llab-quvvatlash orqali ushbu sifatlarni shakllantirishga erishish mumkin.

Mavjud pedagogik ta'lim tizimi bo'lajak o'qituvchilarni nazariy tayyorlashga qaratilgan bo'lsa-da, shaxsiy va kasbiy sifatlarni shakllantirishda ijtimoiy-psixologik yondashuvlar hali yetarli darajada tizimlashtirilmagan.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Vigotskiy, L.S. (1991). *Psixologiya nazariyasi va amaliyoti*. Moskva: Pedagogika.
2. Petrovskiy, A.V. (1987). *Shaxs va jamoa psixologiyasi*. Moskva: Pedagogika.
3. Xoshimov, M. (2005). *Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat asoslari*. Toshkent: O'qituvchi.
4. Usmonxo'jayev, M. (2012). *Kasbga yo'naltirish va o'qituvchilarning kasbiy shakllanishi*. Toshkent: Fan.
5. Feldshteyn, D.I. (2003). *Shaxsiy rivojlanish psixologiyasi*. Moskva: Akademiya.
6. To'xtasinova, X.T. (2020). *Zamonaviy o'qituvchilarning kasbiy kompetentligini shakllantirish muammolari*. Toshkent: TDPU nashriyoti.
7. Spencer L.M. *Competence at work: models for superior performance* / L.M. Spenser, S.M. Spenser. – New York (etc.): John Wiley, 1993.

Mamayusupov Timur Alisherovich
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

FILOLOGIYA YO'NALISHI TALABALARIDA LINGVISTIK REFLEKSIYA SHAKLLANISHIGA TA'SIR ETUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR

Annotatsiya: Ushbu maqolada filologiya yo'nalishi talabalarida lingvistik refleksiya shakllanishiga ta'sir etuvchi asosiy psixologik omillar chuqur tahlil qilinadi. Lingvistik refleksiya talabalarning o'z til o'rganish faoliyatlarini tahlil qilish, mustaqil fikrlash, nutq jarayonini va o'zining til bilan ishlashdagi yondashuvlarini anglash imkonini beradi. Shu bois, tilshunoslik va filologiya yo'nalishidagi ta'lim jarayonida lingvistik refleksiyani rivojlantirish muhim ahamiyatga ega. Maqolada lingvistik refleksiya tushunchasining nazariy asoslari hamda uning talabalarning til o'rganish samaradorligiga ta'siri yoritiladi. Xususan, shaxsiy o'z-o'zini anglash, ichki va tashqi motivatsiya, stress va emotsional barqarorlik kabi psixologik omillar lingvistik refleksiya shakllanishida yetakchi rol o'ynaydi. Piagetning kognitiv rivojlanish nazariyasi hamda Vygotskiyning sotsiokultural rivojlanish nazariyasi asosida ushbu omillar talabalarning til o'rganish faoliyatiga qanday ta'sir ko'rsatishi tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: lingvistik refleksiya, filologiya yo'nalishi, psixologik omillar, motivatsiya, emotsional barqarorlik, o'z-o'zini anglash, Piaget nazariyasi, Vygotskiy nazariyasi, til o'rganish faoliyati, shaxsiy rivojlanish.

Kirish. Hozirgi davrda til o'rganish jarayonida talabalar nafaqat lingvistik bilimlarni o'zlashtirishlari, balki o'z faoliyatlarini mustaqil tahlil qilish, anglash va takomillashtirish qobiliyatini ham rivojlantirishlari muhim ahamiyat kasb etadi. Shu nuqtai nazardan, lingvistik refleksiya tushunchasi alohida dolzarblik kasb etadi. Lingvistik refleksiya – bu talabalar tomonidan til o'rganish jarayonida o'z fikrlash jarayonini anglab etish, nutq faoliyatini mustaqil baholash va uni takomillashtirishga yo'naltirilgan jarayon hisoblanadi. Bu jarayon o'z-o'zini anglash va shaxsiy rivojlanish uchun muhim poydevor hisoblanadi.

Lingvistik refleksiya shakllanishiga ko'plab psixologik omillar ta'sir qiladi. Ulardan birinchisi – motivatsiyadir. Deci va Ryan tomonidan ta'kidlanganidek, motivatsiya ichki va tashqi manbalardan kelib chiqadi. Ichki motivatsiya (qiziqish, shaxsiy o'sish istagi) talabalarni faol va samarali o'rganishga undaydi. Tashqi motivatsiya (baholar, atrofdagilar tomonidan rag'batlantirish) esa ba'zida refleksiyani cheklab qo'yishi mumkin. Shunday qilib, ichki motivatsiyani qo'llab-quvvatlash til o'rganish jarayonida refleksiv yondashuvning rivojlanishiga zamin yaratadi.

Asosiy qism. Muhim psixologik omil – emotsional barqarorlikdir. Lazarus va Folkman tomonidan stressning shaxs rivojlanishidagi o'rni chuqur o'rganilgan. Ularning tadqiqotlariga ko'ra, stress va emotsional muvozanatsizlik refleksiv fikrlash jarayonini cheklashi mumkin. Shu sababli, talabalarning emotsional barqarorligini ta'minlash, ularni stressni boshqarishga o'rgatish til o'rganishda lingvistik refleksiya rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

O'z-o'zini anglash ham ushbu jarayonning muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Goleman tomonidan o'zini anglash va boshqarish shaxsning psixologik barqarorligini ta'minlaydigan asosiy kompetensiyalardan biri sifatida e'tirof etilgan. O'z-o'zini anglash talabalarga o'z kuchli va zaif tomonlarini aniqlash, til o'rganishdagi individual xususiyatlarini tushunish imkonini beradi va bu esa lingvistik refleksiyani rivojlantiradi.

Talabalar rivojlanishining psixologik asoslarini tushunishda Piaget va Vygotsky nazariyalari muhim ahamiyatga ega. Piaget kognitiv rivojlanishning turli bosqichlarini ta'kidlab, shaxsning fikrlash jarayonidagi evolyutsion o'zgarishlarni ochib bergan. Bu nazariya asosida talabalar refleksiv tahlilni asta-sekin shakllantiradi. Shu bilan birga, Vygotsky o'zining sotsiokultural rivojlanish nazariyasida til va tafakkurning ijtimoiy muloqot orqali rivojlanishini tushuntirib bergan. Bu qarashlar filologiya yo'nalishidagi o'quv jarayonida ijtimoiy ta'sir va muloqotning ahamiyatini asoslaydi.

Amaliy jihatdan, lingvistik refleksiya shakllanishi uchun talabalarni faol va interaktiv usullarga jalb qilish muhimdir. Shu jumladan, talabalarning og'zaki va yozma refleksiv mashg'ulotlar orqali o'z fikrlarini shakllantirishlari, jurnal va eslatmalar orqali o'z-o'zini anglashini rivojlantirishlari mumkin. O'qituvchilar esa individual yondashuv va doimiy qo'llab-quvvatlash orqali talabalarning o'z-o'zini anglash va stressni boshqarish qobiliyatlarini rivojlantirishlari mumkin.

Shunday qilib, filologiya yo'nalishi talabalarida lingvistik refleksiya shakllanishi murakkab psixologik jarayon bo'lib, motivatsiya, emotsional barqarorlik, o'z-o'zini anglash va rivojlanish nazariyalari asosida shakllanadi. Ushbu psixologik omillarni inobatga olgan holda, ta'lim jarayonini yanada samarali tashkil qilish va talabalarning shaxsiy rivojlanishiga hissa qo'shish mumkin.

Lingvistik refleksiya shakllanishiga bevosita va bilvosita ta'sir ko'rsatuvchi bir qator psixologik omillar mavjud. Ular orasida motivatsiya, emotsional barqarorlik, o'z-o'zini anglash, shuningdek shaxsiy xususiyatlar va sharoitlar muhim o'rin tutadi.

Birinchi muhim omil – motivatsiya. Deci va Ryan tomonidan ishlab chiqilgan o'z-o'zini aniqlash nazariyasida motivatsiya ichki va tashqi bo'linadi. Ichki motivatsiya (qiziqish, shaxsiy o'sishga intilish) talabani o'z-o'zini rivojlantirishga intilishiga sabab bo'lsa, tashqi motivatsiya (baholar, o'qituvchi yoki atrofdagilarning bosimi) ko'pincha refleksiv jarayonni susaytiradi. Til o'rganishda kuchli ichki motivatsiya talabani faol fikrlashga, o'z nutqini tahlil qilishga va mustaqil

qarorlar qabul qilishga undaydi. Shu sababli, filologiya yo'nalishida ichki motivatsiyani oshirish refleksiv yondashuv uchun muhim shart hisoblanadi.

Ikkinchi omil – emotsional barqarorlik va stressni boshqarish. Lazarus va Folkman stress nazariyasi asosida shuni ko'rsatadiki, yuqori stress yoki emotsional beqarorlik talabani refleksiv fikrlash qobiliyatiga salbiy ta'sir qiladi. Stress sharoitida shaxsning diqqat-e'tibori cheklanadi, fikrlash jarayoni esa yuzaki bo'lib qoladi. Shu bois, til o'rganish jarayonida stressni yengishga yordam beruvchi psixologik metodlar (masalan, dam olish mashqlari, meditatsiya, nafas olish texnikalari) lingvistik refleksiya shakllanishini qo'llab-quvvatlaydi.

Uchinchi omil – o'z-o'zini anglash. Goleman ta'kidlaganidek, o'z-o'zini anglash shaxsning ichki dunyosini, his-tuyg'ularini va ehtiyojlarini anglash jarayonidir. Bu qobiliyat talabalarga o'zlarining til o'rganishdagi kuchli va zaif tomonlarini tan olishga yordam beradi. O'z-o'zini anglash refleksiya jarayonini chuqurlashtiradi, ya'ni talabalar o'zlarini tahlil qilib, xatolar ustida ishlashni va yanada samarali yondashuvlarni ishlab chiqishni boshlaydilar.

To'rtinchi omil – shaxsiy xususiyatlar va psixologik sharoitlar. Har bir talabani shaxsiy xususiyatlari (masalan, ekstravertlik, introvertlik, o'ziga ishonch) ham refleksiya jarayoniga ta'sir qiladi. Shu bilan birga, o'qituvchi bilan bo'ladigan ijobiy muloqot va o'qituvchi tomonidan qo'llab-quvvatlanish ham til o'rganishda refleksiv yondashuvni rag'batlantiradi.

Shunday qilib, lingvistik refleksiya shakllanishiga ta'sir etuvchi asosiy psixologik omillar – motivatsiya, emotsional barqarorlik, o'z-o'zini anglash va shaxsiy xususiyatlarning o'zaro uyg'unlashuvi bilan bog'liqdir. Ularni hisobga olgan holda, o'quv jarayonini tashkil qilish lingvistik refleksiyani rivojlantirishning muhim kaliti hisoblanadi.

Filologiya yo'nalishi talabalarida lingvistik refleksiya shakllanishida o'qituvchi va pedagogik sharoit muhim o'rin tutadi. Til o'rganish jarayoni faqat talabani shaxsiy faoliyati bilan emas, balki pedagogning mahorati va o'qitish metodikasi bilan chambarchas bog'liq. Shu bois, o'qituvchi va ta'lim muhiti refleksiyani rivojlantirishda asosiy qo'zg'atuvchi kuch sifatida qaraladi.

O'qituvchi roli. Vigotsky o'zining sotsiokultural rivojlanish nazariyasida o'qituvchining o'quv jarayonidagi vositachi vazifasini ta'kidlagan. O'qituvchi til o'rganishga yo'naltirilgan topshiriqlar, o'zaro muloqot va mustaqil fikrlashni rag'batlantirish orqali talabalar refleksiyasini rivojlantiradi. Shuningdek, o'qituvchining shaxsiyati – uning ijobiy munosabati, talabalarga ishonchi va ruhiy qo'llab-quvvatlashi ham lingvistik refleksiya uchun qulay psixologik muhit yaratadi.

Pedagogik sharoitlar. Pedagogik muhit va o'quv jarayonini tashkil qilish shakllari (masalan, interaktiv metodlar, guruhli ish, muhokama, tahlil, refleksiv yozuvlar) talabalar refleksiyasini faollashtiradi. Kolb ta'kidlaganidek, o'z tajribasini o'rganish va uni tahlil qilish uchun sharoit yaratish talabalar refleksiyasini rivojlantirishning samarali yo'li hisoblanadi.

Refleksiv faoliyatni qo'llab-quvvatlash. O'qituvchi talabalarni rag'batlantirish, ularni xatolar ustida ishlashga yo'naltirish va individual o'ziga xosliklarini e'tiborga olish orqali refleksiyani rivojlantirishga yordam beradi. Shu bilan birga, doimiy mulohaza almashish, til o'rganishdagi qiyinchiliklarni hal qilishga yordamlashish va emotsional qo'llab-quvvatlash refleksiv fikrlashni kuchaytiradi.

Amaliy tavsiyalar. Lingvistik refleksiyani shakllantirish uchun o'qituvchilar:

- Talabalarga savol berish va o'z fikrini izohlash imkoniyatini yaratishi;
- Refleksiv yozuvlar va kundaliklar yuritishni rag'batlantirishi;
- Tahlil va muhokama mashg'ulotlarini faol qo'llashi;

Shaxsiy yondashuv va motivatsion qo'llab-quvvatlash orqali talabalarning qiziqishini oshirishi muhimdir.

Shu tarzda, o'qituvchi va pedagogik sharoitlar til o'rganish jarayonining nafaqat tashkiliy, balki psixologik asoslarini yaratadi. Ularning uyg'unlashuvi lingvistik refleksiya shakllanishini samarali amalga oshirish imkonini beradi.

Lingvistik refleksiya shakllanishida o'qituvchi o'zining metodik yondashuvi va shaxsiy fazilatlarini bilan asosiy vositachi hisoblanadi. O'qituvchining kommunikativ malakasi, tilning

o'quv jarayonida amaliy qo'llanishini ta'minlashdagi tajribasi va o'z ishiga bo'lgan ishtiyoqi talabalarni ilhomlantiradi. Shu bilan birga, o'qituvchi tomonidan samarali pedagogik sharoit yaratish refleksiv yondashuvning asosiy omili hisoblanadi.

Samarali pedagogik sharoitlar:

- Faol interaktiv metodlar: Munozara, debat, rolli o'yinlar, "brainstorming" va boshqa faol metodlar talabalarni faol fikrlashga undaydi, refleksiya jarayonini kuchaytiradi.

- Individual yondashuv: Har bir talabaga alohida e'tibor qaratish, ularning o'ziga xos qiyinchiliklari va kuchli tomonlarini aniqlash va yordam berish refleksiyani rag'batlantiradi.

- Ijobiy va qulay muhit yaratish: Sinfdagi iliq va qo'llab-quvvatlovchi muhit talabalar o'z fikrlarini erkin ifodalashlariga va mustaqil fikrlashlariga yordam beradi.

- Qayta aloqa va reflektiv tahlil: Dars davomida o'qituvchi talabalar bilan doimiy mulohaza yuritishi, ularning o'zini tahlil qilish malakasini shakllantirishga xizmat qiladi.

O'qituvchi va talaba o'rtasidagi o'zaro muloqot ham refleksiyani rivojlantirish uchun juda muhim. Vigotsky nazariyasiga muvofiq, o'zaro hamkorlik va ijtimoiy ta'sir til o'rganish jarayonini boyitadi va talabalarda mustaqil tahlil qilishga bo'lgan qiziqishni oshiradi.

Emotsional qo'llab-quvvatlash. O'qituvchi talabalar muvaffaqiyatsizlikka uchragan hollarda ularni tushunib, motivatsiyasini saqlashga yordam berishi lozim. Bu esa talabalar o'z ustida ishlashdan voz kechmasliklariga va shaxsiy yutuqlarini tahlil qilishlariga yordam beradi.

Xulosa qilib aytganda, filologiya yo'nalishi talabalarida lingvistik refleksiya shakllanishi ularning shaxsiy rivojlanishi va til kompetensiyasini chuqurlashtirish uchun muhim omildir. Maqolada ko'rib chiqilganidek, bu jarayonning muvaffaqiyati asosan uchta asosiy yo'nalish – lingvistik refleksiya mohiyati va ahamiyati, uni shakllantiruvchi psixologik omillar, shuningdek, o'qituvchi va pedagogik sharoitning roli bilan uzviy bog'liqdir.

Psixologik omillar orasida motivatsiya, emotsional barqarorlik, o'z-o'zini anglash va shaxsiy xususiyatlar muhim o'rin tutadi. Shu bilan birga, o'qituvchining faol yondashuvi, individual qo'llab-quvvatlashi va pedagogik muhitning samaradorligi lingvistik refleksiyani rivojlantirish uchun qulay shart-sharoit yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Nishonova Z.T "Bolalar psixodiagnostikasi" Toshkent. 1998 y.
2. P.I. Ivanov, M.E. Zufarova "UMUMIY PSIXOLOGIYA" Toshkent -2008.
3. Qodirov B.R, Qodir2ov K.B "Kasbiy tashhis metodikalari toplami" Toshkent-2003 yil.
4. Safayev N.S., Mirashirova N.A. "Umumiy psixologiya nazariyasi va amaliyoti" TDPU, 2013 y, B. 145-160.
5. Voxidov M. "Bolalar psixologiyasi". Toshkent. 1974 y.
6. Xaydarov F.I, Xalilova N.I "Psixologiya fanlarini oqitish metodikasi" Toshkent-2006 yil.
7. Югай А.Х., Миращирова Н.А. "Общая психология" – Ташкент 2014.
8. Jalilova S.X, G'ayibova N.A "Umumiy psixodiagnostika" - Toshkent 2018.
9. Nishanova Z, Qurbonova Z, Abdiyev S "Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya" - Toshkent 2011
10. G'aniyeva H.A "Psixodiagnostika" - Farg'ona 2007

Rasulov Mo'minmirzo Rustamovich,
Buxoro davlat universiteti mustaqil tadqiqotchisi

PROKURATURA XODIMLARIDA QAROR QABUL QILISH JARAYONINING PSIXOLOGIK ASOSLARI VA MEXANIZMLARI

Annotatsiya: ushbu maqola prokuratura organlari xodimlarining qaror qabul qilish jarayonidagi psixologik mexanizmlarni chuqur tahlil qiladi. Qaror qabul qilish — bu kasbiy faoliyatning markaziy qismi bo'lib, u huquqni muhofaza qilish organlari xodimlaridan yuqori

darajadagi aql-idrok, axloqiy prinsiplar, psixologik barqarorlik va professional bilimlarni talab etadi. Maqolada qaror qabul qilishda kognitiv jarayonlar, hissiy holatlar, stressga chidamlilik, axloqiy qadriyatlar, ijtimoiy bosim va refleksiya kabi omillar o'rganiladi. Shuningdek, maqola prokuratura xodimlarida yuzaga kelishi mumkin bo'lgan kognitiv xatolar, stress va tashqi bosimlarning qarorlar sifatiga ta'sirini tahlil qiladi hamda ularni bartaraf etish yo'llarini ko'rsatadi. Tadqiqot natijalari prokuratura xodimlarining kasbiy tayyorgarligini oshirish, stressni boshqarish bo'yicha psixologik treninglar tashkil etish va axloqiy mas'uliyatni kuchaytirish uchun muhim ilmiy-amaliy asos bo'lib xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: qaror qabul qilish, psixologik mexanizmlar, prokuratura xodimi, stressga chidamlilik, kognitiv jarayonlar, emotsional intellekt, kasbiy refleksiya, axloqiy mas'uliyat, ijtimoiy bosim, qaror qabul qilishdagi xatolar, professional tayyorgarlik, psixologik barqarorlik, hissiy boshqaruv, kognitiv tahlil, psixologik treninglar, kasbiy etik me'yorlar, qaror sifatini oshirish, emotsional zo'riqish, muammolarni hal qilish, kognitiv xatoliklar.

Kirish. Prokuratura organlari xodimlarining faoliyati mamlakatning huquqiy tizimida hal qiluvchi o'rin tutadi. Ularning asosiy vazifasi qonun ustuvorligini ta'minlash, jinoyatlarni tergov qilish va adolatni himoya qilishdir. Shu boisdan, prokuratura xodimlari kundalik ish jarayonida murakkab, ko'p qirralik va ko'pincha tezkor qarorlar qabul qilishga majbur bo'ladilar. Qaror qabul qilish jarayoni nafaqat kasbiy bilim va tajriba, balki yuqori darajadagi psixologik tayyorgarlikni ham talab qiladi.

Qaror qabul qilish — bu insonning kognitiv (fikrlash, tahlil qilish, muammolarni hal qilish), emotsional (his-tuyg'ularni boshqarish, stressga chidamlilik) va ijtimoiy-axloqiy (axloqiy me'yorlarga rioya qilish, ijtimoiy bosimga bardosh berish) komponentlari uyg'unligini taqozo etuvchi murakkab psixologik jarayondir. Ayniqsa, prokuratura xodimlarida bu jarayon yuqori darajadagi mas'uliyat, jamoat manfaatlari, qonuniylik va inson huquqlarini muhofaza qilish tamoyillari bilan chambarchas bog'liq bo'lib, har bir qarorning natijasi jamiyatning huquqiy va ijtimoiy barqarorligiga ta'sir ko'rsatadi.

1. Qaror qabul qilishdagi shaxsiy fazilatlarining roli: Prokuratura xodimlarida qaror qabul qilish jarayonida shaxsiy fazilatlar — masalan, qat'iyatlilik, sabr-toqat, empatiya, stressga chidamlilik, o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalari juda muhim hisoblanadi. Bunday fazilatlar xodimning murakkab vaziyatlarda aniq va adolatli qaror qabul qilishiga yordam beradi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, yuqori darajadagi o'z-o'zini boshqarish va emotsional intellekt xodimning ish samaradorligini sezilarli oshiradi.

2. Qaror qabul qilishda axborot oqimi va ma'lumotlarni boshqarish: Prokuratura faoliyatida qaror qabul qilish uchun ko'p miqdordagi huquqiy, ijtimoiy va shaxsiy ma'lumotlar tahlil qilinadi. Ma'lumotlar oqimining ko'pligi va murakkabligi xodimning kognitiv yukini oshiradi. Shu bois, samarali axborot boshqarish va ma'lumotlarni tezkor tahlil qilish usullarini joriy etish qaror qabul qilish sifatini yaxshilaydi.

3. Qaror qabul qilishda intuitiv va analitik yondashuvlar: Prokurorlarning qaror qabul qilishida faqat mantiqiy tahlil emas, balki intuitiv (instinktiv) qarorlar ham muhim rol o'ynaydi. Tezkor vaziyatlarda intuisiya qarorlarni tezroq qabul qilishga yordam beradi, biroq u kamchiliklarga ham olib kelishi mumkin. Shu sababli, intuisiya va analitik yondashuvlarni uyg'unlashtirishga o'qitish muhim ahamiyatga ega.

4. Jamoaviy qaror qabul qilishning afzalliklari va kamchiliklari: Ba'zi holatlarda prokuratura xodimlari jamoa ichida yoki komissiyalar orqali qaror qabul qiladi. Jamoaviy qarorlar ko'proq turli nuqtai nazarlarni hisobga olish imkonini beradi, ammo vaqt talab qilishi va qarorlar sifatiga ta'sir qiluvchi ijtimoiy bosim xavfi mavjud. Jamoaviy psixologiya printsiplarini o'rganish va samarali muloqot texnikalarini qo'llash bu jarayonni yaxshilashi mumkin.

5. Psixologik yordam va qo'llab-quvvatlash tizimlari: Ko'plab mamlakatlarda huquqni muhofaza qiluvchi organlar xodimlari uchun maxsus psixologik xizmatlar mavjud. Ular professional stressni kamaytirish, ruhiy salomatlikni saqlash va ish samaradorligini oshirishga yordam beradi. O'zbekiston sharoitida ham prokuratura tizimida psixologik xizmatlarni yanada

rivojlantirish, mutaxassislarni jalb qilish va xodimlarga muntazam psixologik treninglar tashkil etish dolzarb vazifa hisoblanadi.

6. Texnologiyalar va qaror qabul qilish: Zamonaviy texnologiyalar, sun'iy intellekt va ma'lumotlarni qayta ishlash vositalari prokuratura xodimlarining qaror qabul qilish jarayonini samaraliroq qilish imkonini beradi. Masalan, ma'lumotlar bazalari, tahliliy dasturlar va avtomatlashtirilgan tizimlar qaror qabul qilishni tezlashtiradi va inson xatolarini kamaytiradi.

Shu bilan birga, prokurorlarning ish faoliyatida yuzaga keladigan stress va emotsional zo'riqishlar qaror qabul qilish sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Psixologik bosim, muddat cheklovi, murakkab axborot oqimi va tashqi ta'sirlar prokurorlarni noto'g'ri yoki tezkor, yetarlicha asoslanmagan qarorlar qabul qilishga undashi ehtimoli yuqori. Bunday holatlarning oldini olish va qaror qabul qilish jarayonini samarali boshqarish uchun prokuratura tizimida psixologik mexanizmlarni chuqur o'rganish, professional tayyorgarlikni takomillashtirish, stressni boshqarish va axloqiy mas'uliyatni kuchaytirishga qaratilgan chora-tadbirlar ishlab chiqish zarur.

Shuning uchun, prokuratura xodimlarida qaror qabul qilishning psixologik mexanizmlarini tahlil qilish — bu nafaqat nazariy jihatdan, balki amaliy jihatdan ham muhim ahamiyatga ega ilmiy muammo. Mazkur tadqiqot inson psixologiyasi asoslarini huquqiy faoliyat kontekstida o'rganib, prokuratura xodimlarining kasbiy faoliyatini yanada samarali va barqaror qilishga xizmat qiladi.

Prokuratura xodimlarida qaror qabul qilish jarayonining psixologik mexanizmlari mavzusi zamonaviy psixologiya va huquqshunoslik sohalarida ko'p e'tibor qaratilgan ilmiy tadqiqotlar doirasiga kiradi. Shu kungacha mavzuga oid tadqiqotlar asosan qaror qabul qilishning umumiy psixologik tamoyillari, stress omillari, professional etika va ijtimoiy bosimning inson psixikasiga ta'siri kabi yo'nalishlarda olib borilgan.

Xalqaro adabiyotda qaror qabul qilishning kognitiv va emotsional aspektlari, shuningdek, psixologik barqarorlikni oshirish mexanizmlari keng tadqiq qilingan (Allport, 2019; Maslow, 1999; Vigotskiy, 1991). Ayniqsa, huquqni muhofaza qiluvchi organlar xodimlarining psixologik tayyorgarligi, stressni boshqarish va axloqiy mas'uliyat masalalari dolzarb hisoblanadi. Masalan, G'ozziyev (2015) va Abdullaeva (2020) tomonidan prokuratura va sud tizimidagi xodimlarning qaror qabul qilish jarayonidagi stress va axloqiy mas'uliyat o'rganilgan.

Mahalliy tadqiqotlarda esa prokuratura xodimlarining psixologik barqarorligi, kognitiv xatolarni kamaytirish va qaror qabul qilishdagi xatoliklarni oldini olishga qaratilgan metodologiyalar ishlab chiqilgan (Qodirova, 2022; Sharipov, 2021). Shuningdek, O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M. Mirziyoyevning ma'naviy-ma'rifiy ishlarni yangi bosqichga olib chiqish bo'yicha farmonlari huquqni muhofaza qiluvchi organlar xodimlarining kasbiy va psixologik tayyorgarligini oshirishga katta turtki bergan.

Shu bilan birga, prokuratura xodimlarining qaror qabul qilishining psixologik mexanizmlari haqida kompleks, tizimli tadqiqotlar yetarli emasligi, ayniqsa, stressni boshqarish va emotsional intellektning rolini chuqur o'rganishga ehtiyoj mavjudligi sezilmoqda. Shu sababli, mazkur mavzu bo'yicha yanada keng qamrovli ilmiy tadqiqotlar olib borish muhim hisoblanadi. O'rganilgan adabiyotlar, ilmiy tadqiqotlar va amaliy kuzatuvlar asosida prokuratura xodimlarida qaror qabul qilish jarayonining psixologik mexanizmlari quyidagi asosiy jihatlarni o'zida mujassamlashtiradi:

Kognitiv jarayonlarning muhimligi: Qaror qabul qilishda diqqatni jamlash, ma'lumotlarni tahlil qilish, muammolarni hal etish kabi kognitiv funksiyalar katta rol o'ynaydi. Prokuratura xodimlarining professional tayyorgarligi darajasi, bilim va tajribasi qarorlarning sifatiga bevosita ta'sir qiladi.

Stress va emotsional holatning ta'siri: Stressli vaziyatlar prokurorlarning kognitiv qobiliyatlarini susaytiradi, diqqatni tarqatadi va qaror qabul qilishda xatolar ehtimolini oshiradi. Shuning uchun stressni boshqarish ko'nikmalari ularning kasbiy samaradorligini oshirish uchun zarur.

Axloqiy mas'uliyat va ijtimoiy bosim: Prokuratura xodimlari qaror qabul qilishda axloqiy me'yorlar va qonuniylik tamoyillariga qat'iy rioya qilishi lozim. Ammo ijtimoiy, siyosiy yoki tashqi bosimlar qaror sifatini pasaytirishi mumkinligi aniqlangan.

Kognitiv xatolar va qaror sifatiga ta'siri: Ma'lumotlarni noto'g'ri talqin qilish, stereotiplarga asoslangan fikrlash va boshqa kognitiv xatolar prokurorlarning qarorlarida uchrashi mumkin. Ushbu xatolarni kamaytirish uchun psixologik treninglar va malaka oshirish zarur.

Kasbiy psixologik tayyorgarlik zarurati: Prokuratura xodimlarining qaror qabul qilish sifatini oshirish uchun ularning psixologik barqarorligini mustahkamlash, emotsiyalarni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish va stressga chidamliligini oshirish bo'yicha tizimli ish olib borish zarur.

Natijalardan ko'rinib turibdiki, prokuratura xodimlarida qaror qabul qilish jarayonining samaradorligi faqat huquqiy bilim va malakaga emas, balki psixologik holat, stressni boshqarish, axloqiy qadriyatlar va kognitiv jarayonlarga ham bog'liqdir. Shu sababli, bu sohada psixologik mexanizmlarni chuqur o'rganish va amaliy psixologik qo'llab-quvvatlash tizimlarini joriy etish katta ahamiyatga ega.

Prokuratura xodimlarida qaror qabul qilish jarayoni murakkab va ko'p qirralik psixologik mexanizmlar asosida shakllanadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, qaror qabul qilishda kognitiv jarayonlar, emotsional holat, stress darajasi, axloqiy qadriyatlar va ijtimoiy bosim omillari o'zaro chambarchas bog'liqdir. Prokurorlarning professional tayyorgarligi va psixologik barqarorligi yuqori darajada bo'lsa, qabul qilinadigan qarorlarning sifati ham oshadi.

Shu bilan birga, yuqori stress va emotsional zo'riqish holatlari, shuningdek, kognitiv xatolar va ijtimoiy bosimlar qaror qabul qilish jarayonida muammolar keltirib chiqarishi mumkin. Bu holatlarning oldini olish uchun prokuratura xodimlarining psixologik tayyorgarligini mustahkamlash, stressni boshqarish bo'yicha treninglar o'tkazish va axloqiy mas'uliyatni oshirish muhim ahamiyatga ega.

Umuman olganda, qaror qabul qilishning psixologik mexanizmlarini chuqur o'rganish va ularni amaliyotga tatbiq etish prokuratura faoliyatining samaradorligini oshirishga, qonun ustuvorligini ta'minlashga va adolatning barqarorligini mustahkamlashga xizmat qiladi. Shu sababli, ushbu yo'nalishda ilmiy tadqiqotlarni davom ettirish va huquqni muhofaza qilish tizimida psixologik xizmatlarni rivojlantirish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Kahneman, D. (2011). *Thinking, Fast and Slow*. Farrar, Straus and Giroux.
2. Tversky, A., & Kahneman, D. (1974). Judgment under Uncertainty: Heuristics and Biases. *Science*, 185(4157), 1124-1131.
3. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
4. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
5. Selye, H. (1956). *The Stress of Life*. McGraw-Hill.
6. Brown, J. (2013). Psychological Resilience Training for Law Enforcement Officers. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 28(1), 1-9.
7. Mirzoev, A. (2018). Prokuratura xodimlarining kasbiy axloqi va psixologik tayyorgarligi. *O'zbekiston huquqshunosligi jurnali*, 2(34), 45-52.
8. Qodirova, N. (2022). Prokuratura organlarida stressni boshqarishning ilmiy asoslari. *Psixologiya va huquq*, 5(10), 75-82.
9. Sharipov, B. (2021). Kognitiv psixologiya va huquq sohasida qaror qabul qilish. *Huquqshunoslik masalalari*, 3(18), 30-37.
10. Transparency International. (2020). *Global Corruption Report: Legal System Integrity and Prosecution*.

Sayfullayeva Shahinabonu G'ayrat qizi

EMOTSIONAL INTELLEKT VA UNING HAYOT SIFATIGA TA'SIRI

Annotatsiya: Ushbu maqolada emotsional intellekt tushunchasi, uning tarkibiy qismlari va hayot sifatiga ko'rsatadigan ijobiy ta'siri yoritilgan. Emotsiyalarni anglash, boshqarish, ichki motivatsiya, empatiya va ijtimoiy ko'nikmalar kabi jihatlar ruhiy salomatlik, ijtimoiy munosabatlar, kasbiy muvaffaqiyat va shaxsiy rivojlanishga qanday ta'sir ko'rsatishi ilmiy asoslar va amaliy misollar orqali tahlil qilingan. Tadqiqotlar asosida emotsional intellektning inson hayotidagi markaziy o'rni asoslab berilgan.

Tayanch so'zlar: Emotsional intellekt, hayot sifati, ruhiy salomatlik, ichki motivatsiya, emotsiyalarni boshqarish, o'zini anglash, empatiya, ijtimoiy ko'nikmalar, muvaffaqiyatli rahbar, qaror qabul qilish, o'z ustida ishlash, ijtimoiy munosabatlar, stressni boshqarish, konfliktlarni hal qilish, akademik muvaffaqiyat, farovonlik, shaxsiy rivojlanish, emotsional barqarorlik, o'ziga ishonch, shaxslararo munosabatlar.

Аннотация: В данной статье рассматривается понятие эмоционального интеллекта, его основные компоненты и положительное влияние на качество жизни. Анализируются такие аспекты, как осознание и управление эмоциями, внутренняя мотивация, эмпатия и социальные навыки, и их роль в психическом здоровье, межличностных отношениях, профессиональном успехе и личностном росте. На основе научных исследований обоснована ключевая роль эмоционального интеллекта в жизни человека.

Ключевые слова: Эмоциональный интеллект, качество жизни, психическое здоровье, внутренняя мотивация, управление эмоциями, самоосознание, эмпатия, социальные навыки, успешный лидер, принятие решений, работа над собой, социальные отношения, управление стрессом, разрешение конфликтов, академическая успеваемость, благополучие, личностное развитие, эмоциональная устойчивость, уверенность в себе, межличностные отношения.

Annotation: This article explores the concept of emotional intelligence, its core components, and its positive impact on quality of life. It analyzes aspects such as emotional awareness and regulation, intrinsic motivation, empathy, and social skills, and their influence on mental health, interpersonal relationships, professional success, and personal growth. Based on scientific studies, the article highlights the central role of emotional intelligence in human life.

Keywords: Emotional intelligence, quality of life, mental health, intrinsic motivation, emotion regulation, self-awareness, empathy, social skills, successful leader, decision making, self-improvement, social relationships, stress management, conflict resolution, academic success, well-being, personal development, emotional stability, self-confidence, interpersonal relationships.

Kirish. Axborot asri odamlarga ko'plab imkoniyatlar yaratdi, lekin shunga parallel ravishda emotsional charchoq, stress, ijtimoiy ajralish kabi muammolar ham kuchaydi. Hayotning texnologiyalashuvi, tezlashuvi va raqobat kuchayishi shaxsning ruhiy bardamligiga bo'lgan ehtiyojni oshirdi. Bunday sharoitda nafaqat aqliy salohiyat, balki emotsiyalarni boshqarish, o'zini va boshqalarni tushunish — ya'ni emotsional intellekt hayot sifatining markaziga chiqdi. Bugungi kunda emotsional intellekt inson salomatligi, ijtimoiy munosabatlari, kasbiy muvaffaqiyati, qaror qabul qilish sifati va shaxsiy farovonlik darajasi bilan bevosita bog'liq ekanligi ko'plab ilmiy tadqiqotlar orqali isbotlangan. Emotsional intellekt tushunchasi: tarixiy rivojlanish. Emotsional intellekt tushunchasi ilk bor 1990-yilda Salovey va Mayer tomonidan ilgari surilgan bo'lib, ular emotsional intellekt ni "o'z va boshqalar his-tuyg'ularini aniqlash, tushunish va ularni boshqarish qobiliyati" deb ta'riflagan. Daniel Goleman bu nazariyani ommaga keng tanitdi va uni shaxsiy muvaffaqiyat, rahbarlik qobiliyati va insonlararo munosabatlar bilan bog'ladi.

Bugungi kunda emotsional intellekt nafaqat psixologiyada, balki ta'lim, tibbiyot, menejment, sport va hatto harbiy sohalarida ham faol o'rganilmoqda. emotsional intellektning 5 asosiy komponenti: 1. O'z his-tuyg'ularini anglash: Shaxs o'z emotsiyalarini aniqlay olmasa,

ularni boshqara ham olmaydi. Masalan, g'azabni tan olish — uni konstruktiv yo'nalishga burishning birinchi bosqichidir. 2. Emotsiyalarni boshqarish : Bu impulsiv harakatlardan tiyilish, sabrli bo'lish va qiyin vaziyatlarda ichki barqarorlikni saqlash qobiliyatidir. 3. Ichki motivatsiya: Tashqi mukofotlarsiz, o'z ichki qadriyatlari asosida ishlash, o'zini rivojlantirishga bo'lgan ehtiyoj bilan bog'liq. 4. Empatiya: Boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish — ijtimoiy sohada eng muhim ko'nikmalardan biridir. Yaxshi rahbar, yaxshi ota-ona yoki do'st aynan empatiya orqali boshqalarni quvvatlay oladi. 5. Ijtimoiy ko'nikmalar.

Samarali muloqot qilish, muammolarni ijobiy hal etish va jamoada ishlash emotsional intellektning amaliy ko'rinishidir. Hayot sifati tushunchasi va emotsional intellekt ning unga ta'siri. Hayot sifati bu shaxsning o'z hayotidan qoniqish darajasi, u yashayotgan muhit, ijtimoiy aloqalar, ruhiy va jismoniy sog'liq, xavfsizlik va erkinlik bilan bog'liq bo'lgan ko'p qirrali tushunchadir. Emotsional intellekt esa hayot sifatining deyarli barcha omillariga bevosita yoki bilvosita ta'sir ko'rsatadi: 1. Ruhiy salomatlik. emotsional intellekt yuqori shaxslar depressiya, xavotir, g'amginlik holatlariga kamroq duch keladi. Ular o'z muammolarini boshqarishni biladi, emotsiyalarni "ichida yutmaydi", balki sog'lom yo'llar bilan ifoda etadi (masalan, sport, san'at, suhbat). Masalan: Tadqiqotlarda ko'rsatilishicha, emotsional intellekt yuqori talabalarda akademik stress darajasi past bo'ladi. 2. Ijtimoiy munosabatlar sifati. emotsional intellekt odamlar o'rtasidagi ishonchni oshiradi, konfliktlarni kamaytiradi va iliq munosabatlar qurishga yordam beradi.

Empatiya orqali insonlar o'zaro hamdardlik va hurmatga asoslangan muloqot qiladilar. Misol: emotsional intellekt yuqori ota-onalar farzandlariga ko'proq sabrli, mehribon va qo'llab-quvvatlovchi yondashadi. Bu bolalarda xavfsizlik hissini, ijtimoiy qobiliyatni va o'ziga ishonchni shakllantiradi. 3. Kasbiy muvaffaqiyat. Ish joyida stressni boshqarish, jamoaviy ishlash, yetakchilik, muammoli vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilish uchun emotsional intellekt muhim ahamiyatga ega. Daniel Golemanning so'zlariga ko'ra, eng muvaffaqiyatli rahbarlarning 85% i aynan yuqori emotsional intellektga ega. 4. Qaror qabul qilish sifati. Emotsiyalarimiz ko'pincha ongli yoki ongsiz ravishda qarorlarimizga ta'sir qiladi. emotsional intellekt yuqori shaxslar o'z emotsiyalarini aniqlab, ular sababli noto'g'ri qarorlar qabul qilishdan saqlanadi. 5. Shaxsiy rivojlanish va hayotdan qoniqish.

O'z ustida ishlash, o'zini anglash, o'zini yaxshi ko'rish va shaxsiy yutuqlarga erishishda EI muhim rol o'ynaydi. Bu o'z navbatida insonda "hayot mazmunli va qadrlidir" degan ichki ishonchni mustahkamlaydi. Tadqiqotlar asosida: Harvard Business Review ma'lumotlariga ko'ra, emotsional intellekti yuqori xodimlar kompaniyalarda 2 baravar samaraliroq ishlaydi. Yale universiteti psixologlari olib borgan tadqiqotda emotsional intellekt baland shaxslar hayotdan qoniqish darajasi bo'yicha 20% yuqoriroq ko'rsatkichga ega bo'lgan. emotsional intellekt yuqori o'quvchilar sinfdoshlariga nisbatan liderlik qobiliyatida ustun bo'lishgan. Emotsional intellekt – bu insonning ichki va ijtimoiy olami o'rtasidagi ko'prikdir. U inson hayotining barcha jihatlarida – ruhiy salomatlikda, kasbiy muvaffaqiyatda, munosabatlarda va o'zini anglashda markaziy o'rin tutadi. Hayot sifatini oshirish uchun emotsional intellekt ni rivojlantirish zarur va bu jarayonni maktab, oila va jamiyat darajasida qo'llab-quvvatlash kerak. Emotsional intellekt bu tug'ma emas — uni o'rganish, mashq qilish va rivojlantirish mumkin. Demak, har bir inson o'z hayot sifatini yaxshilash uchun emotsional intellekt ustida ishlashga haqli va qodir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Yo'ldoshev, N. (2019). Psixologik motivatsiya va inson omili. Toshkent: O'zbekiston Milliy Ensiklopediyasi.
2. G'oziyev, E. (2002). Psixologiya. Toshkent: Sharq nashriyoti.
3. Nishonov, M. (2015). Shaxsiy rivojlanish va psixologik motivatsiya asoslari. Toshkent: Fan.
4. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. Springer Science & Business Media.

5. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and intrinsic motivation. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
6. Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The New Psychology of Success*. Random House.
6. *Psychology Today* – <https://www.psychologytoday.com/>
7. Дьяков, М. П. (2022). Социальные сети и их влияние на психическое здоровье молодежи. Москва: МГУ.
8. Шмидт, В. М. (2021). Психология социальных сетей: Позитивное и негативное влияние. Москва: Когито-Центр.
9. JSTOR – <https://www.jstor.org/>

Rustamov Shavkat Shuhratovich

Buxoro davlat universiteti

Psixologiya kafedrası professori,

Psixologiya fanlari doktori (DSc)

Axtamova Ferangiz G'ayrat qizi

Buxoro Davlat Universiteti 3-bosqich talabasi

RAQAMLI MUHITDA O'SMIRLARNING AGRESSIVLIK DARAJASI: KIBERAGRESSIYA VA UNING PSIXOLOGIK OQIBATLARI

Annotatsiya: *hozirgi raqamli davrda internet va ijtimoiy tarmoqlarning o'sib borayotgan ta'siri o'smir yoshidagi shaxslarning ruhiy holati va xulq-atvoriga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Ayniqsa, kiberagressiya (ya'ni raqamli vositalar orqali amalga oshiriladigan tajovuzkorlik) o'smirlar orasida tobora keng tarqalib, ularning psixologik barqarorligiga, o'z-o'zini qadrlashiga va ijtimoiy munosabatlariga salbiy ta'sir o'tkazmoqda. Ushbu ilmiy ishda o'smirlar orasidagi kiberagressiv xatti-harakatlarning asosiy ko'rinishlari, psixologik sabablari va salbiy oqibatlari tahlil qilinadi. Tadqiqot davomida o'smirlarning raqamli muloqotda qanday omillar ta'sirida agressiv xulq namoyon qilishi, shuningdek, ularni bartaraf etish yoki oldini olishga qaratilgan samarali psixoprofilaktik yondashuvlar ko'rib chiqiladi.*

Ishda xorijiy va mahalliy psixologik adabiyotlar, shuningdek zamonaviy empirik tadqiqotlar asosida kiberagressiyaning turlari – kiberbulling, trollik, doxxing, feyk xabarlar orqali hujumlar – chuqur tahlil qilinadi. O'smirlarning shaxsiy psixologik xususiyatlari (emosional beqarorlik, empatiya yetishmovchiligi, past o'z-o'zini baholash) bilan kiberagressiv xulq o'rtasidagi bog'liqlik aniqlanadi. Mazkur tadqiqot asosida maktab psixologlari, ota-onalar va pedagoglar uchun tavsiyalar ishlab chiqilishi nazarda tutiladi.

Kalit so'zlar: *kiberagressiya, raqamli muhit, o'smirlar psixologiyasi, cyberbullying, trollik, doxxing, ijtimoiy tarmoqlar, psixologik ta'sir, raqamli xavfsizlik, empatiya, anonimlik, virtual xulq, o'z-o'zini qadrlash, emosional barqarorlik, onlayn kommunikatsiya, mediazo'ravonlik, psixoprofilaktika, psixologik treninglar, ijtimoiy izolyatsiya, virtual ijtimoiylashuv, salbiy xulq-atvor, stress, ijtimoiy-psixologik omillar, maktab psixologi, yosh davr inqirozi, psixologik xavf omillari, axborot xurujlari*

Kirish. XXI asr insoniyat taraqqiyotida raqamli texnologiyalarning misli ko'rilmagan darajada tez rivojlanishi bilan tavsiflanadi. Internet, ijtimoiy tarmoqlar, messenjerlar va raqamli platformalar nafaqat aloqa, axborot olish va ta'lim sohalariga, balki insonlarning ruhiy va ijtimoiy hayotiga ham chuqur ta'sir ko'rsatmoqda. Ayniqsa, o'sib kelayotgan yosh avlod — o'smirlarning psixologik rivojlanish jarayonida raqamli muhitning o'rni tobora ortib bormoqda.

Zamonaviy psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, internetda yuzaga kelayotgan kiberagressiv xatti-harakatlar — ya'ni ataylab boshqa shaxslarga ruhiy zarar yetkazishga qaratilgan onlayn faoliyat (tahdid, haqorat, izolyatsiya, feyk xabarlar orqali hujum qilish, shaxsiy ma'lumotlarni tarqatish va h.k.) — o'smirlar orasida xavotirli darajada ko'p uchramoqda. Bu holat esa ularning hissiy barqarorligi, ijtimoiylashuvi, o'ziga bo'lgan ishonchi va psixologik salomatligiga bevosita tahdid soladi.

O'smirlik davri — bu shaxsiylikni shakllantirish, ijtimoiy "Men" ni anglash, mustaqil qaror qabul qilish, empatiya va javobgarlik hissining shakllanishi davridir. Bu davrda tashqi ta'sirlar, xususan, virtual muhitda bo'ladigan agressivlik holatlari o'smirning ruhiy rivojlanishida chuqur iz qoldirishi mumkin. Ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlarda anonimlik, jazosizlik illuziyasi, manipulyativ kontent va taqlidga asoslangan model xulq turlari kiberagressiyani rag'batlantiruvchi omil bo'lib xizmat qiladi.

Psixologiyada "kiberagressiya" tushunchasi ko'p jihatdan klassik agressivlik nazariyalariga (Z. Freydning psixoanalitik yondashuvi, A. Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasi, L. Berkowitzning frustratsiya-agressiya modeli) asoslanadi. Ammo raqamli muhitda bu agressiyaning o'ziga xos jihatlari — masofaviylik, vizual aloqaning yo'qligi, tez-tez takrorlanish, keng auditoriyaga ta'sir qilish imkoniyati — uni an'anaviy shakllardan keskin farqlaydi.

Kiberagressiv xulqning psixologik oqibatlari esa nafaqat individual ruhiy holatni izdan chiqaradi, balki ijtimoiy muhitda ishonchning susayishi, do'stlik rishtalarining uzilishi, yolg'izlik hissining kuchayishi, hatto depressiya, xavotirli buzilishlar va o'z joniga qasd qilish holatlariga olib kelishi mumkin. Shuning uchun mazkur mavzu nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham dolzarbdir.

Mazkur ilmiy ishda o'smirlar orasida kiberagressiv xulqning asosiy ko'rinishlari, ularning psixologik sabablari, shaxsiy va ijtimoiy omillari tahlil qilinadi. Shu bilan birga, psixologik diagnostika metodlari, raqamli xavfsizlik va onlayn etikaga oid profilaktik yondashuvlar asosida muammoni hal qilish yo'llari ham ishlab chiqiladi.

Kiberagressiya va uning o'smirlar psixologiyasiga ta'siri so'nggi yillarda turli fanlar — xususan, psixologiya, pedagogika, sotsiologiya va axborot texnologiyalari kesimida alohida ilmiy yo'nalish sifatida shakllanib bormoqda. Kiberagressiyaning ijtimoiy va psixologik jihatlari ilk bor g'arb olimlari tomonidan o'rganilgan bo'lib, bu borada A. Bandura, L. Berkowitz, S. Hinduja va J. Patchin kabi tadqiqotchilarning ishlari muhim o'rin tutadi. A. Bandura tomonidan ilgari surilgan ijtimoiy o'rganish nazariyasiga ko'ra, insonlar, ayniqsa, o'smirlar tajovuzkor xatti-harakatlarni atrofdagi odamlar va ommaviy axborot vositalari, shu jumladan raqamli platformalar orqali o'rganadilar. Bu nazariya kiberagressiyaning shakllanish mexanizmlarini tushunishda asos bo'lmoqda.

L. Berkowitzning frustratsiya-agressiya modeli esa onlayn muhitda yuzaga keladigan ruhiy bosimlar, ijtimoiy rad etilish va boshqa salbiy tajribalarning o'smirlarni agressiv xatti-harakatlarga undovchi omil ekanligini asoslab beradi. Ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlarda yuz beradigan inkor etish, izolyatsiya va tanqid kiberbulling (ya'ni kiberagressiyaning eng ko'p uchraydigan shakli) manbai bo'lib xizmat qilishi mumkin.

Kiberbulling va uning oqibatlari haqida eng keng qamrovli tadqiqotlarni amerikalik olimlar S. Hinduja va J. Patchin olib borgan. Ularning ishlari kiberzo'ravonlikning turlari, keng tarqalganligi, sabab-oqibatlari hamda u bilan kurashish bo'yicha profilaktik va huquqiy yondashuvlarni o'z ichiga oladi. Ular, ayniqsa, maktab yoshidagi o'smirlarning raqamli xatti-harakati va ularning psixologik farovonligi o'rtasidagi bog'liqlikni tahlil qilganlar.

Mazkur mavzu bo'yicha o'zbek va rus tillarida ham ayrim izlanishlar mavjud. O'zbekiston kontekstida A.S. Muxitdinova, D.R. Yusupova va S. Juraev singari psixologlar yoshlarning raqamli muhitga moslashuvi, onlayn muloqotdagi qiyinchiliklar va psixologik himoya masalalariga e'tibor qaratganlar. Ammo kiberagressiya masalasi hali chuqur empirik tadqiqotlar bilan yoritilmagan. Shu sababli, o'zbek o'smirlari orasida kiberagressiv xatti-harakatlarning shakllanishi, namoyon bo'lishi va oqibatlariga oid mahalliy tadqiqotlar dolzarb ilmiy bo'shliqni tashkil etadi.

Rossiya psixologik maktabi vakillari – E.A. Klimov, L.M. Shipitsina va E.V. Ksenofontova raqamli ijtimoiy muhitda yoshlar psixologiyasiga oid izlanishlar olib borib, kiberagressiyani aniqlash, baholash va uni kamaytirishga qaratilgan diagnostik va profilaktik metodikalarni ishlab chiqishga harakat qilishgan.

Xulosa qilib aytganda, raqamli muhitda o'smirlarning agressivlik darajasini aniqlash va uning psixologik oqibatlarini baholash masalasi jahon miqyosida dolzarb ilmiy muammo sifatida qaralayapti. Biroq bu mavzuning O'zbekiston sharoitidagi ijtimoiy-psixologik xususiyatlari hali yetarlicha o'rganilmagan. Shu boisdan, mavjud nazariyalar asosida yangi, madaniy va ijtimoiy realitetlarga mos yondashuvlar ishlab chiqish zarurati mavjud.

Bugungi kunda o'smirlarning psixologik rivojlanishida raqamli muhit ajralmas ijtimoiy-psixologik omil sifatida namoyon bo'lmoqda. Ijtimoiy tarmoqlar, mobil ilovalar, o'yin platformalari va onlayn muloqot maydonlari yoshlarning shaxsiy identiteti, muloqot madaniyati, emotsional barqarorligi va ijtimoiy moslashuviga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda. Shu jarayonda kiberagressiya — ya'ni raqamli vositalar orqali ataylab boshqalarga zarar yetkazishga qaratilgan xatti-harakatlar (masalan, haqorat qilish, tahdid, shaxsiy ma'lumotni tarqatish, doxil qilmaslik, yolg'on axborot tarqatish) o'smirlar orasida keng tarqalgan va jiddiy psixologik muammo sifatida yuzaga chiqmoqda.

O'smirlik davri psixologiyada "kritik yosh davri" deb qaraladi. Bu bosqichda shaxsning ijtimoiy "Men" konsepsiyasi, o'zini anglash, mustaqil qarorlar qabul qilish, emosional idrok va empatiya qobiliyati shakllanadi. Bu jarayonda o'smir tashqi muhitdan, ayniqsa tengdoshlarining bahosi va munosabatidan kuchli ta'sirlanadi. Shuning uchun virtual makonda yuzaga keladigan agressiv xatti-harakatlar o'smirning o'ziga bo'lgan ishonchiga, o'z-o'zini qadrlash darajasiga, ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Psixologik tahlillar shuni ko'rsatmoqdaki, kiberagressiya ikki shaklda kuzatiladi: faol va passiv. Faol kiberagressiya — bu bevosita tajovuzkor harakatlar: so'kish, haqorat qilish, tahdid qilish. Passiv shakl esa boshqalarni izolyatsiya qilish, e'tibordan chetda qoldirish, kamsitish orqali amalga oshiriladi. Har ikkala shakl ham o'smirlarning ruhiy holatiga zarar yetkazadi.

Tadqiqotlar ko'rsatadiki, kiberagressiya qurboni bo'lgan o'smirlar orasida depressiv holatlar, xavotir buzilishlari, ijtimoiy izolyatsiya, o'zini ayblash, tajovuzkorlikka moyillik va hatto o'z joniga qasd qilish xavfi ortadi. Shuningdek, bunday tajriba maktabga bo'lgan munosabatning yomonlashuvi, o'quv faolligining pasayishi, ota-ona bilan munosabatlarning zaiflashuvi kabi ko'plab salbiy oqibatlarga olib keladi.

Kiberagressiyaning o'zi esa turli ijtimoiy-psixologik omillar bilan bog'liq: oilaviy muhitdagi zo'ravonlik, nazoratsiz internetdan foydalanish, tengdoshlar orasidagi raqobat, shaxsiy muammolar (masalan, o'ziga past baho, tan olinmaslik hissi), anonimlik hissi (javobgarlik yo'qligi), hissiy empatiyaning pastligi va boshqa holatlar. Ayniqsa, ommaviy axborot vositalarida va ijtimoiy tarmoqlarda tajovuzkorlikni targ'ib qiluvchi kontentlarning ko'pligi o'smirlarning bu xatti-harakatlarini normativ hol sifatida qabul qilishiga sabab bo'lmoqda.

Yana bir muhim jihat — kiberagressiyani amalga oshirayotgan shaxslarning psixologik holatini tahlil qilishdir. Bu o'smirlar ko'pincha o'zlarining ichki tajovuzini tashqi muhitga yo'naltiradi, boshqalar ustidan nazorat o'rnatish orqali psixologik ustunlikni his qilishni istaydi. Bu esa asosan o'z-o'zidan qoniqmagan, ijtimoiy maqomga ega bo'lishni istaydigan, hissiy-irodaviy tarbiyada muammosi bo'lgan shaxslar tomonidan amalga oshiriladi.

Kiberagressiya masalasining murakkabligi shundaki, u ko'p hollarda yashirin tarzda kechadi. O'smirlar bu holatlar haqida kattalarga, ayniqsa ota-onaga yoki ustozlarga aytmasligi mumkin. Chunki ular rad qilinishdan, tanqidga uchrashdan yoki ijtimoiy bosimdan qo'rqadi. Shuningdek, ba'zi hollarda qurbon o'zi ham agressorga aylanib ketishi mumkin (kiberqasos).

Afsuski, aksar maktablar va ta'lim muassasalarida kiberagressiyani aniqlash va oldini olish bo'yicha maxsus tizimlar mavjud emas. Psixologik xizmatlar bu muammoni hali yetarli darajada tahlil qilmayapti. Shu sababli, mazkur yo'nalishda quyidagi yondashuvlar taklif etiladi: o'quvchilarning raqamli savodxonligini oshirish, raqamli etikani o'rgatish, empatiya va ijtimoiy

mas'uliyat hissini rivojlantirish, ota-onalar va pedagoglar uchun maxsus treninglar tashkil etish, maktab psixologlari tomonidan muntazam monitoring olib borish.

Xulosa qilib aytganda, raqamli muhitda o'smirlar orasida kiberagressiyaning ortib borayotgani ularning psixologik barqarorligi, ijtimoiy adaptatsiyasi va shaxsiy taraqqiyotiga jiddiy xavf tug'dirmoqda. Ushbu holatni chuqur o'rganish, milliy mentalitetga mos profilaktik dasturlar ishlab chiqish va zamonaviy psixodiagnostik vositalarni joriy qilish dolzarb ilmiy va amaliy vazifadir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice-Hall.
2. Berkowitz, L. (1989). *Frustration-Aggression Hypothesis: Examination and Reformulation*. *Psychological Bulletin*, 106(1), 59–73.
3. Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2010). *Bullying Beyond the Schoolyard: Preventing and Responding to Cyberbullying*. Corwin Press.
4. Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). *Bullying in the Digital Age: A Critical Review and Meta-Analysis of Cyberbullying Research Among Youth*. *Psychological Bulletin*, 140(4), 1073–1137.
5. Willard, N. (2007). *Cyberbullying and Cyberthreats: Responding to the Challenge of Online Social Aggression, Threats, and Distress*. Research Press.
6. Boyd, D. (2014). *It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens*. Yale University Press.
7. Shipitsina, L. M. (2017). *Psixologicheskie aspekty kiberagressii i metody ee preduprezhdeniya*. Moscow: Moscow State University Publishing.
8. Klimov, E. A. (2012). *Psixologiya i Internet: vliyanie tsifrovoyh tekhnologiy na lichnost*. Saint Petersburg: Piter.
9. Muxitdinova, A. S., Yusupova, D. R. (2020). *Raqamli muhit va yoshlar psixologiyasi: zamonaviy muammolar*. Toshkent: O'zbekistondagi Psixologiya Ilmiy Markazi.
10. O'zbekiston Respublikasi Xalq Ta'limi Vazirligi. (2021). *Internet xavfsizligi va yoshlarni kiberagressiyadan himoya qilish bo'yicha tavsiyalar*. Toshkent.

II SHO‘BA

PSIXOLOGIK XIZMAT KO‘RSATISH VA ZAMONAVIY PSIXOTERAPIYA USULLARI

Tilavov Muxtor Hasan o'g'li

*Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrası dotsenti,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

TA'LIM MUASSASALARIDA PSIXOLOGIK XIZMATLARNING SAMARADORLIGINI BAHOLASH MEZONLARI

Annotatsiya: Mazkur maqolada ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlarning samaradorligini baholash me'zonlari yoritib berilgan. Psixologik xizmatlar ta'lim tizimida talabalarning shaxsiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlash, ularning emotsional barqarorligini ta'minlash hamda ta'lim jarayonining umumiy sifatini oshirishda muhim o'rin tutadi. Shu bois, ushbu xizmatlarning samaradorligini ilmiy asosda aniqlash ta'lim muassasalarining faoliyatini yanada takomillashtirishga yordam beradi. Maqolada samaradorlikni baholash me'zonlari sifatida quyidagi jihatlar tahlil qilingan: psixologik xizmatning tashkiliy va metodik jihatlar, uning ta'lim jarayonidagi integratsiyasi, xizmatning individual va guruhliy faoliyatdagi natijalari hamda psixologik muhitni ijobiy shakllantirishga qo'shgan hisssasi.

Kalit so'zlar: psixologik xizmat, samaradorlik mezonlari, baholash, ta'lim muassasalari, shaxsiy rivojlanish, emotsional barqarorlik, ijtimoiy-psixologik moslashuv, diagnostik faoliyat, profilaktika, rivojlantiruvchi yondashuv.

Kirish. Ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlar ta'lim-tarbiya jarayonining ajralmas qismi hisoblanadi. Ular nafaqat o'quvchilarning shaxsiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlash, balki o'qituvchilar va ota-onalar bilan hamkorlikni rivojlantirishga xizmat qiladi. Psixologik xizmatning asosiy vazifasi – ta'lim muassasasi jamoasida sog'lom psixologik muhitni shakllantirish, ijtimoiy-psixologik moslashuv jarayonini yengillashtirish va stress holatlarini bartaraf etishda yordam berishdir.

Bundan tashqari, psixologik xizmatning o'rni shundaki, u individual va guruhliy ishlarni olib borish orqali talabalar (yoki o'quvchilar)ning shaxsiy muammolarini aniqlaydi, ularni hal qilish bo'yicha maslahat va tavsiyalar beradi. Shuningdek, psixologik xizmat o'z faoliyatida quyidagi asosiy yo'nalishlarga e'tibor qaratadi:

1. Diagnostik faoliyat – talabalarning psixologik xususiyatlarini aniqlash, stress darajasi, ijtimoiy-psixologik moslashuv va emotsional barqarorlik holatini o'rganish.
2. Maslahat va profilaktika ishlari – individual maslahatlar berish, tarbiyaviy jarayonlarni psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash.
3. Rivojlantiruvchi faoliyat – talabalar shaxsiy sifatlarini rivojlantirish, o'zini anglash va o'z-o'zini boshqarish qobiliyatlarini shakllantirish.
4. Pedagogik jamoa bilan hamkorlik – o'qituvchilar va ota-onalar bilan muloqotni rivojlantirish, ularning psixologik bilim va ko'nikmalarini oshirish.

Ta'lim muassasasidagi psixologik xizmatning yana bir muhim vazifasi – ijobiy muhit yaratish. Bu esa o'quvchilarning o'z imkoniyatlarini to'liq namoyon qilishiga, shaxsiy o'sishga va ma'naviy barkamollikka erishishiga ko'maklashadi.

Shu bilan birga, zamonaviy ta'lim sharoitida psixologik xizmatlar o'z faoliyatini ilmiy asoslangan yondashuvlarga tayanib amalga oshiradi. Bu esa ta'lim sifatini oshirish va ijtimoiy-psixologik muhitni yanada mustahkamlashga xizmat qiladi.

Psixologik xizmatlarning samaradorligini baholash ularning faoliyat sifatini oshirish, mavjud muammolarni aniqlash va bartaraf etish uchun muhim ahamiyatga ega. Bu baholash jarayoni ilmiy asoslangan mezonlarga tayanadi va sifatli tahlil talab qiladi.

Psixologik xizmat samaradorligini aniqlashning asosiy mezonlari quyidagilardan iborat:

- Tashkiliy va metodik jihatlar – xizmatning o'z faoliyatini qanchalik samarali va tizimli yo'lga qo'yganligi, metodik yondashuvlarning sifatli qo'llanilishi.
- Individ va guruh natijalari – o'quvchilarning shaxsiy rivojlanishidagi o'zgarishlar, stress va moslashuv bilan bog'liq ko'rsatkichlarning yaxshilanishi.

- Ijtimoiy-psixologik muhit – ta’lim muassasasida ijobiy va qo’llab-quvvatlovchi muhit shakllanishi.

- O’quvchilar va ota-onalar qoniqishi – psixologik xizmatdan foydalangan shaxslarning xizmat sifatidan mamnunligi va ishonchi.

- O’quvchilarning mustaqilligi va refleksiya qobiliyati – o’zini anglash, o’z-o’zini boshqarish malakalari shakllanishi.

Bu mezonlar sifat ko’rsatkichlari bilan bir qatorda miqdoriy ko’rsatkichlar bilan ham o’lchanadi. Masalan, nechta o’quvchi yoki guruh bilan ish olib borilganligi, maslahatlar va treninglar soni, kuzatilgan ijobiy natijalar foizi va hokazolar.

Baholash jarayonida zamonaviy diagnostik usullar (testlar, so’rovnomalar, kuzatish va suhbatlar)dan samarali foydalanish muhimdir. Shu bilan birga, refleksiya va monitoring jarayonlarini doimiy olib borish xizmatning rivojlanishini ta’minlaydi.

Yana bir muhim yondashuv – holistik baholash. Bu yondashuv psixologik xizmat samaradorligini alohida ko’rsatkichlar orqali emas, balki umumiy rivojlanish va ijtimoiy-psixologik muhit bilan uzviy bog’liq holda baholashni nazarda tutadi.

Shu tariqa, samaradorlikni baholashning aniq mezon va yondashuvlari psixologik xizmatning takomillashishiga, o’quvchilar shaxsiy rivojlanishiga yanada samarali ta’sir o’tkazishiga yordam beradi.

Psixologik xizmatning samaradorligini baholash jarayoni nafaqat xizmat sifatini o’lchash, balki uning faoliyatini yanada takomillashtirish uchun asos bo’lib xizmat qiladi. Baholash natijalari asosida aniqlangan kuchli va zaif tomonlar, imkoniyatlar va tahdidlar (SWOT-tahlil) xizmatning yanada samarali ishlashi uchun aniq strategiyalar ishlab chiqishga yordam beradi.

Avvalo, baholashdan olingan ma’lumotlar asosida quyidagi yo’nalishlarda takomillashtirish ishlarini amalga oshirish mumkin:

1. Metodik yondashuvlarni yangilash va boyitish — zamonaviy psixologik texnologiyalar va usullarni joriy etish, individual va guruhli ishlar uchun yangi metodlarni ishlab chiqish.

2. Kadrlar malakasini oshirish — psixologlarning kasbiy rivojlanishi, doimiy ta’lim, treninglar va seminarlar orqali yangi bilim va ko’nikmalarni egallashi.

3. Psixologik xizmat va ta’lim jarayoni o’rtasidagi integratsiyani kuchaytirish — pedagoglar bilan yaqin hamkorlikni rivojlantirish, ularning psixologik bilimlarini oshirishga yordam berish.

4. Individual yondashuvni kengaytirish — har bir talaba yoki guruhning ehtiyojlarini chuqur o’rganib, moslashtirilgan maslahatlar va qo’llab-quvvatlash tizimini yaratish.

5. Monitoring va refleksiya tizimini joriy etish — xizmat faoliyatining doimiy tahlili, natijalar bo’yicha teskari aloqa olish va o’zgarishlarni amalga oshirish.

Shuningdek, baholash natijalari yordamida psixologik xizmat faoliyatining ijtimoiy va emotsional jihatlariga e’tibor qaratish zarur. Masalan, o’quvchilar orasida stressni kamaytirish, ijtimoiy moslashuvni yaxshilash, konfliktlarni bartaraf etish bo’yicha profilaktik dasturlar ishlab chiqish.

Innovatsion texnologiyalar, masalan, onlayn maslahat xizmatlari, interaktiv treninglar va virtual platformalar yordamida xizmat ko’rsatishni kengaytirish ham zamonaviy takomillashtirish yo’nalishlaridan biridir.

Natijada, baholash natijalariga asoslangan tizimli yondashuv psixologik xizmatlarning samaradorligini sezilarli darajada oshirishga, ta’lim muassasalarida sog’lom va ijobiy psixologik muhit yaratishga olib keladi.

Psixologik xizmat samaradorligini baholash natijalari nafaqat mavjud holatni aniqlash, balki xizmatning kelajakdagi rivojlanish strategiyasini belgilash uchun asos bo’ladi. Baholashda aniqlangan ehtiyoj va kamchiliklar asosida moliyaviy, moddiy va inson resurslari to’g’ri yo’naltiriladi. Masalan, psixologik xizmat uchun zamonaviy diagnostika vositalarini sotib olish yoki yangi mutaxassislarni jalb etish. Talabalar va o’qituvchilarning ehtiyojlariga mos ravishda individual maslahatlar, stressni boshqarish bo’yicha treninglar, konfliktlarni hal qilish seminarlarini tashkil etish. Bu, o’z navbatida, xizmat samaradorligini oshiradi. O’qituvchilar va psixologlar o’rtasidagi hamkorlikni mustahkamlash, pedagogik jamoalarda psixologik

savodxonlikni oshirish uchun maxsus treninglar va seminarlar tashkil qilish. Psixologik xizmat faoliyatining samaradorligi ko'pincha uning qabul qiluvchilari bilan o'zaro ishonch va hamkorlik darajasiga bog'liq.

Shu bois, ota-onalar yig'ilishlarida psixologik maslahatlar berish, ularni ma'lumot bilan ta'minlash muhimdir. Psixologik xizmatning natijadorligini kuzatish uchun muntazam ravishda so'rovnomalar, intervyu va tahlillar o'tkazish kerak. Natijalar asosida xizmat faoliyati haqida hisobotlar tayyorlanib, ularni takomillashtirish bo'yicha qarorlar qabul qilinadi. Psixologlarning o'z-o'zini rivojlantirish uchun imkoniyatlar yaratish, malaka oshirish kurslari va ilmiy-tadqiqot ishlarida ishtirok etishni qo'llab-quvvatlash.

Xulosa qilib aytganda, ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlarning samaradorligini baholash – ta'lim jarayonining sifatini oshirish, talabalar va pedagoglarning ruhiy holatini mustahkamlash hamda ijtimoiy-psixologik muhitni yaxshilash uchun muhim shartdir. Samaradorlikni aniqlash mezonlari, usullari va yondashuvlari ilmiy asoslangan bo'lib, ular psixologik xizmat faoliyatining natijadorligini ob'ektiv baholash imkonini beradi. Bu baholash jarayoni psixologik xizmatlarning kuchli va zaif tomonlarini aniqlash, mavjud muammolarni hal etish hamda xizmat sifatini doimiy ravishda takomillashtirish uchun zarur.

Baholash natijalari asosida xizmatning faoliyat yo'nalishlari yangilanadi, zamonaviy metod va texnologiyalar joriy etiladi, kadrlar malakasi oshiriladi, hamda ta'lim muassasalari va psixologik xizmat o'rtasidagi integratsiya kuchaytiriladi. Shu bilan birga, talabalar va ota-onalar bilan samarali kommunikatsiya o'rnatish, individual yondashuvni kuchaytirish va profilaktik tadbirlarni rivojlantirish ham samaradorlikni oshirishga xizmat qiladi.

Psixologik xizmatlarning samaradorligi nafaqat ularning bevosita faoliyat ko'rsatish darajasida, balki butun ta'lim muassasasining psixologik barqarorligi va ijtimoiy muhitining sog'lomligida o'z aksini topadi. Shuning uchun, samaradorlikni baholash va takomillashtirish doimiy jarayon bo'lib, ilg'or yondashuvlarni qo'llash va yangi imkoniyatlardan foydalanishni talab qiladi.

Natijada, ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlarning sifatli faoliyati talabalar shaxsining to'laqonli rivojlanishiga, ularning ijtimoiy moslashuviga, shuningdek, ta'lim sifatining oshishiga muhim hissa qo'shadi. Shu bois, psixologik xizmatlarning samaradorligini tizimli ravishda baholash va takomillashtirish bo'yicha chora-tadbirlar ta'lim sohasidagi islohotlar samaradorligini yanada oshirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

11. Jalilova S.X, G'ayibova N.A "Umumiy psixodiagnostika" - Toshkent 2018.
12. Nishanova Z, Qurbonova Z, Abdiyev S "Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya" - Toshkent 2011
13. G'aniyeva H.A "Psixodiagnostika" - Farg'ona 2007
14. Дружинина В.. "Психология". Учебник. "Питер", 2003.
15. Davletshin M.G va boshqalar, Yosh davrlari va pedagogik psixologiya. T-2004 yil.
16. Elkonin D.B. Detskaya psixologiya. M.: 1985 y.
17. Karimov I.A. Barkamol avlod orzusi. -T.: «Sharq» nashriyot-matbaa konserni, 1999.
18. Qodirov B.R, Qodirov K.B 'Kasbiy tashhis metodikalari toplami' Toshkent-2003 yil.
19. Safayev N.S., Mirashirova N.A. "Umumiy psixologiya nazariyasi va amaliyoti" TDPU, 2013 y, B. 145-160.

Sariyeva E'tibor Matchanboyevna
 Urganch davlat universiteti tadqiqotchisi,

MADANIY TURIZM FAOLIYATIDA MILLIY QADRIYATLAR MAZMUNINI YOSHLAR ONGIGA SINGDIRISH USULLARI

Annonatsiya: Ushbu maqola madaniy turizm faoliyatining yoshlarning ruhiy-ma'naviy tarbiyasidagi o'rni va ahamiyatini o'rganishga qaratilgan. Madaniy meros va tarixiy yodgorliklarni ziyorat qilish, yoshlarni milliy qadriyatlar bilan tanishtirish, ularning ma'naviy ongini yuksaltirishning samarali usullari tahlil qilinadi. Ekskursiyalar, interaktiv mashg'ulotlar, madaniy tadbirlar va raqamli texnologiyalar yordamida ruhiy-ma'naviy qadriyatlarni yoshlar ongiga singdirishning pedagogik asoslari ko'rib chiqiladi. Xususan, Xiva, Buxoro, Samarqand va boshqa tarixiy shaharlarda o'tkazilgan tadbirlar misolida madaniy turizmning tarbiyaviy ahamiyati va uning yoshlar ruhiyatidagi ijobiy ta'siri o'rganilgan.

Kalit so'zlar: madaniy turizm, ma'naviy qadriyatlar, yoshlar tarbiyasi, tarixiy yodgorliklar, pedagogik usullar, ekskursiyalar, interaktiv mashg'ulotlar, milliy o'zlik, ma'rifat, madaniy meros

Kirish. Madaniy turizm — bu jamiyat a'zolarining tarixiy, madaniy va estetik qadriyatlarni anglash, ularni saqlash hamda yangi avlod ongiga singdirish maqsadida amalga oshiriladigan ijtimoiy-madaniy faoliyat shaklidir. Bu turizm turi shaxsni madaniyat, san'at va tarix bilan bevosita tanishtirish orqali uning milliy o'zlikni anglash, tarixiy xotira, estetik did, vatanparvarlik, fuqarolik mas'uliyati kabi muhim ma'naviy sifatlarni shakllantirishga xizmat qiladi. Pedagogik nuqtayi nazardan madaniy turizm — shaxs kamolotiga ijobiy ta'sir ko'rsatuvchi, noformal ta'lim vositasi sifatida qoraladi.

YUNESCO tomonidan ishlab chiqilgan “Nomoddiy madaniy merosni muhofaza qilish to'g'risida”gi Konvensiya (2003)da ta'kidlanganidek, madaniy turizm nafaqat mavjud madaniy boyliklarni ko'rsatish, balki ularni ommalashtirish, avlodlar o'rtasida uzviylikni ta'minlash va zamonaviy jamiyatni tarixiy ildizlar bilan bog'lash vazifasini ham bajaradi. Shu nuqtayi nazardan, O'zbekiston Respublikasining “Madaniy merosni muhofaza qilish to'g'risida”gi Qonuni (2001) ushbu jarayonning huquqiy asoslarini belgilab bergan bo'lib, unda madaniy obyektlar orqali aholining ayniqsa yoshlarning estetik va ma'naviy kamoloti yo'lida davlat siyosati doirasida chora-tadbirlar amalga oshirilishi nazarda tutilgan.

Amaliy jihatdan olganda, O'zbekiston hududidagi tarixiy-madaniy meros obyektlari — jumladan, Xiva, Buxoro, Samarqand va Shahrisabz shaharlari kabi yirik madaniy markazlar, yosh avlodni o'z tarixiy ildizlari bilan tanishtirish, milliy g'urur va o'zlikni anglash hissini shakllantirishda beqiyos ahamiyatga ega. Ayniqsa, bu shaharlar tarkibidagi me'moriy majmualar, masjidlar, madrasa va maqbaralar, qadimiy bozorlar va hunarmandchilik markazlari yoshlarni madaniyatlararo muloqot, bag'rikenglik, mehnatsevarlik kabi qadriyatlarga yo'naltirishda muhim o'quv-tarbiyaviy vosita bo'lib xizmat qiladi.

Har bir xalqning milliy qadriyatlarini uning tarixi, ma'naviyati, madaniyati, o'ziga xos urf-odatlar, an'analari tasavvur qilish qiyin. “Qadriyat deyilganda inson va insoniyat uchun ahamiyatli bo'lgan millat, elat va ijtimoiy guruhlarining manfaatlari va maqsallariga xizmat qiladigan va ular tomonidan baholanib, qadrlanadigan tabiat va jamiyat ne'mat'ari, hodisalari majmuini tushunmog'imiz lozim” [9].

Asosiy qism. Inson paydo bo'lishi bilan uning tili, urf-odatlar, an'analari, dini, madaniyati, ezgulikni ifodalovchi axloqiy fazilatlar vujudga kela boshlagan. Ularning mazmunida xalqning hayot tarzi, ruhiyati, ma'naviyati, turmush tarzi, o'y-xayollari aks etgan. Qadriyat atamasi arabcha “qadr” so'zidan olingan bo'lib, qimmatli, foydali degan ma'noni anglatadi. Qadriyat – bu tabiiy va ijtimoiy hayotda namoyon bo'ladigan shaxsiy va ijtimoiy ehtiyojni qondirishga xizmat qiladigan moddiy-madaniy, ma'naviy omillar yig'indisidir. Jamiyatga va o'ziga foyda keltiruvchi shaxs bo'lib yetishishda muhim omil – bilim egallashdir. Bilimsizlik – kishilarni nodonlikka olib

keladi. Yoshlarimizning ma'naviy tarbiyasida doimo ogoh va sergak bo'lish, hamda milliy kadriyatlarimizni ularning ongiga singdirish bizning burchimizdir[8].

Yosh avlod ongiga milliy va umuminsoniy qadriyatlarni singdirish jarayoni nafaqat formal ta'lim tizimi orqali, balki turizm faoliyati bilan integratsiyalashgan holda ham samarali tarzda olib borilmoqda. Ayniqsa, madaniy-tarixiy obidalar va xalq og'zaki ijodi namunalarini yoshlar ongiga etkazishda pedagogik yondashuvlar dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Amaliy-pedagogik tajriba shuni ko'rsatmoqdaki, yoshlarni tarixiy-madaniy obidalar joylashgan hududlarga tashrif buyurtirish orqali ularning ma'naviy dunyoqarashi, estetik didi va tarixiy tafakkurini rivojlantirishda muhim natijalarga erishish mumkin. Ayniqsa, tarixiy me'moriy majmualar — xususan, Xivada joylashgan "Ichon qal'a", Buxorodagi "Poyi-Kalon" majmuasi, hamda Samarqandning tarixiy yuragi bo'lgan "Registon maydoni" — o'zlarining boy tarixiy, diniy va madaniy qatlamlari bilan yosh avlod tarbiyasida g'oyat ahamiyatlidir.

Mazkur maskanlarda tashkil etilgan interaktiv ekskursiyalar davomida talabalar tarixiy obidalarining me'moriy tuzilishi, san'at uslublari va ularning yaratilish zamiridagi diniy-ma'naviy g'oyalar, tarixiy shaxslar faoliyati, hamda ijtimoiy-tarixiy kontekst haqida ham mukammal tushunchaga ega bo'ladi. Ushbu ekskursiyalar o'ziga xos pedagogik muhit bo'lib, yoshlarni mustaqil fikrlashga, tarixiy faktlar asosida mulohaza yuritishga, milliy qadriyatlar mohiyatini anglashga undaydi.

Shuningdek, ekskursiyalardan so'ng tashkil etiladigan reflektiv suhbatlar va analitik muhokamalar o'quvchilarda ko'rgan, eshitgan va his qilganlarini fikriy tahlil qilish, ularni zamonaviy hayot bilan bog'lash, shaxsiy hayot tajribasi bilan uyg'unlashtirish ko'nikmalarini shakllantiradi. Bunday yondashuv yoshlar ongida tarixiy voqeliklarga nisbatan ijtimoiy mas'uliyat, madaniy merosga hurmat va fuqarolik pozitsiyasini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Pedagogik metodlar ichida rolga kirish, ya'ni tarixiy shaxslar obrazida ishtirok etish orqali yoshlar tarixni chuqur his etadilar. Turizm jarayonida o'tkaziladigan madaniy festivallar, an'anaviy liboslar namoyishi, xalq musiqa va raqs san'ati bilan tanishtiruvchi ko'rgazmalar yoshlarni xalq og'zaki ijodi, urf-odat va an'analar bilan yaqindan tanishtiradi. Masalan, "Sharq taronalari" xalqaro festivali nafaqat musiqiy madaniyatni targ'ib qiladi, balki turli xalq va millatlarning tinch-totuv yashash g'oyasini yoshlar ongiga singdirishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi. Shuningdek, "Milliy liboslar haftaligi" kabi tadbirlarda yoshlar o'z madaniyatini faxr bilan namoyon etishga o'rganadilar[8].

Zamonaviy texnologiyalar ta'siri ostida raqamli madaniy turizm tez rivojlanmoqda. Bugungi kunda 3D formatdagi virtual sayohatlar, mobil ilovalar, QR-kod asosidagi audio gidlar orqali yoshlar madaniy meros ob'ektlari bilan masofadan turib tanishish imkoniyatiga ega. Masalan, "Ko'hna Xiva" turistik majmuasiga bag'ishlangan virtual platformalar orqali foydalanuvchilar Xivaning tarixiy manzaralarini onlayn tarzda tomosha qiladilar.

Bunday turdagi sayohatlar — ya'ni tarixiy-madaniy obidalar va ziyoratgohlarga uyushtirilgan ekskursiyalar — yosh avlodning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish, ularni ijtimoiy foydali faoliyatga jalb qilishda muhim vosita bo'lib xizmat qiladi. Bunday faoliyatlar orqali nafaqat yoshlarning tarixiy merosga bo'lgan qiziqishi ortadi, balki ular o'z milliy ildizlari, urf-odatlari, madaniy an'analari va ajdodlarining buyuk merosi bilan jonli va bevosita tanishish imkoniyatiga ega bo'ladi[9].

Shuningdek, bu jarayon ularni turli yot g'oyalarning salbiy ta'siridan asrashda ham muhim tarbiyaviy rol o'ynaydi. Tarixiy xotira, milliy o'zlik va Vatanga muhabbat hissi yosh ongida barqaror qaror topgan taqdirda, ularning ruhiy immuniteti mustahkamlanadi. Vatanparvarlik, fuqarolik pozitsiyasi, o'z millatiga sadoqat, ijtimoiy mas'uliyat kabi sifatlar yoshlar qalbida shakllanadi va bu ularni ma'naviy jihatdan barqaror shaxs etib voyaga yetkazadi.

Ayni kunlarda mamlakatimizda yoshlarni milliy va umum insoniy qadriyatlar, ijtimoiy-axloqiy, madaniy va ma'naviy an'alarimiz bilan yaqindan tanishtirish, ular o'rtasida tarixiy tafakkur va milliy ongini rivojlantirish maqsadida, oliy ta'lim muassasalarida amalga oshirilayotgan madaniy-ma'rifiy ishlar samaradorligini oshirishga qaratilgan "Yurtim qadriyatlari" ko'rik-tanlovining o'tkazilayotgani talaba-yoshlar uchun milliy an'alarimizni, qadriyatlarimizni

va urf-odatlarimizni chuqur anglash, musiqiy va madaniy boyliklarimizni yuksak darajada ifodalash, milliy kiyimlar o'ziga xos tarzda taqdim etishib, she'rlar, qo'shiqlar va teatr sahnalari orqali qadriyatlarimizga bo'lgan mehr-muhabbatni ifodalash, yoshlarni milliy qadriyatlarga bo'lgan hurmatini oshirish, ijodiy salohiyatini namoyon qilish va o'z bilimlarini boyitish uchun ajoyib maydon bo'lmoqda.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti tashabbusi bilan "Yoshlar ma'naviyatini yuksaltirish va ularning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish bo'yicha 5 muhim tashabbus", 2020-yilda qabul qilingan "Madaniy meros obyektlarini muhofaza qilish to'g'risida"gi qonun, "2022–2026-yillarda raqamli texnologiyalarni rivojlantirish strategiyasi" va 2022-yilda qabul qilingan "Yoshlar siyosati to'g'risida"gi qonunlarda ham aynan yoshlarni yot va buzg'unchi g'oyalar ta'siridan asrash, ularni sog'lom g'oya va qadriyatlar ruhida tarbiyalash eng muhim maqsadlardan biri sifatida ko'rsatib o'tilgan[1,2,3]. Shu nuqtai nazardan qaraganda, madaniy turizm faoliyati orqali yoshlarga tarixiy haqiqatni ochib berish, ularni milliy g'urur va iftixor ruhida tarbiyalash hozirgi davrning dolzarb pedagogik vazifasidir.

Xulosa. Madaniy turizm yoshlar ongiga ruxiy-ma'naviy qadriyatlarni singdirishning samarali va zamonaviy pedagogik vositasi sifatida e'tirof etilishi mumkin. Tarixiy yodgorliklar, me'moriy obidalar, xalq og'zaki ijodi namunalariga asoslangan ekskursiyalar, interaktiv suhbatlar va raqamli turizm texnologiyalari yoshlarning milliy o'zlikni anglash, Vatanga sadoqat, ajdodlar merosiga hurmat tuyg'ularini shakllantirishga xizmat qiladi.

Shu bilan birga, madaniy turizm faoliyati yoshlarning bo'sh vaqtini mazmunli o'tkazish, ularni turli zararli g'oyalar ta'siridan himoya qilish, sog'lom ijtimoiy-ruhiy muhitda tarbiyalashning muhim pedagogik yo'nalishlaridan biri sifatida qaralmoqda. O'zbekiston Respublikasining ma'naviy-ma'rifiy siyosatida madaniy merosni asrash va targ'ib qilishga alohida e'tibor qaratilganligi bu yo'nalishda olib borilayotgan ishlarning davlat siyosati darajasida ustuvor ahamiyatga ega ekanini ko'rsatadi.

Kelgusida madaniy turizm faoliyatini tizimli pedagogik dasturlar asosida rivojlantirish, yoshlar bilan ishlovchi mutaxassislar malakasini oshirish va raqamli resurslardan foydalanish samaradorligini kuchaytirish orqali bu jarayonni yanada takomillashtirish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasining "Yoshlarga oid davlat siyosati to'g'risida"gi Qonun. T., 2016
2. "2017-2021" yillarda O'zbekistonni rivojlantirishning beshta ustuvor yo'nalishi bo'yicha "Harakatalar strategiyasi" - T., 2017
3. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2021 yil 24-fevraldagi "Ichki va ziyorat turizmini rivojlantirish bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi 100-son qarori.
4. M.Shoxadjayev. Burxoniddin Marg'inoniyning axloqiy-huquqiy tarbiyaga oid qarashlari. Avtoreferat. T.: 2006 y.
5. X.Xasanov. Sayyoh olimlar. Toshkent. O'zbekiston. 1981-yil
6. Ro'ziyev Sh. "O'zbekistonda tarixiy-madaniy turizmni rivojlantirishning tashkiliy-iqtisodiy mexanizmini indikativ boshqarish metodikasi" J. Экономика и финансы. <https://cyberleninka.ru/>
7. Z.B.Jalilov. Sharq mutafakkirlari merosini o'rganishning didaktik metodlari. Zamonaviy ta'lim jurnali. 2017 yil, 5-son.
8. Pedagogika. X. Ibragimov, Sh. Abdullaeva. –Toshkent, 2007.
9. Qadriyatlar va ijtimoiy taraqqiyot (ilmiy ishlar to'plami).- T; "O'zbekiston", 1997. 198 bet.

Nasriddinov Ulug'bek Sadriddinovich
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

MIGRATSIYADAN QAYTGAN YOSHLARNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya: migratsiyadan qaytgan yoshlar jamiyatda o'z o'rnini qayta topish jarayonida turli ijtimoiy va psixologik muammolar bilan yuzlashadilar. ushbu mavzu yoshlarning o'zgaruvchan muhitga moslashish jarayoni, identifikatsiya muammolari, stress va qayta ijtimoiylashuv bilan bog'liq xususiyatlarni o'rganishga qaratilgan. migratsiyadan qaytgan yoshlarning shaxsiyati, ijtimoiy munosabatlari va ruhiy holatiga ta'sir ko'rsatuvchi omillar — oilaviy munosabatlar, madaniy farqlar, iqtisodiy sharoitlar, va jamiyatdagi qabul qilish darajasi kabi omillar o'rganiladi. shuningdek, qaytgan yoshlarning jamiyatga integratsiyasi, o'zaro tushunishni mustahkamlash va psixologik yordam ko'rsatish mexanizmlari ham tahlil qilinadi. tadqiqot natijalari ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini rivojlantirish va yoshlar uchun moslashtirilgan rehabilitatsiya dasturlarini yaratishda muhim ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: Migratsiya, qaytgan yoshlar, ijtimoiy-psixologik xususiyatlar, moslashuv, identifikatsiya, stress, qayta ijtimoiylashuv, jamiyatga integratsiya, psixologik yordam, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, madaniy farqlar, ruhiy holat, rehabilitatsiya dasturlari.

Kirish. Globalizatsiya va iqtisodiy o'zgarishlar natijasida migratsiya zamonaviy jamiyatlarda keng tarqalgan ijtimoiy hodisaga aylangan. Yoshlar orasida migratsiya ayniqsa dolzarb bo'lib, ular yangi sharoitlarda o'z imkoniyatlarini kengaytirish, ta'lim olish yoki ish topish maqsadida vaqtincha yoki doimiy ravishda yashash joylarini o'zgartirishadi. Biroq, migratsiyadan qaytish jarayoni ko'pincha kutilmagan qiyinchiliklar, yangi muhitga moslashish bilan bog'liq ijtimoiy va psixologik muammolarni yuzaga keltiradi.

Migratsiyadan qaytgan yoshlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o'rganish muhimligi shundaki, ular jamiyatning asosiy resursi bo'lib, davlat va jamoatchilikning rivojlanishida faol ishtirok etishadi. Ammo, qaytgan yoshlar ko'pincha o'zlarini ikki xil madaniyat orasida, o'zgarib borayotgan jamiyatda nomuvofiq his qilishlari mumkin. Bu holat ularning ijtimoiy identifikatsiyasi, o'z-o'zini anglash, psixologik barqarorligi va ijtimoiy munosabatlariga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Shuningdek, migratsiyadan qaytgan yoshlarning psixologik holati ko'plab omillarga bog'liq: oilaviy qo'llab-quvvatlash darajasi, jamiyatning ularni qabul qilishi, iqtisodiy imkoniyatlarning cheklanganligi va madaniy farqlar. Bu omillar yoshlarning stressga chidamliligini pasaytirishi, ruhiy holatining buzilishiga, ijtimoiy izolatsiyaga olib kelishi mumkin. Shu bois, ularning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini chuqur o'rganish, qaytish jarayonidagi muammolarni aniqlash va samarali psixologik yordam hamda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini ishlab chiqish dolzarb vazifadir.

Ushbu mavzu doirasida yoshlarning migratsiyadan keyingi moslashuv jarayoni, ularning ijtimoiy rol va funksiyalarining qayta shakllanishi, shuningdek, psixologik stress va qayta ijtimoiylashuv jarayonlari tahlil qilinadi. Bu tadqiqot yoshlarning qaytishidan keyin yuzaga keladigan ijtimoiy va psixologik muammolarni tushunish hamda ularga yordam ko'rsatish tizimini takomillashtirishga xizmat qiladi.

Migratsiya va uning ijtimoiy-psixologik oqibatlari sohasida o'tkazilgan tadqiqotlar dunyo bo'ylab keng ko'lamda amalga oshirilgan. Ayniqsa, yoshlar migratsiyasi masalasi jahon miqyosida iqtisodiy, ijtimoiy va madaniy omillar kontekstida chuqur o'rganilgan. Shuningdek, migratsiyadan qaytgan shaxslarning psixologik holati, identifikatsiya jarayoni, stress darajasi va jamiyatga qayta integratsiyasi borasida ko'plab ilmiy ishlar mavjud.

O'zbekiston va Markaziy Osiyo hududida migratsiyadan qaytgan yoshlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o'rganishga qaratilgan ilmiy tadqiqotlar nisbatan yangi va rivojlanayotgan yo'nalish hisoblanadi. Mintaqaviy tadqiqotlar ko'proq iqtisodiy va ijtimoiy

muammolarga urg'u bersa-da, yoshlarning psixologik moslashuvi, identifikatsiyasi va ruhiy salomatligi masalalari hali to'liq o'rganilmagan.

Shu bilan birga, xalqaro ilmiy adabiyotlarda qaytgan migratsiya jarayonida yuzaga keladigan psixologik stress, madaniy farqlar, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlari va moslashuv mexanizmlari bo'yicha keng qamrovli tadqiqotlar mavjud. Ularning natijalari, ayniqsa, qaytgan yoshlar uchun ijtimoiy integratsiya va psixologik yordam dasturlarini yaratishda muhim asos bo'lib xizmat qiladi.

Ammo, O'zbekistonda bu mavzuga bag'ishlangan ilmiy ishlar soni va sifat jihatidan cheklangan, shuning uchun mintaqaviy kontekstda migratsiyadan qaytgan yoshlarning ijtimoiy-psixologik holatini chuqur o'rganish va milliy tajribani ilmiy asosda tahlil qilish dolzarb hisoblanadi. Shu sababli, ushbu mavzu bo'yicha yangi ilmiy izlanishlar va amaliy tadbirlar talab qilinadi.

Migratsiyadan qaytgan yoshlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini tahlil qilishda bir qancha muhim omillarni hisobga olish zarur. Birinchi navbatda, migratsiya jarayonining o'zi yoshlar shaxsiyatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ularning yangi muhitga moslashish jarayonidagi muvaffaqiyatlari va qiyinchiliklari, o'z-o'zini anglash va identifikatsiya shakllanishi ko'p jihatdan ularning avvalgi ijtimoiy tajribalari, oilaviy holati va jamiyatdagi o'rni bilan bog'liq.

Qaytgan yoshlarning ko'pchiligi madaniy farqlar va yangi ijtimoiy qoidalar tufayli o'zlarini "xorijda qolgan" yoki "uyga qaytgan, ammo o'ziga begona" his qilishi mumkin. Bu holat psixologik stress va identifikatsiya muammolarini kuchaytiradi, yoshlarning o'z-o'zini baholashiga va ijtimoiy faolligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Natijada, ular o'zlarini jamiyatdan chetlashtirilgan deb hisoblab, ijtimoiy izolyatsiyaga tushib qolishi mumkin.

Shuningdek, qaytgan yoshlarning psixologik barqarorligi ko'pincha iqtisodiy va ijtimoiy sharoitlarga bog'liq. Ishsiz qolish yoki o'z sohasida ish topa olmaslik stressni oshiradi, ruhiy salomatlikni buzadi va depressiya xavfini oshiradi. Bunday vaziyatda, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va psixologik yordam mexanizmlari muhim ahamiyatga ega.

Oila va yaqinlar tomonidan ko'rsatiladigan yordam, yoshlarning yangi sharoitga moslashuvida asosiy rol o'ynaydi. Oilaviy muhitdagi ishonch va qo'llab-quvvatlash yoshlarning qayta integratsiyasini osonlashtiradi va ularning ijtimoiy rolini qayta tiklashga yordam beradi. Ammo, oilada yoki jamiyatda tushunmovchilik, stereotiplar va diskriminatsiya bo'lsa, yoshlarning moslashuvi qiyinlashadi.

Madaniy o'zgarishlar ham qaytgan yoshlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlariga ta'sir ko'rsatadi. Migratsiya davomida o'zlashtirilgan yangi madaniy qadriyatlar va urf-odatlar bilan o'z uy jamiyatining qadriyatlari o'rtasida kelishmovchiliklar yuzaga kelishi mumkin. Bu esa yoshlarning identifikatsiyasini murakkablashtiradi va ular orasida ichki ziddiyatlar paydo bo'ladi.

Shu bilan birga, qaytgan yoshlarning jamiyatdagi ijtimoiy integratsiyasi muvaffaqiyatli bo'lishi uchun nafaqat shaxsiy, balki davlat va jamiyat darajasida ham tizimli chora-tadbirlar talab etiladi. Bu yerda yoshlar uchun moslashtirilgan rehabilitatsiya dasturlari, psixologik maslahat va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlari muhim ahamiyatga ega.

Umuman olganda, migratsiyadan qaytgan yoshlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari murakkab va ko'p qirrali bo'lib, ularni yaxshiroq tushunish uchun integratsiyalashgan yondashuv zarur. Bu esa ularning jamiyatga muvaffaqiyatli qaytishini ta'minlashga va psixologik salomatligini mustahkamlashga imkon beradi.

Migratsiyadan qaytgan yoshlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini tahlil qilishda ularning identifikatsiya jarayonidagi murakkabliklar ustuvor o'rin tutadi. Yoshlar o'zlarini ikki madaniyat orasida, doimiy o'zgaruvchan ijtimoiy muhitda qanday joylashtirishni bilmaslikdan kelib chiqadigan ichki ziddiyatlarga duch keladi. Bu holat psixologik o'zlikni shakllantirish va mustahkamlash uchun asosiy to'siq bo'lib xizmat qiladi. Shuning uchun, qaytgan yoshlarning shaxsiy o'sishi va o'zligini anglash jarayonlari migratsiya oldidan va undan keyingi tajribalar o'rtasida sintez hosil qilishi zarur.

Yoshlarning psixologik resurslari va ularning moslashish strategiyalari ham muhim omil hisoblanadi. Ba'zi yoshlar yangi sharoitlarga moslashish uchun ijobiy yondashuv va ichki

resurslarga ega bo'lsa, boshqalari qochish, inkor etish yoki passivlik kabi himoya mexanizmlariga murojaat qiladi. Bu mexanizmlar vaqt o'tishi bilan psixologik salomatlik va ijtimoiy faollikka sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, yoshlarning o'zaro munosabatlari va guruhdagi o'zni ham moslashish jarayonini belgilovchi muhim faktor hisoblanadi.

Qaytgan yoshlarning ijtimoiy tarmoqlari va ular bilan bog'liq qo'llab-quvvatlash tizimlarining mavjudligi psixologik barqarorlik va ijtimoiy integratsiyada hal qiluvchi rol o'ynaydi. Muntazam ijtimoiy muloqot, o'zaro yordam va guruhga mansubiyat hissi yoshlarning qayta ijtimoiylashuvini osonlashtiradi, ularga o'zlarini qadrlangan va kerakli his qilish imkonini yaratadi. Aksincha, ijtimoiy ajratilish va izolyatsiya o'z-o'zini qadrlashni pasaytirib, depressiv holatlar va agressiv xulq-atvorni keltirib chiqarishi mumkin.

Ijtimoiy va iqtisodiy kontekstlar ham migratsiyadan qaytgan yoshlarning psixologik holatiga murakkabliklar qo'shadi. Rivojlanayotgan iqtisodiyot sharoitida ish topishning cheklanganligi va ijtimoiy xavfsizlik tizimining zaifligi yoshlarning kelajak haqidagi umidlarini kamaytiradi. Bu esa ularning motivatsiyasini pasaytirib, jamiyatga munosabatlarini salbiy tomonga o'zgartiradi. Shu bois, ijtimoiy barqarorlikka erishish uchun nafaqat shaxsiy, balki tizimli o'zgarishlar zarur.

Yana bir muhim jihat – migratsiya tajribasi yoshlarning mentaliteti va qadriyat tizimiga qanday ta'sir ko'rsatgani. Ular o'z hayotiga va jamiyatga boshqacha nazar bilan qarashni o'rganadi, bu esa ba'zan an'anaviy qadriyatlar bilan to'qnashuvlarga olib keladi. Shu munosabat bilan, yoshlarning madaniy moslashuvi va o'zgarishga tayyorligi jamiyatdagi ijtimoiy muvozanatni saqlashda hal qiluvchi omil hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, migratsiyadan qaytgan yoshlarning ijtimoiy-psixologik holatini faqat individual darajada emas, balki keng ijtimoiy, madaniy va iqtisodiy kontekstlarda kompleks tarzda o'rganish zarur. Ularning qayta integratsiyasi uchun shaxsiy psixologik resurslarni mustahkamlash, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni kengaytirish va tizimli siyosatlarni ishlab chiqish bir vaqtning o'zida amalga oshirilishi kerak.

Migratsiyadan qaytgan yoshlar o'zining noyob ijtimoiy-psixologik holatiga ega bo'lib, ularning jamiyatga qayta moslashuvi murakkab va ko'p qirrali jarayon hisoblanadi. Ularning o'z-o'zini anglash, identifikatsiya qilish va ijtimoiy ro'lini tiklashda duch keladigan qiyinchiliklar nafaqat shaxsiy, balki ijtimoiy va madaniy omillar bilan chambarchas bog'liq.

Yoshlarning ruhiy salomatligini ta'minlash va ijtimoiy barqarorlikni oshirish uchun individual psixologik resurslarni rivojlantirish, samarali ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlarini yaratish hamda jamiyat tomonidan ularni qabul qilish va moslashuvini rag'batlantirish muhimdir.

Shuningdek, davlat va jamoatchilik darajasida migratsiyadan qaytgan yoshlarni qo'llab-quvvatlashga qaratilgan maxsus dasturlar va siyosatlarni ishlab chiqish, ularning iqtisodiy va ijtimoiy hayotga integratsiyasini ta'minlashga yordam beradi. Bu esa yoshlarning jamiyatda o'z o'rnini topishi, ijtimoiy faolligi va umumiy farovonlikni oshirishga xizmat qiladi.

Umuman olganda, migratsiyadan qaytgan yoshlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini chuqur tahlil qilish va ularning ehtiyojlariga moslashgan kompleks yondashuvlarni qo'llash bugungi kun uchun dolzarb va ijtimoiy barqarorlikni ta'minlovchi omildir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Berry, J. W. (1997). *Immigration, acculturation, and adaptation*. Applied Psychology: An International Review, 46(1), 5–34.
2. Castles, S., & Miller, M. J. (2009). *The Age of Migration: International Population Movements in the Modern World*. Palgrave Macmillan.
3. Samovar, L. A., Porter, R. E., & McDaniel, E. R. (2010). *Communication Between Cultures*. Wadsworth.
4. O'zbekiston Respublikasi Mehnat va Aholini Ijtimoiy Himoya qilish Vazirligi. (2020). *Migratsiya jarayonlari va yoshlar*. Toshkent.
5. Safiullaeva, G. (2018). *Migratsiyadan qaytgan yoshlarning ijtimoiy-psixologik muammolari va ularni hal qilish yo'llari*. Ilmiy maqola, Toshkent.

6. Phinney, J. S. (1990). *Ethnic identity in adolescents and adults: Review of research*. Psychological Bulletin, 108(3), 499–514.
7. UNDP Uzbekistan. (2019). *Youth Migration and Social Integration*. Report.
8. Ziyodov, S. (2017). *Yoshlar migratsiyasining ijtimoiy va psixologik omillari*. Buxoro Davlat Universiteti Ilmiy ishlar to'plami.

Ro'ziyev Umar Muzaffarovich

Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrası dotsenti

Ro'ziyev Ulug'bek Muzaffarovich

BXU magistranti

IJTIMOY FObIYA IJTIMOY TASHVISH VA ULARNI OLDINI OLIsh VA PSIXOKORREKSIYASI

Annotastiya: Bu maqolada o'spirinlarda xavotir bezovtalik ijtimoiy tashvish hissi va ijtimoiy fobiya ko'rinishlari va ularni oldini olish, kelib chiqish sabablari, ijtimoiy fobiya belgilari, kimlarda ko'proq kuzatilishi, ijtimoiy fobiyaning rivojlanish sabablari. Ijtimoiy tashvish va fobiya bilan kasallangan bolalarda yolg'iz bo'lish istagi va nazorat kuchli bolalarga nisbatan do'stlikni shakllantirish va guruhlariga qo'shilish ko'proq qiyin bo'lishi, bolalar va o'spirinlarda ijtimoiy fobiyaning differensial ifodalanishiga ko'ra xulq-atvorning motivatsion omillari ustuvor xarakterga ega ekanligi, o'spirinlik davridagi ijtimoiy fobiyaning mezonlarining shaxslilik sifatlariga bog'liq ekanligi haqida fikr yuritilgan.

Kalit so'zlar: Obsessiya, atrofobiya, agorafobiya, xavotir bezovtalik, zaifliklar fobiya, xulq-atvor, somatik kasalliklar, vahima, irrastional qo'rquv, chuqur depressiya, stereotip travmatik holat, stress, (CBT)

Kirish. Ijtimoiy fobiya, ijtimoiy tashvish buzilishi-bu ijtimoiy vaziyatlarni kutish yoki unda ishtirok etish natijasida kelib chiqadigan doimiy hadik, xavotir, doimiy qo'rquv hissi bilan tavsiflangan surunkali ruhiy salomatlik holati. Ushbu kasallikka chalingan odamlar boshqalarning ularni tomosha qilishidan yoki hukm qilishidan qattiq qo'rqishadi. Ularning qo'rquvlari vaziyatning haqiqiy tahdidi bilan mutanosib emas.

Ijtimoiy fobiya har qanday ijtimoiy vaziyatda, ishxonalarda, maktablarda yoki yaqinlari bilan ishlashda muammolarga duch kelishlari mumkin. Kasallik aniqlanishi uchun simptomlar kamida olti oy davom etishi kerak. Afsuski bu holatlarda shaxs o'zini to'g'ri anglab etguncha ancha vaqt ketadi.

Ijtimoiy qo'rquvni o'rganishda eng samarali yondashuv, olimlarning fikriga ko'ra, kognitiv-xulq-atvor yo'nalishi (J. Bek, J. Volpe, Zalevskiy, A. Rush, A. Ellis va boshqalar) ko'rib chiqilayotgan tadqiqot formatida psixosemantik yondashuv bo'lib, shaxsning motivatsion-xulq-atvoriga asoslangan voqelikni qurish haqidagi fikriga asoslangan, talab tarangligi, SF tadqiqotlari uchun yetarli uslubiy bazani shakllantirishga imkon beradi (E. Artemyeva, X. Brash, J. Kelli, F. Petrenkoda va Richbergda va boshqalar).

Odatda, yoshga bog'liq qo'rquvlar 3-4 hafta ichida paydo bo'lganidan keyin mavjud, bu aytganda, norma. Agar bu vaqt ichida qo'rquvning intensivligi oshsa, unda biz allaqachon nevroitik qo'rquv haqida gapiramiz. U katta hissiy intensivlik, zo'riqish, davomiylik bilan ajralib turadi.

Ijtimoiy tashvish buzilishi bo'lgan odamlar hijolat bo'lish, kamsitish yoki rad etishdan qo'rqib, do'stlashish va do'stlikni saqlashda qiynalishi mumkin. Anksiyete buzilishining bir turi bo'lgan holat dastlab ijtimoiy fobiya deb nomlangan. Ko'pincha o'smirlik davrida boshlanadi. Amerikaliklarning 13 foizida ijtimoiy tashvish buzilishi yoki ijtimoiy tashvishning ba'zi belgilari mavjud. Ijtimoiy tashvish kam tashxis qo'yilgan va kam davolangan deb ishoniladi, chunki bunday kasallikka chalingan odamlar ko'pincha yordam so'ramaydilar. Ayollarda erkaklarnikiga qaraganda tez-tez ijtimoiy tashvish buzilishi kuzatiladi.

Eng keng tarqalgan ruhiy salomatlik buzilishi, ijtimoiy tashvish odatda o'smirlik va o'spirinlik davrida rivojlanadi, 90% hollarda 23 yoshdan oldin sodir bo'ladi. Simptomlar erta o'smirlik davrida keskin ko'tariladi va ko'pincha vaqt o'tishi bilan kuchayadi va yo'qoladi. Kasallik o'rta o'smirlik davrida davom etsa, jiddiylik va boshqa ruhiy salomatlik muammolari uchun katta xavf mavjud. Davolash, birinchi navbatda, bolalarni ular qo'rqadigan kontekstlarga qayta-qayta ta'sir qilishga qaratilgan bo'lib, kamdan-kam hollarda to'liq tiklanishiga olib keladi.

Ba'zi odamlarda faqat ishlash uchun ijtimoiy tashvish buzilishi mavjud, ya'ni ular ish suhbatiga borish yoki sinfdoshlari yoki hamkasblari oldida taqdimot qilish kabi ba'zi ijtimoiy vaziyatlardan qo'rqishadi, lekin boshqa ijtimoiy vaziyatlardan emas, masalan, odamlar ko'p joydan qo'rqish, savdo majmualarida savdolashish, begonalar yoki restoranda ofitsiant bilan gaplashish va boshqalar.

Odatda fobiyalar ko'proq obsessiyalarga olib keladi. Bu shaxs tuzalishiga juda katta ta'sir qiladi. Inson har doim fikr yurituvchi shuning uchun bu holat faqat menda kuzatiladi va men baribir tuzalmayman degan fikr tinchlik bermaydi. Biror kishi ko'p yillar davomida to'g'ri tashxis va davolanmasdan ijtimoiy tashvish buzilishini boshdan kechirishi mumkin. Ushbu kasallikka chalingan ba'zi odamlar yolg'izlik, depressiya yoki tanglik fikrlarini boshdan kechirishadi, bu holat sabab bo'lishi mumkin bo'lgan izolyatsiyadan kelib chiqadi. Bunda ko'pincha ustanovkalarni o'zgartirish, dominanta qo'yish, holatlarni faktlab berish orqali korreksiyalash, psixoterapiya yoki dori-darmonlar kabi muolajalar odamlarga vaziyatni boshqarishga yordam beradi.

Ijtimoiy tashvish buzilishi nima? Ijtimoiy tashvish buzilishi-bu odamlarni ijtimoiy vaziyatlarda ishtirok etishdan qattiq qo'rqadigan tashvish buzilishining bir turi. Bu odamlar boshqalar tomonidan hukm qilinishidan, kamsitilishidan yoki rad etilishidan qo'rqib, ijtimoiy tadbirlarni o'tkazib yuborishiga yoki ularning ishtirokini cheklashiga olib kelishi mumkin. Qo'rquv tuyg'ulari juda kuchli, bu holatga ega bo'lgan ko'p odamlar bu ularning nazoratidan tashqarida deb hisoblashadi. Ijtimoiy tashvish buzilishining tashxisi simptomlarning olti oy yoki undan ko'proq davom etishini talab qiladi.

Ba'zi ijtimoiy vaziyatlar har kimni bezovta qilishi mumkin, masalan, olomon oldida gapirish yoki hech kimni tanimaydigan ziyofatga borish. Ammo ijtimoiy tashvish buzilishi bo'lgan odamlar ko'pincha boshqalarni asabiylashtirmaydigan yoki qo'rqmaydigan ijtimoiy vaziyatlardan xavotirda, masalan, yangi odam bilan uchrashish, boshqalar ko'rishini mumkin bo'lgan joyda ovqatlanish, biror narsa uchun pul to'lashda kassir bilan gaplashish yoki jamoat joylarda transportdan foydalanish. Ular boshdan kechirayotgan qo'rquv tuyg'ulari bu vaziyatlarda kutilganidan ko'ra kuchliroqdir.

Ijtimoiy tashvish buzilishi bo'lgan ba'zi odamlar qaerga borishini va nima qilishlarini cheklaydilar, shunda ular boshqalar tomonidan kuzatilmaydi yoki hukm qilinmaydi. Bu ularning maktabda ustunlik qilish, ish topish yoki mazmunli munosabatlarda qatnashish qobiliyatiga to'sqinlik qilishi mumkin. Ijtimoiy tashvish buzilishi bo'lgan boshqa odamlar o'z faoliyatini cheklamaydilar, lekin ular kun davomida kuchli qo'rquv, stress va xavotirni boshdan kechirishadi.

Ijtimoiy tashvish buzilishiga nima sabab bo'ladi? Psixologlar ijtimoiy tashvish buzilishiga nima sabab bo'lganini o'rganib chiqib buni sabablari ko'pligini asoslab berishdi. Vaziyat ba'zi oilalarda bo'lganligi sababli, genetik komponent bo'lishi mumkin. Mutaxassislar, shuningdek, atrof—muhit omillari odamning ijtimoiy tashvish buzilishini rivojlantiradimi yoki yo'qligiga ta'sir qiladi, deb hisoblashadi-masalan, bolalik davrida qattiq intizomli bo'lish, bolalik travmasini boshdan kechirish yoki ijtimoiy tashvish buzilishi bo'lgan ota-ona bilan o'sish.

Ijtimoiy tashvish buzilishining belgilari qanday? Ijtimoiy tashvish buzilishi bo'lgan odamlar, agar iloji bo'lsa, ijtimoiy sharoitlardan qochishlari mumkin.

Ijtimoiy vaziyatlarga tushib qolganlarida, ular quyidagi fiziologik alomatlariga duch kelishlari mumkin:

Qizarish, titroq, terlash, tez yurak urishi, ko'krak og'rig'i, ko'ngil aynish, bosh aylanishi, go'yo ular bo'g'ilib qolgandek his qilishadi, nafas qisilishi, gohida boshi qotib qolganday bo'lishi.

Ijtimoiy tashvish buzilishi bo'lgan odamlar ijtimoiy vaziyatlarda quyidagi xatti-harakatlarni namoyon qilishi mumkin:

Boshqa odamlar ularni hukm qilayotganiga yoki rad etayotganiga qo'rquvlar. O'zingizni juda ongli his etish, gapirishda qiynalish, juda sokin ovozda gapirish, ko'z har tomonga qarashi, o'zini noqulay his etish, kech kirdiki qo'rquvni boshlanishi, kechqurun uxlolmaslik, ishtahaning yo'qolishi, bir o'zi biron joyga borolmaslik. Gohida shaxslarda shamol bo'lsa olib ketishidan qo'rqish, yer tugab qoladi, baland binolar ustimga yiqiladi, mashina boshqara olmaslik, har doim haddan ziyod o'ta ozodalikka e'tibor va boshqalar.

Ijtimoiy tashvish buzilishining xavf omillari qanday?

Odamlarda ijtimoiy tashvishlanish xavfi yuqori bo'lishi mumkin, agar ular ham bo'lsa:

Boshqa anksiyete kasalliklari

Depressiya

Ijtimoiy tashvish buzilishining oilaviy tarixi

Shaxsiyatning oldini olish buzilishi

Obsessiyalar

Ijtimoiy tashvish buzilishi qanday aniqlanadi?

Ijtimoiy tashvish buzilishi bo'lgan ko'plab odamlar tashxis qo'yish yoki davolanishga murojaat qilishmaydi. Ijtimoiy tashvish buzilishi bo'lgan odam boshqa sog'lig'i uchun baholanayotganda shifokorlar bu holatni aniqlashlari mumkin.

Shifokorlar ijtimoiy anksiyete buzilishini odamning kasallik tarixi haqida bilib, shunga o'xshash alomatlariga ega bo'lishi mumkin bo'lgan sog'liq sharoitlarini istisno qilish uchun fizik tekshiruvdan o'tkazgandan so'ng tashxislashlari mumkin. Agar bemor o'z ahvolini shifokor bilan muhokama qilishdan juda qo'rqsa, oila a'zosi ularning nomidan ma'lumot almashishi mumkin. Ijtimoiy tashvish buzilishi uchun diagnostik testlar mavjud emas.

Psixolog yoki shifokor bemorning kasallik tarixi haqida so'raganda, ular oilada ijtimoiy tashvish buzilishi yoki shaxsiy depressiya, tashvish buzilishi yoki giyohvand moddalarni iste'mol qilish buzilishi mavjudligini bilishni xohlashadi. Shifokorlar, shuningdek, qalqonsimon bez kasalliklari, yurak kasalliklari, astma yoki odam boshdan kechirgan ba'zi alomatlariga olib kelishi mumkin bo'lgan boshqa holatlarning shaxsiy tarixi haqida so'rashlari mumkin. Shifokorlar qalqonsimon bez kasalliklari, yurak kasalliklari, astma yoki bemorning alomatlarini keltirib chiqarishi mumkin bo'lgan boshqa holatlarning belgilari va alomatlarini izlash uchun fizik tekshiruvdan o'tishlari kerak. Baholash paytida ular bemordan ijtimoiy vaziyatlar va harakatlardan qochishlarini so'rashadi.

Agar bemor ijtimoiy vaziyatlardan qo'rqishini tan olsa, shifokor ularning alomatlari, jumladan, qanday vaziyatlar qo'rquv va xavotirga sabab bo'lishi, bunday vaziyatlarda o'zlarini qanday his qilishlari va qo'rquv yoki tashvish ularning hayotini to'liq yashashiga to'sqinlik qiladimi, deb so'raydi. Ushbu savollarga javoblar shifokorga bemorni ruhiy salomatlik bo'yicha mutaxassisga yuborish kerakmi yoki yo'qligini hal qilishga yordam beradi.

Shaxs boshqalar tomonidan tekshirilishi mumkin bo'lgan bir yoki bir nechta ijtimoiy vaziyatlardan qo'rqish yoki tashvishlanish.

Ijtimoiy vaziyatlar deyarli har doim qo'rquv yoki xavotirni keltirib chiqaradi.

Qo'rquv yoki tashvish ijtimoiy vaziyat va ijtimoiy-madaniy kontekst tomonidan yuzaga keladigan haqiqiy tahdidga mutanosib emas.

Ijtimoiy vaziyatlardan qochish yoki kuchli qo'rquv yoki tashvish bilan chidash.

Qo'rquv, tashvish yoki qochish ijtimoiy, kasbiy yoki boshqa muhim faoliyat sohalarida klinik jihatdan muhim qayg'u yoki buzilishlarni keltirib chiqaradi.

Qo'rquv, tashvish yoki qochish doimiy bo'lib, odatda olti oy yoki undan ko'proq davom etadi.

Qo'rquv, tashvish yoki qochish vahima buzilishi, tana dismorfik buzilishi yoki autizm spektrining buzilishi kabi boshqa ruhiy kasallikning belgilari bilan yaxshiroq izohlanmaydi.

Agar boshqa tibbiy holat (masalan, Parkinson kasalligi, semirish, kuyish yoki shikastlanish natijasida buzilish) mavjud bo'lsa, qo'rquv, tashvish yoki qochish aniq bog'liq emas yoki ortiqcha.

Ijtimoiy tashvish buzilishi qanday. Ijtimoiy tashvish buzilishi qanday davolanadi?

Ijtimoiy Anksiyete buzilishining eng keng tarqalgan davosi kognitiv xulq-atvor terapiyasi (CBT) bo'lib, nutq terapiyasi deb ham ataladi. Vaziyatni davolash uchun ba'zi dorilar ham ishlatilishi mumkin. Kognitiv xulq-atvor terapiyasi. Psixoterapevtlar ko'pincha ijtimoiy tashvish buzilishi bo'lgan bemorlarni davolash uchun dorilarga tayanadilar. Terapiya bemorlarga ijtimoiy vaziyatlar, ijtimoiy muhitda o'zini qanday tutish va ijtimoiy hodisalarga qanday munosabatda bo'lish haqida o'ylashning yangi usullarini o'rgatishni o'z ichiga oladi va shu bilan ularning qo'rquvi va tashvishlarini kamaytiradi. Sessiyalar har hafta bir necha oyga rejalashtirilishi mumkin. Mashg'ulotlar oxirida bemorlar ijtimoiy tadbirlarda ishtirok etishlari kerak.

Ishlash bilan bog'liq ijtimoiy tashvish buzilishi bo'lgan odamlarda terlash yoki titroq kabi simptomlarni kamaytirishga yordam beradigan Beta-blokerlar, ayniqsa bemor ijtimoiy vaziyatga tushishidan bir soat oldin qabul qilinganda.

Ijtimoiy tashvish buzilishi bo'lgan odamlarning dunyoqarashi qanday? Ijtimoiy tashvish buzilishi uchun yordam so'ramaydigan odamlar ishda, maktabda yoki shaxslararo munosabatlarda rivojlanish qobiliyatini cheklab, cheksiz ijtimoiy vaziyatlardan qochishda davom etishlari mumkin. Ular hayot sifatining pasayishi mumkin, vaqt o'tishi bilan o'z ahvolidan yolg'izlik, tushkunlik yoki umidsizlikni his qilish mumkin.

Xulosa. Ijtimoiy Anksiyete buzilishi bilan og'rigan, davolanishga murojaat qiladigan bemorlar ko'pincha ijtimoiy vaziyatlar bilan bog'liq qo'rquv va tashvish tuyg'ularini engib, ularga haddan tashqari qo'rquv va tashvish his qilmasdan ijtimoiy tadbirlarda to'liqroq va ishonchli ishtirok etishlariga imkon beradi. Ijtimoiy tashvish buzilishi surunkali holatdir. Odamlar muvaffaqiyatli davolanishdan keyin bir necha oy yoki yillar o'tib qaytalanishi mumkin, bu esa simptomlarni boshqarish uchun yana davolanishni talab qiladi. Sotsiofobiya jarayoni shaxsning o'z-o'ziga beradigan bahosi bilan bog'liq ekanligi, ushbu holatni korreksiya qilishda ham shaxsning o'z-o'ziga beradigan bahosini ko'tarish evaziga amalga oshirish mumkinligi statistik natijalar orqali izohlandi. Buning uchun o'smirlarda o'zini anglashga, o'ziga bo'lgan ishonchni oshirishga, o'z-o'ziga adekvat baho berishga hamda shaxslararo munosabatlarda muloqotga kirisha olish ko'nikmalarini shakllantirishga yordam beruvchi mashqlardan iborat trening mashg'ulotidan foydalanish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Тревожное фобическое расстройство детского возраста/ И. А. Хрущ. – Мн. БГМУ, 2004.
2. Психодиагностика / Л Ф Бурлачук СПб Питер, 2003 -351с
3. Ro'ziyev U.M. Xavotirli bolalar, ijtimoiy fobiya namoyon etilishining o'ziga xos xususiyatlari. // Ta'lim va innovatsion tadqiqotlar (2022 y №6) -Buxoro: B. 337-344.
4. Ro'ziyev U.M. O'spirinlarda ijtimoiy fobiya holatlarning diagnostikasi "Psixologiya" ilmiy jurnal 2024 yil №1 B 174-177.
5. Ro'ziyev U.M. Ijtimoiy fobiya holatlarning namoyon bo'lishi Buxoro Psixologiya va xorijiy tillar institute Ilmiy axborotnomasi 2024 йил №2 B 177-182.
6. Рузиев У.М. Характеристика факторов, влияющих на формирование социальной фобии Вестник интегративной психологии 2024 Выпуск 32 B 202-207.

Ozodov Sarvar

O'zbekiston Milliy universiteti

Ijtimoiy fanlar fakulteti

Amaliy psixologiya yo'nalishi

3-bosqich talabasi

E-mail: sezqinpsikkolok77@gmail.com

TURLI YOSH DAVRLARIDA XAVOTIRLANISHNING O'ZIGA XOSLIGI

Annotatsiya: Mazkur maqolada turli yosh davrlarida xavotirlanishning xususiyatlarini, turlarini izohlash va davolashda qaysi psixoterapiya maktablari samarali ekanini yoritib berish uchun sohada o'tkazilgan tadqiqotlarga asosan yozilgan.

Kalit so'zlar: Xavotir, qayg'u, fobiya, stress, qo'rquv, bolalik, o'smirlik va katta yosh.

Аннотация: Данная статья написана на основе исследований, проведённых в данной области, с целью объяснения особенностей и видов тревожности в различные возрастные периоды, а также выявления, какие школы психотерапии являются наиболее эффективными в её лечении.

Ключевые слова: тревога, грусть, фобии, стресс, страх, детство, подростковый и взрослый возраст

Abstract: This article is based on research conducted in the field to explain the characteristics and types of anxiety at different stages of life, as well as to identify which schools of psychotherapy are most effective in its treatment.

Keywords: anxiety, sadness, phobia, stress, fear, childhood, adolescence and adulthood

Kirish. "Xavotirlanish" - bu shaxsning hissiy holatini ifodalovchi xavotir hissi sifatida namoyon bo'ladigan tushunchadir. Xavotirni shaxsiy xususiyat sifatida o'lchash ayniqsa muhimdir, chunki bu xususiyat asosan inson xatti-harakatlarini belgilaydi. Hozirgi vaqtga kelib o'smir yoshdagi bolalarda ham xavotirlanish holati ortib bormoqda, bu xavotir, ishonchsizlik (bu o'z navbatida, o'ziga va atrofdagi insonlarga bo'lgan ishonchsizlik), hissiy beqarorlikning kuchayishi bilan tavsiflanadi. Xavotirning paydo bo'lishi va mustahkamlanishi bolaning yoshiga bog'liq ehtiyojlarini qoniqtirmaslik bilan bog'liq bo'lgan jarayondir. Hozirgi kunga kelib xavotir muammosiga zamonaviy psixologiyaning eng dolzarb muammolaridan biri sifatida qaralmoqda. Bu borada jahon adabiyotlarida xavotirlanish muammosi bilan bir qator olimlar shug'ullanishgan bo'lib, A.M.Prixojan, F.Berezin, Yu.Xanin, V.Stolin R.Mey, Ch.D.Spilberg, B.Filips, D.Berns, E.V.Novikova, F.Lersch, R.B.Kettel, Vilyam Makdugal, G.A.Murray, B.Weiner, K.Dvek, A.Bandura, E. Desy, R.Rayan, Yu.Kul va boshqalar xavotirlanish muammosini o'rganishda yuqori natijalarga erishishgan.

Xavotir (anksiyete) buzilishi inson hayoti davomida turlicha namoyon bo'ladi. Fobiyalar, ayniqsa ijtimoiy va spesifik fobiyalar, bolalik davrida ko'proq namoyon bo'lishi mumkin. Vahima buzilishi va travmadan keyingi stress buzilishi (TKSB) balog'at yoshida avjiga chiqadi. Umumiy xavotir buzilishi (GAD kabi) qarilikda ko'proq uchraydi. Xavotir buzilishlari ko'pincha neyrorivojlanish deb hisoblansa-da, ba'zi tadqiqotga ko'ra, ular keyinchalik hayotda ham rivojlanishi mumkin. Yosh davrlariga ko'ra xavotir quyidagicha ko'rinishlarda namoyon bo'ladi.

Separatsional xavotir buzilishi: chaqaloq onasi yoki enagadan ajratilganida haddan tashqari xavotir bo'ladi, ko'pincha erta bolalik davrida kuzatiladi, lekin hayotning boshqa nuqtalarida ham paydo bo'lishi mumkin. Enagadan ajralish xavotiri 12-18 oy davom etadi. Mary Ainsworth bog'lanish usullarini ilk bor kuzatuv yo'li orqali aniqlagan. U tajribasi davomida ona 1 yashar bolasi bilan o'yinchoqlar to'la xonaga kiradi. Bola o'yinchoqlarga qiziqib, o'ynay boshlaydi va yonida onasi yo'qligini payqaydi. Bu vaziyatda chaqaloqning har tarafga emaklashi, baqirib yig'lashi; onasi xonaga qaytganida esa sevinishi, yoki befarqligi kabi harakatlari kuzatilib bolarda 3ta bog'lanish stili shakllanganligi aniqlangan.

Bog'lanish stili	Ona xonadan bildirmay chiqqanidagi harakatlar	Ona xonaga qaytganidagi harakatlar
Ishonchli	Yig'laydi	Tinchlanadi, sevinadi va yana o'ynashda davom etadi

Qayg'uli	Baqirib yig'laydi	Xursand, lekin asabiy, uzoq vaqtda tinchlanadi, birozdan so'ng onasidan g'azablanadi.
Qochuvchi	Yig'lamaydi, hech narsa bo'lmagandek o'ynayveradi, e'tibor bermagandek o'zini tutadi	Xursand ham bo'lmaydi (onaga bo'lgan ehtiyojini bostiradi)

Maxsus fobiyalar: hayvonlar, balandliklar yoki qon kabi muayyan narsalar yoki vaziyatlardan qo'rqish organizmdagi stress gormoni- kortizol miqdorini oshiradi va xavotirlanishga sabab bo'ladi. Klassikk bixeviorizm vakili B.F. Sinnerga ko'ra, spetsifik fobiyalar tug'ma emas, hayot davomida orttirilgan hisoblanadi. Bu fobiylarni yana yo'qotish mumkin bo'lib bunda kongnitiv bixevioral terapiyadan keng foydalaniladi.

Sotsial qayg'u buzilishi: ba'zi introvert shaxs tipidagi insonlar tanqiddan, omma oldida nutq so'zlashdan yoki odamlar davrasida bo'lishdan qo'rqishadi. Bu ham o'tmishdagi salbiy tajriba, omma oldida uyalib qolish, tadbirlarda she'r aytayotganda esidan ko'tarilishi kabi vaziyatlarga borib taqaladi.

Umumiy xavotir buzilishi: turli hodisalar yoki harakatlar haqida doimiy va haddan tashqari tashvishlanish.

Vahima buzilishi: bolalikda kamroq tarqalgan bo'lsa-da, vahima hurujlari va kelajakdagi hujumlardan qo'rqish bilan sodir bo'lishi mumkin. Yoki bola tushidagi hodisalari rost deb bilib, qo'rqinchli narsalarni o'ylab agressiv holda yurishi mumkin.

O'smirlik davri: Sotsial qayg'u buzilishi: o'smirlikda sotsial rollarda, fiziologik va gormonal o'zgarishlar bo'ladi. Kimnidir yoshiga nisbatan bo'yi uzun, soqoli o'sishi bo'lishi mumkin. Bu esa ko'pincha ijtimoiy aloqalar va tengdoshlarning bosimini kuchayishiga, guruhdan ajralib qolishga olib keldi. Uzoq muddat sotsial izolyatsiyada qolish suitsidal harakatlarga sabab bo'lishi tadqiqotlarda isbotlangan. Erik Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasida ham o'smirlik bosqichi yo izolatsiyalangan yokida intim munosabatlarga ochiq bo'lishi ko'rsatilgan. Sotsial izolatsiyalangan o'smirlarda xavotir yuqori bo'ladi.

Spetsifik fobiyalar: bolalik davrida paydo bo'lgan fobiyalar (yopiq muhitda qolishdan-clousetrafobiya, suvga tushishdan- akrafobiya liftga minish...) o'smirlik davrida davom etishi yoki yangi fobiyalar rivojlanishi mumkin. Agarda hayvonlar tashlanib qolgan bo'lsa, ularga nisbatan qo'rquv boshlanadi, masalan, kinofobiya- itlardan qo'rqish. Lekin bu yosh davridagi fobiylarni yengish ancha oson bo'ladi

Vahima buzilishi: O'smirlik davrida vahima hujumlari va ulardan qo'rqish bilan ko'proq tarqalishi mumkin. Bunga nimadandir kuchli qo'rquv sabab bo'ladi, ko'krak qafasidagi og'riq, nafas siqilishi, bosh aylanishi buning sababi hisoblanadi. Vahima buuzilishlarida kognitiv bixevioral terapiya texnikalari, nafas olish mashqlari, meditatsiyalar yordam beradi.

Umumiy qayg'u buzilishi: bu biror hodisa yoki faoliyat haqidagi irratsional tashvish, boshqarib bo'lmaydigan qo'rquv bo'lib, kundalik funksiyalar (ishga borish, metroga tushish...)ni bajarishga xalaqit beradi . Umumiy qayg'u buzilishi o'smirlarda paranoya, depressiya, suiqasd, yurak xurujiga sabab bo'lishi mumkin.

Balog'at va katta yoshlarda: Postravmatik stress buzilishi (PTSB): travmatik hodisa (avtohalokat, yaqin insonining o'limi, jinsiy tajovuz, oiladagi zo'ravonlik...) sodir bo'lishi va bu xuddi kecha sodir bo'lganidek oradan qancha vaqt o'tishiga qaramay kishini bezota qiladi, bosinqirash kabi yomon tushlar o'radi, noodatiy xatti-harakatlar, fikrlar, emotsiyalar insonni bezovta qiladi. Inson bu hodisani, qoldirgan izini unutishda va boshqalar kabi normal hayot kechirishda qiyanladi. PTSBni davolashga birinchi va ikkinchi jahon urushidan keyin katta ehtiyoj tug'ilgan. Odamlar urushda yaqinlarini, uyini, tana a'zolarini yo'qotishgan va shu tarzda yashashga qiynalishgan. Ularga psixologik yordam maqsadida gumanistik va egzistensial psixoterapiya maktablari paydo bo'lgan.

Qarish bilan bog'liq xavotir (FOGO): sog'liq, moliyaviy xavfsizlik va boshqalarga qaramlik haqidagi qo'rquv tashvishga olib kelishi mumkin. Bunda kattalar fiziologik kuchi, sog'ligi va nazoratni yo'qotayotgani sababli xavotirlanishadi. Kundalik faoliyatlarni bajarishda ham boshqalarga qaram bo'lib qolish, yaqin insonlarining kamayishi va sotsial izolyatsiya, iqtisodiy qaramlik kabi faktorlar ham katta yoshlilarda kuchli xavotirga sabab bo'ladi.

Xavotir buzilishi ko'pincha ruhiy tushkunlik kabi boshqa hodisalarga bog'liq holda yuzaga chiqadi, enagasidan ajralishdan xavotirlanish, biror obyektga fobiya, biror voqeani unuta olmaslik kabi. Xavotir buzilishlari yoshlarga nisbatan katta yoshlilarda ko'proq uchraydi. Xavotir buzilishlarini oldini olishda kognitiv-bixevioral psixoterapiya, telesnaya terapiya va raqs terapiyalaridan keng foydalaniladi. Xavotir ko'pincha o'tmish yoki kelajak haqidagi xayol, fikr bilan bog'liq bo'lgani uchun uni davolashda hozir va sh yerda bo'lishga, badanga, jismoniy harakatlarga e'tibor qaratiladi. Gender farqlariga to'xtalganda, qizlar va ayollar o'g'il bolalar va erkaklarga qaraganda ko'proq tashvishlanishni boshdan kechirishadi. Shaxsiy tafovutlarga to'xtalsak, xavotir buzilishlarining o'ziga xos turlari va zo'ravonligi kishidan kishiga ko'ra sezilarli darajada farq qilishi mumkin. Xavotir buzilishi ko'pincha neyrorivojlanish deb hisoblansa-da, ular keyinchalik hayot davomida ham rivojlanishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Alimbayeva Sh.T. O'smirlar o'quv faoliyatida xavotirlanish namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari: Psix.fan.nom. ... dis. - Toshkent: TDPU. 2012. - 156 b.
2. Beesdo, K., Knappe, S., & Pine, D. S. (2009). "Anxiety and anxiety disorders in children and adolescents: developmental issues and implications for DSM-V." *Psychiatric Clinics of North America*.
3. Fox, N. A., & Pine, D. S. (2012). "Temperament and the emergence of anxiety disorders." *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*.
4. Stein, M. B., & Sareen, J. (2015). "Clinical practice: generalized anxiety disorder." *New England Journal of Medicine*.
5. А.М.Прихожан. Диагностика личностного развития детей подросткового возраста. — М.: АНО «ПЭБ», 2007. — 56 с.

Ostanov Shuxrat Sharifovich

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

O'SMIRLARDA KREATIV FIKRLASHNI TAKOMILLASHTIRISHNING O'ZIGA XOS PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Mazkur maqolada o'smirlik davridagi kreativ fikrlashni takomillashtirishning psixologik xususiyatlari yoritilgan. O'smirlarda ijodkorlikni rivojlantirishda intellektual moslashuvchanlik, ichki motivatsiya va sotsiokultural muhitning o'zni alohida ta'kidlangan. Shuningdek, kompleks yondashuvlar orqali ularning shaxsiy salohiyatini samarali rivojlantirish yo'llari ko'rsatib berilgan.

Kalit so'zlar: o'smirlik psixologiyasi, kreativ fikrlash, ijodiy tafakkur, divergent fikrlash, ichki motivatsiya, sotsiokultural muhit.

Аннотация. В данной статье освещаются психологические особенности совершенствования креативного мышления В подростковом возрасте. Особое внимание уделяется роли интеллектуальной гибкости, внутренней мотивации и социокультурной среды в развитии творчества у подростков. Также показаны пути эффективного развития их личностного потенциала посредством комплексных подходов.

Ключевые слова: подростковая психология, творческое мышление, творческое мышление, дивергентное мышление, внутренняя мотивация, социокультурная среда.

Annotation. *This article covers the psychological features of improving creative thinking in adolescence. The role of intellectual flexibility, internal motivation and sociocultural environment in the development of creativity in adolescents is highlighted. It is also shown how to effectively develop their personal potential through complex approaches.*

Keywords: *adolescent psychology, creative thinking, divergent thinking, intrinsic motivation, sociocultural environment.*

Kirish. Zamonaviy jamiyatda inson salohiyatini to'liq ro'yobga chiqarish, ayniqsa, yosh avlod vakillari – o'smirlarning intellektual va ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etmoqda. Globallashuv va axborot texnologiyalari asrida inson oldiga yangidan-yangi muammolar va vazifalar qo'yilmoqda. Bu esa har bir shaxsdan noan'anaviy fikrlash, yangicha yondashuv, mustaqil qaror qabul qilish kabi ko'nikmalarni talab qiladi. Ayniqsa, o'smirlik davri – bu nafaqat jismoniy va emotsional o'zgarishlar davri, balki tafakkurning yangi bosqichga ko'tarilishi, shaxs sifatida shakllanish jarayonidir. Ushbu davrda kreativ fikrlash – ya'ni yangi, noodatiy, original g'oyalarni ilgari surish va ularni amalda qo'llash qobiliyati – o'smir shaxsining intellektual rivojlanishida yetakchi omillardan biri bo'lib xizmat qiladi.

Kreativ fikrlashni shakllantirish va takomillashtirish o'smirlarning mustaqil qaror qabul qilishiga, o'zini ifoda etishiga, mavjud muammolarga innovatsion yondashishiga imkon yaratadi. Biroq bu jarayon turli psixologik omillar, ijtimoiy-madaniy muhit, shaxsiy xususiyatlar, ta'lim tizimining o'rni hamda oilaviy tarbiya uslublari bilan chambarchas bog'liq. Shuningdek, kreativlik rivojiga ta'sir etuvchi ijobiy va salbiy omillarni aniqlash, ularni boshqarish va rivojlantirish usullarini ishlab chiqish bugungi psixologik tadqiqotlarning dolzarb yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. O'smirlik davri shaxsiy rivojlanishning murakkab va muhim bosqichi hisoblanadi. Bu davrda yoshlarning intellektual va emotsional o'sishi bilan bir qatorda, ularning ijodiy salohiyati ham faol rivojlanadi. Zamonaviy psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'smirlarda kreativ fikrlashni takomillashtirish uchun ularning tafakkur shakllari, shaxsiy xususiyatlari, ijtimoiy tajribalari va muhit omillari chuqur o'rganilishi zarur.

G'arbiy psixologiya tajribasida ijodiy tafakkurga oid tadqiqotlar alohida o'rin egallaydi. J. Gilford 1950 tomonidan ilgari surilgan divergent fikrlash nazariyasi kreativ fikrlashning asosiy negizini tashkil etadi. Unga ko'ra, kreativ fikrlash bir muammoning turli yechimlarini topishga asoslanadi. Guilford tomonidan ishlab chiqilgan testlar, xususan "Alternativ faoliyat", o'smirlarning noodatiy fikrlash darajasini baholashga imkon beradi. P. Torrens esa kreativlikni aniqlash va baholashga qaratilgan mashhur testlarini ishlab chiqqan. Bu testlar o'smirlarda originallik, tafakkur moslashuvchanligi, detalizatsiya va oqimlilik kabi komponentlar asosida ijodiy salohiyatni aniqlashda keng qo'llaniladi.

E. de Bono ijodiy fikrlashni lateral tafakkur orqali tushuntiradi. U yaratgan metodikasi orqali o'quvchilar muammolarga har xil burchaklardan qarashni o'rganadilar. Bu yondashuv ayniqsa o'smir yoshidagi shaxslarning noodatiy fikrlashini rag'batlantirishda samarali bo'lib chiqmoqda. Mixayl esa kreativlikni oqim holati bilan bog'lab, ijodkorlik jarayonini ichki motivatsiyadan kelib chiqadigan intensiv diqqat va qoniqish holati sifatida tushuntiradi.

Mahalliy va rus psixologiyasida ham o'smirlar tafakkurining ijodiy jihatlari bo'yicha muhim tadqiqotlar olib borilgan. L.S. Vigotskiy ijodiylikni madaniy-historik rivojlanish doirasida ko'rib chiqadi. Uning fikricha, ijodiy tafakkur sotsiokultural omillar bilan bog'liq bo'lib, o'smirning atrof-muhit bilan o'zaro ta'siri orqali rivojlanadi. Vigotskiy shuningdek, ijodkorlikni bola nutqining va ongining rivojlanishi bilan chambarchas bog'laydi. D.B. Elkonin esa o'smirlik davrini shaxsning o'zligini anglash, mustaqil fikr shakllantirish davri sifatida baholaydi. Bu davrda o'quvchilar o'zlarini jamiyatdagi turli rollarda sinab ko'radilar, bu esa ijodkorlik uchun qulay sharoit yaratadi.

O'zbekistonlik tadqiqotchilar ham ushbu sohada muhim izlanishlar olib bormoqda. Jumladan, R.A. Abdullayeva va T.Y. Sattorovalarning o'smirlar psixologik rivoji va ijodiy

tafakkurini o'zlashtirishga qaratilgan ishlari shuni ko'rsatadiki, ijodiy salohiyatning yuksalishi ko'p jihatdan o'qituvchining yondashuvi, didaktik vositalar va psixologik iqlimga bog'liq.

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, o'smirlik davrida kreativ fikrlashni takomillashtirishda quyidagi psixologik xususiyatlar muhim rol o'ynaydi: intellektual moslashuvchanlik, ya'ni yangi vaziyatlarga tez moslashish qobiliyati; emotsional barqarorlik, bu o'z navbatida ijodiy faoliyat davomida yuzaga keladigan stress va bosimlarga bardosh berish imkonini beradi; ichki motivatsiya, ya'ni ijodga bo'lgan shaxsiy ishtiyoq; o'z-o'zini anglash, ya'ni o'smirning o'z salohiyatini anglab yetishi va qadrlashi; hamda sotsial tajriba, bu esa guruhdagi muloqot orqali yangi g'oyalarning yuzaga kelishiga xizmat qiladi.

Muhokama. O'smirlik davri shaxsiy taraqqiyotning murakkab va muhim bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda individning ongida jadal o'zgarishlar sodir bo'lib, mustaqil fikrlash, shaxsiy qarashlarni shakllantirish, o'z-o'zini anglash va ijtimoiy rollarni egallashga bo'lgan ehtiyoj kuchayadi. Ana shu jarayonda kreativ fikrlashni rivojlantirish o'smirning nafaqat aqliy salohiyati, balki emotsional, ijtimoiy va axloqiy rivojiga ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Chunki kreativ fikrlash – bu mavjud andozalardan tashqariga chiqib, yangi g'oyalarni ilgari surish, muammolarga noodatiy yondashish, turli vaziyatlarda moslashuvchan qarorlar qabul qilish qobiliyatidir.

O'smirlikning psixologik xususiyatlaridan biri sifatida ular mustaqillik va yangilikka intilish kuchli bo'ladi. Shu sababli kreativ tafakkurni rag'batlantiruvchi muhit va usullar, ayniqsa, bu yosh davrida katta ahamiyat kasb etadi. O'smirlar o'z ichki dunyosini ifoda etish, o'z fikrlarini boshqa odamlar bilan bo'lishish, o'ziga xos qarashlarni shakllantirish orqali shaxsiy o'sishga intiladilar. Bu esa kreativ fikrlashning asosiy komponentlari hisoblangan erkinlik, ijtimoiy moslashuvchanlik, refleksiya, yangi tajribaga ochiqlik kabi fazilatlarni shakllantirish uchun psixologik zamin yaratadi.

Kreativ fikrlashni takomillashtirish jarayonida o'smirning emotsional holati muhim rol o'ynaydi. Bu yoshda hissiy tebranishlar, o'z-o'ziga ishonchsizlik, baholashga bo'lgan sezuvchanlik kuchli bo'ladi. Shu boisdan kreativ faoliyatga jalb etishda ijobiy psixologik muhit yaratish zarur: tanqidiy emas, balki qo'llab-quvvatlovchi yondashuv, xatolardan qo'rqqanlikni rag'batlantirish, har bir o'ziga xos g'oyani qadrlash kabi omillar o'smirlarda erkin fikrlashga imkon beradi.

Bundan tashqari, o'smirlikda abstrakt va divergent fikrlash qobiliyatlari shakllana boshlaydi. Bu esa kreativ fikrlashni chuqurlashtirish uchun psixologik resurs bo'lib xizmat qiladi. O'smirlar bir muammoni hal qilishda birdan ortiq yondashuvni ishlab chiqish, real hayotda uchramaydigan yechimlarni ilgari surish, o'xshashlik va farqlar asosida yangi assotsiatsiyalar yaratish qobiliyatiga ega bo'ladilar. Bunday tafakkurni rivojlantirish uchun ochiq savollar, muammoli vaziyatlar, dramatik stsensariyalar asosida mashg'ulotlar tashkil etish samarali hisoblanadi.

Shuningdek, kreativ fikrlashni shakllantirishda ijtimoiy muhit va kommunikatsiya muhim omil hisoblanadi. O'smirlar o'z tengdoshlari bilan fikr almashish, jamoada ishlash, o'z g'oyalarini himoya qilish orqali tafakkur va muloqot madaniyatini rivojlantiradilar. Bunda ularning individual fikrlari tan olinishi, har qanday g'oya qadrlanishi o'smirda o'ziga ishonch uyg'otadi va yangilik qilishga undaydi. Jamoaviy loyihalar, ijodiy bahslar, interaktiv mashg'ulotlar orqali o'smirlarning intellektual va kommunikativ faolligi oshadi.

Xulosa. O'smirlar orasida kreativ fikrlashni rivojlantirish murakkab, ammo muhim jarayondir. Bu jarayonda psixologik omillar, didaktik metodlar, sotsiokultural muhit va shaxsiy tajribaning o'zaro uyg'unligi asosiy ahamiyat kasb etadi. Ilmiy manbalar tahlili asosida shuni aytish mumkinki, kreativ tafakkurni shakllantirishga yo'naltirilgan kompleks yondashuvlar orqali o'smirlar shaxsining ijodiy salohiyatini samarali rivojlantirish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Guilford, J. P. (1950). *Creativity*. American Psychologist, 5(9), 444–454.

2. Torrance, E. P. (1974). *Torrance Tests of Creative Thinking*. Scholastic Testing Service, Bensenville, Illinois.
3. Sattorova, T. Y. (2020). O'quvchilarda kreativ tafakkurni rivojlantirishning psixologik asoslari. *Ta'lim va innovatsion tadqiqotlar*, 1(4), 62–68.
4. Bono, E. (1999). *Six Thinking Hats*. Little, Brown and Company, New York, 183 p.

Pulatova Firangis Naimovna
Buxoro davlat universiteti tayanch doktoranti

YOSHLARDA AUTENTIFIKATIV XUSUSIYATLARNI SHAKLLANTIRUVCHI IJTIMOIY- PSIXOLOGIK OMILLAR

Annotatsiya: Ushbu tadqiqot yoshlarda autentifik xususiyatlarni shakllantirishda ijtimoiy-psixologik omillar rolini o'rganishga bag'ishlangan. Tadqiqotda oilaviy tarbiya, tengdoshlar ta'siri, ta'lim muhiti va ommaviy axborot vositalarining ta'siri kabi asosiy omillar tahlil qilinadi. O'z-o'zini anglash, o'ziga ishonch, qadriyatlar tizimi va o'ziga xoslik kabi autentifik xususiyatlarning shakllanishiga ularning ta'siri qanday namoyon bo'lishini aniqlashga harakat qilinadi. Tadqiqot natijalari yoshlarning shaxsiy rivojlanishi va ijtimoiy moslashuvi uchun muhim ahamiyatga ega bo'lgan tavsiyalar ishlab chiqishga imkon beradi.

Kalit so'zlar: Autentifikativ, omil, psixologik omil, muhit, ta'sir, rivojlanish, o'z-o'zini anglash, tarbiya.

Аннотация: Данное исследование посвящено изучению роли социально-психологических факторов в формировании аутентичных характеристик у молодежи. В исследовании анализируются такие ключевые факторы, как семейное воспитание, влияние сверстников, образовательная среда и воздействие средств массовой информации. Предпринимается попытка определить, как проявляется их влияние на формирование таких аутентичных особенностей, как самосознание, уверенность в себе, система ценностей и индивидуальность. Результаты исследования позволяют разработать рекомендации, имеющие важное значение для личностного развития и социальной адаптации молодежи.

Ключевые слова: Аутентичный, фактор, психологический фактор, среда, влияние, развитие, самосознание, воспитание.

Abstract: This study focuses on examining the role of socio-psychological factors in the formation of authentic characteristics among young people. The research analyzes key factors such as family upbringing, peer influence, educational environment, and the impact of mass media. An attempt is made to determine how these factors influence the development of authentic traits such as self-awareness, self-confidence, value system, and individuality. The findings of this study allow for the formulation of recommendations that are crucial for the personal development and social adaptation of young people.

Keywords: Authentic, factor, psychological factor, environment, influence, development, self-awareness, upbringing.

Kirish. Zamonaviy jamiyatda yoshlar shaxs sifatida o'ziga xoslikni, o'zligini anglash va ifoda etishga intilishadi. Autentifiklik - bu o'z qadriyatlariga, e'tiqodlariga va his-tuyg'ulariga mos ravishda yashash, o'zligingizni qabul qilish va o'z haqiqatiga sodiq qolishni anglatadi. Yoshlarda autentifik xususiyatlarning shakllanishi murakkab jarayon bo'lib, uning rivojlanishiga bir qator ijtimoiy-psixologik omillar ta'sir ko'rsatadi. Ushbu maqolada yoshlarda autentifik xususiyatlarning shakllanishida muhim rol o'ynaydigan asosiy ijtimoiy-psixologik omillarni tahlil qilishga harakat qilinadi. Tadqiqotning maqsadi yoshlarning o'ziga xosligini shakllantirishga ta'sir qiluvchi omillarni aniqlash va bu jarayonni yaxshilash bo'yicha tavsiyalar berishdan iborat.

Asosiy qism. Yoshlarda autentifik xususiyatlarning shakllanishiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillarni quyidagi toifalarga bo'lish mumkin:

1. Oilaviy muhit: Oila - shaxsning shakllanishida eng muhim omil hisoblanadi. Ota-onalarning tarbiya uslubi, oilaviy munosabatlarning sifati, qo'llab-quvvatlash va qabul qilish darajasi yosh avlodning o'z-o'zini anglashi va o'ziga xosligini rivojlanishiga bevosita ta'sir qiladi. Demokratik tarbiya uslubi, bolaning fikr va his-tuyg'ulariga hurmat, ochiq muloqot va o'zaro ishonch autentifik xususiyatlarning shakllanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Aksincha, avtoritar yoki

befarq tarbiya uslubi yoshlarda o'ziga shubha, noaniqlik va o'z qadriyatlariga ishonchsizlikni keltirib chiqarishi mumkin.

2. Tengdoshlar guruhi: Yoshlar hayotining muhim qismi tengdoshlar bilan bo'lgan munosabatlardir. Tengdoshlar guruhi yoshlarning o'ziga xosligini anglashi, o'ziga bo'lgan munosabatini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Qabul qilinish va qabul qilinmaslik qo'rquvi yoshlarni o'zlarining haqiqiy qiyofasini yashirishga va jamoaga moslashishga majbur qilishi mumkin. Salbiy ta'sir ko'rsatadigan tengdoshlar guruhlari yoshlarda o'ziga shubha, noaniqlik va o'ziga ishonchsizlikni kuchaytirishi mumkin. Ijobiy va qo'llab-quvvatlovchi tengdoshlar guruhi esa yoshlarning o'ziga xosligini qabul qilishlariga va o'zligiga sodiq qolishlariga yordam beradi.

3. Ta'lim muhiti: Maktab va ta'lim muassasalari yoshlarning intellektual, ijtimoiy va shaxsiy rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. O'qituvchilarning yoshlarning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda o'qitish uslublari, o'quv jarayonida ijodiy faoliyatni rivojlantirish, tanqidiy fikrlashni shakllantirish autentifik xususiyatlarning shakllanishiga ijobiy ta'sir qiladi. Aksincha, avtoritar ta'lim uslublari va standartlashtirilgan o'quv dasturlari yoshlarning o'ziga xosligini bostirishga va ularni jamoaga moslashishga majburlashga olib kelishi mumkin.

4. Ommaviy axborot vositalari: Ommaviy axborot vositalari yoshlarning dunyoqarashi, qadriyatlari va o'ziga bo'lgan munosabatini shakllantirishda katta rol o'ynaydi. Ommaviy axborot vositalarida taqdim etilayotgan stereotip va ideal modellarning yoshlarga ta'siri juda kuchli bo'lib, ularning o'ziga xosligini qabul qilishlariga va o'zligiga sodiq qolishlariga to'sqinlik qilishi mumkin. Ijtimoiy tarmoqlar, filmlar va boshqa ommaviy axborot vositalari yoshlarda bosim va taqqoslash his-tuyg'ularini keltirib chiqarishi mumkin, bu esa o'ziga ishonchsizlik va noaniqlikni keltirib chiqaradi.

Foydalanilga adabiyotlar ro'yxati:

1. Fromm, E. (1941). *Escape from Freedom*. New York: Farrar & Rinehart.
2. Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.
3. Maslow, A. H. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.
4. Mead, M. (1934). *Mind, Self, and Society*. Chicago: University of Chicago Press.
5. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
6. Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman.
7. Baumrind, D. (1991). Parenting Styles and Adolescent Development. *The Encyclopedia of Adolescence*, 746-758.

Nazarov Akmal Mardonovich

Psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

Rahimova Adolatxon Alisherovna

Buxoro davlat universiteti 1-bosqich magistranti

TALABALARDA INTERNETGA TOBELIKNING PSIXODIAGNOSTIKASI

Annotatsiya: Ushbu maqolada, talabalarda internetga tobelikning shakllanishiga sabab bo'ladigan omillar ilmiy jihatdan o'rganilgan. Shuningdek maqolada, shaxsiy xususiyatlar, emotsional yetuklik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlov darajasi, bo'sh vaqtni tashkil etish qobiliyati va ichki motivatsiya kabilarning internetga tobelikning oldini olishga ko'rsatadigan ta'sirlari tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Talabalar, internetga tobelik, psixologik salomatlik, motivatsiya, virtual olam, psixodiagnostik texnikalar.

Аннотация: В данной статье научно изучены факторы, способствующие формированию интернет-зависимости у студентов. В статье также анализируется влияние личностных характеристик, эмоциональной зрелости, уровня социальной поддержки, способности организовывать досуг и внутренней мотивации на предотвращение интернет-зависимости.

Ключевые слова: Студенты, интернет-зависимость, психологическое здоровье, мотивация, виртуальный мир, психодиагностические методы.

Abstract: In this article, the factors that cause the formation of internet addiction in students are scientifically studied. The article also analyzes the influence of personal characteristics, emotional maturity, the level of social support, the ability to organize leisure time, and internal motivation on the prevention of internet addiction.

Keywords: Students, Internet addiction, psychological health, motivation, virtual world, psychodiagnostic techniques.

Kirish. Zamonaviy raqamli texnologiyalar jadal rivojlanib borayotgan bugungi jamiyatda internet inson hayotining ajralmas qismiga aylanib ulgurgan. Ayniqsa, yosh avlod – talaba yoshlar orasida internetdan foydalanish kundalik ehtiyoj darajasiga ko'tarilgan. Biroq bu qulaylik bilan birga, psixologik xavf-xatarlarni ham keltirib chiqarmoqda. Internetdan me'yoridan ortiqcha foydalanish odat tusiga kirib, vaqt o'tishi bilan psixik bog'liqlik, ya'ni tobelik holatiga olib keladi. Bu esa o'z navbatida shaxsning emotsional holati, ijtimoiy faolligi, o'z-o'zini boshqarish qobiliyati hamda ta'lim samaradorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, internetga qaramlik masalasini aniqlash va baholash zamonaviy psixodiagnostikaning muhim yo'nalishlaridan biriga aylanmoqda.

Psixologik tadqiqotlar internetga tobelik holatini oddiy odat yoki ehtiyoj emas, balki murakkab psixologik muammo sifatida ko'rib chiqadi. Bu holat ko'pincha shaxsiy va ijtimoiy hayotdagi muvozanatning buzilishi, ijtimoiy ko'nikmalarning sustlashuvi, hissiy barqarorlikning izdan chiqishi, shuningdek, o'ziga bo'lgan ishonch darajasining pasayishi bilan tavsiflanadi. Ayniqsa, yoshlar orasida internet – stressdan qochish, yolg'izlikni bartaraf etish, virtual muhitda o'zini qadrlangan his qilish vositasi sifatida qabul qilinadi. Bu esa talabalarda real hayotdagi ijtimoiy adaptatsiyani zaiflashtiradi. Shu boisdan, internetga tobelik darajasini aniqlash, uning psixologik omillarini o'rganish va tashxislash bugungi psixologik tadqiqotlar oldida turgan dolzarb vazifadir.

Talabalarda internetga bog'liqlikning shakllanishi ko'plab omillar bilan bog'liq bo'lib, ularga shaxsiy xususiyatlar, emotsional yetuklik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlov darajasi, bo'sh vaqtni tashkil etish qobiliyati va ichki motivatsiya kiradi. Shu nuqtayi nazardan, psixodiagnostika talabaning ichki holati, internetdan foydalanish sabablari va ushbu faoliyatning uning hayot sifati va ruhiy salomatligiga qanday ta'sir ko'rsatayotganini aniqlashga yordam beradi. Mazkur tashxis nafaqat muammo darajasini baholash, balki uni yechish yo'llarini ishlab chiqish, mos psixoprofilaktika va psixokorreksion strategiyalarni ishlab chiqishda muhim rol o'ynaydi.

Shuni alohida ta'kidlash joizki, internetga tobelik psixologik nuqtayi nazardan ijtimoiy izolyatsiyaga olib keladigan, shaxsiy rivojlanishga to'sqinlik qiladigan va talaba shaxsining mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini pasaytiradigan omil hisoblanadi. Talabalar orasida bu holatga barham berishning asosiy yo'li – to'g'ri tashxis qo'yish, ya'ni unga olib keluvchi psixologik determinantlarni aniqlashdir. Shu bois, psixodiagnostik vositalar orqali shaxsning ichki motivlari, emotsional ehtiyojlari, stressga qarshi kurashish uslublari chuqur o'rganilishi kerak. Ana shunda bu muammoni chuqurroq anglash va samarali choralarni qo'llash imkoniyati tug'iladi.

Mazkur mavzu bo'yicha tadqiqot olib borish nafaqat individual shaxsiy muammolarni aniqlash, balki jamoaviy va ijtimoiy miqyosdagi ehtimoliy xavflarning oldini olish imkonini beradi. Internetga tobelikni erta bosqichlarda aniqlash orqali biz talabalarining ruhiy holatini, o'qishdagi muvaffaqiyatini va ijtimoiy faoliyatini tiklashga yordam bera olamiz. Shu maqsadda, zamonaviy psixologik diagnostika metodlaridan foydalanish, ularni o'zbek talabalari psixologiyasiga moslashtirish, mahalliy shart-sharoitlarni hisobga olgan holda mos

yondashuvlarni ishlab chiqish alohida ahamiyat kasb etadi. Bu esa nafaqat ilmiy-nazariy, balki amaliy jihatdan ham dolzarb va foydali yo'nalish hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Internetga qaramlik (addiksiya) tushunchasining ilmiy asoslari G. K. Serkin, I. A. Fedorov, E. G. Yudina kabi zamonaviy psixologlarning ishlanmalari orqali izohlangan. Ularning fikriga ko'ra, internetga haddan tashqari bog'lanish — bu shaxsning muayyan axborot muhitidan mustaqil chiqqa olmasligi, real hayotga bo'lgan qiziqishning kamayishi, ijtimoiy aloqalarning zaiflashuvi bilan tavsiflanadi. Bu addiktiv xatti-harakatlar ko'pincha yoshlarda psixologik himoya mexanizmlarining sustligi, stressni boshqara olmaslik, hamda emotsional bo'shliqlarni to'ldirish ehtiyoji bilan bog'liq holda namoyon bo'ladi. Bu olimlarning ishlari psixodiagnostika vositalari orqali bu holatni qanday aniqlash mumkinligini ko'rsatib beradi.

A. E. Lichko va K. A. Abulkhanovanning shaxs rivojlanish bosqichlari haqidagi nazariyalari alohida e'tiborga loyiq. Ularning ilmiy ishlari, ayniqsa o'smirlik va erta yetuklik davrida yuzaga keladigan psixologik noaniqliklar, identifikatsion inqirozlar, ichki ziddiyatlar internetga haddan tashqari bog'lanish uchun zamin yaratishini ko'rsatadi. Ayniqsa, talabalik bosqichi psixologik mustaqillikka o'tish jarayoni bo'lganligi sababli, bu davrda axborotga tobelik holatlari osonlik bilan shakllanadi. Ushbu nazariyalar asosida psixodiagnostik metodlar ishlab chiqilmoqda, ya'ni har bir yosh bosqichiga mos indikatorlar aniqlab borilmoqda.

Uchinchi muhim adabiy manba sifatida Kimberly Young (AQSh) tomonidan ishlab chiqilgan "Internet Addiction Test" (IAT) test metodikasi e'tiborga molikdir. Ushbu test internetga tobelik darajasini aniqlovchi eng keng tarqalgan va ilmiy jihatdan tasdiqlangan psixodiagnostik vositalardan biridir. Young'ning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, internetga qaramlik o'ziga xos simptomatik tizimga ega: doimiy onlayn bo'lish istagi, vaqtinga nazorat yo'qligi, real ijtimoiy munosabatlardan chetlashish, hissiy o'zgarishlar, g'amginlik, xavotir va hatto depressiv holatlarning kuchayishi. IAT testi bu alomatlarni diagnostika qilish uchun zamonaviy psixologlar orasida eng ko'p qo'llaniladigan usullardan biridir.

To'rtinchi muhim tahliliy manba – rus psixologi V. V. Loskutovanning "Raqamli muhit va shaxsiyat" mavzusidagi ishlanmalari bo'lib, unda raqamli makon va psixikaning o'zaro aloqasi chuqur yoritilgan. Loskutova psixologik shaxsiy xavfsizlik, axborot tanqisligi va ortiqchilik holatlari, virtual aloqa va real muloqot o'rtasidagi psixodinamik farqlarni atroflicha tahlil qilgan. Bu tadqiqotlar talabalarining raqamli dunyodagi o'ziga xos yo'nalishlarini aniqlashda muhim metodologik asos bo'lib xizmat qiladi. U raqamli muhitda haddan tashqari uzoq vaqt qolish – shaxsning o'ziga bo'lgan ishonchi, ijtimoiy rollar va identitetni shakllantirishga salbiy ta'sir ko'rsatishini ko'rsatib bergan.

Beshinchidan, o'zbek olimlari orasida A. Jo'rayev, D. Sattorov va M. Qurbonovlarning yoshlar psixologiyasi, shaxsiy o'sish va informatsion xavfsizlik bo'yicha tadqiqotlari diqqatga sazovordir. Ular yoshlar, xususan, talaba yoshlarda raqamli dunyoga haddan ortiq qiziqish ijtimoiy ajralish, muloqotga qobiliyatsizlik va kognitiv cheklanishlarga olib kelishini ta'kidlaydi. Mahalliy muhitda olib borilgan bu tadqiqotlar psixodiagnostik usullarning milliy kontekstda moslashtirilgan shakllarini yaratishga asos bo'lmoqda. Ayniqsa, so'rovnomalar, suhbat uslubi va amaliy monitoring usullari mahalliy tajribada muhim rol o'ynaydi.

Muhokama. Talabalarda internetga qaramlik muammosi zamonaviy psixologiya oldida turgan dolzarb muammolardan biridir. Bu holatning psixologik ildizlari shaxsning ichki ehtiyojlari va tashqi muhit bilan muvozanatga erisha olmasligidan kelib chiqadi. Talabalik davrida shaxsda o'zini topish, ijtimoiy maqomini belgilash, kasbiy yo'nalishni tanlash kabi ichki inqirozlar ro'y beradi va bu psixologik noaniqliklarni yengillashtirish vositasi sifatida ko'pincha internetga murojaat qilinadi. Ammo vaqt o'tishi bilan bu vosita real muammolarni hal qiluvchi emas, balki ularni vaqtincha bostiruvchi, qochish mexanizmi sifatida shakllanadi. Natijada, shaxs real ijtimoiy hayotdan chekinib, virtual makonga haddan tashqari bog'lanib qoladi.

Psixologik tahlillarga ko'ra, internetga tobelik ko'proq shaxslararo munosabatlarda qiyinchiliklarga duch kelayotgan, o'zini ifoda etishda muammoga ega bo'lgan, stressga chidamliligi past, o'ziga nisbatan salbiy tasavvurga ega talabalar orasida keng tarqalgan.

Psixodiagnostika nuqtayi nazaridan, bu holatni aniqlash uchun nafaqat tashqi simptomlar (uzoq vaqt onlayn bo'lish, o'qishga e'tiborning kamayishi), balki ichki psixik mexanizmlarni (motivatsiya, emotsional fon, o'zini anglash darajasi) aniqlash muhimdir. Buning uchun psixologik testlar, intervyular, kuzatuv metodlari orqali chuqur tahlil o'tkazish zarur. Bu yondashuv talabalarni faqat tashqi belgilar asosida emas, balki ularning shaxsiy dunyosiga kirib, haqiqiy muammo ildizlarini aniqlash imkonini beradi.

Muhokamaga sabab bo'ladigan yana bir jihat shuki, ko'pchilik talabalarda internet vositalari – ayniqsa ijtimoiy tarmoqlar – o'zini namoyon qilish, tan olinishga erishish, ijtimoiy maqom orttirish vositasi sifatida namoyon bo'ladi. Bu esa, yoshlarning shaxsiy identifikatsiyasi jarayonini buzadi. Psixologik nuqtayi nazardan olganda, ijtimoiy tarmoqlar orqali sun'iy idealga intilish, doimiy taqqoslash va virtual baholarga qaramlik hissiyotlarning barqarorligini yo'qotishga olib keladi. Bunday sharoitda psixodiagnostika nafaqat tashxis qo'yish, balki talabani real va virtual hayot o'rtasidagi farqni tushunishga yo'naltirishga xizmat qilishi kerak. Shu boisdan, psixologik suhbatlar va shaxsiy yondashuvlar muhim ahamiyatga ega.

Bundan tashqari, internetga bog'lanish talabaning kognitiv faoliyatiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Diqqatning susayishi, eslab qolish darajasining kamayishi, fikrlashning tarqoq bo'lishi – bularning barchasi virtual muhitga haddan tashqari kirib qolish natijasida yuzaga keladi. Shuning uchun, psixodiagnostik vositalar faqatgina tobelik darajasini emas, balki uning oqibatlarini ham aniqlashi kerak. Diagnostika jarayonida o'qishdagi muvaffaqiyatsizliklar, muloqotda muammo, hayotiy maqsadlarning yo'qligi singari omillar chuqur o'rganilishi shart. Bu esa ko'p bosqichli, tizimli yondashuvni talab qiladi – bunda testlar, suhbatlar, guruhviy treninglar, va kuzatuvlar uyg'un ravishda olib borilishi kerak bo'ladi.

Muhokamadan kelib chiqib, xulosa qilish mumkinki, internetga tobelikni aniqlashda psixodiagnostika nafaqat tahliliy, balki profilaktik ahamiyatga ega. Diagnostik faoliyat orqali muammoni erta bosqichda aniqlash, shaxsiy va guruhviy psixokorreksion ishlarni tashkil qilish, shaxsiy resurslarni faollashtirish imkoniyati paydo bo'ladi. Bu jarayon orqali talaba real hayotda o'z o'rnini topishga, muammolarni virtual qochish orqali emas, balki ijtimoiy moslashuv va ruhiy barqarorlik orqali hal qilishga o'rganadi. Shu sababli, psixologlar o'z ish faoliyatida internetga bog'liqlikni chuqur, kompleks va zamonaviy metodlar asosida baholashni yo'lga qo'yishlari kerak.

Xulosa. Zamonaviy raqamli muhitning jadallik bilan rivojlanishi, yosh avlod, xususan, talabalar hayot tarziga kuchli ta'sir o'tkazmoqda. Internet nafaqat ta'lim olish, axborot izlash yoki muloqot vositasi, balki shaxsning psixologik holatiga ta'sir qiluvchi muhim omilga aylangan. Talabalar o'zlarining ijtimoiy, emotsional yoki shaxsiy ehtiyojlarini ko'pincha virtual muhitda qondirishga harakat qiladilar. Biroq bu jarayonning haddan tashqari kuchayishi, ya'ni internetga bog'liqlik holatining rivojlanishi, salbiy psixologik oqibatlarga olib kelishi mumkin. Shu sababli, talabalarda internetga tobelik darajasini aniqlash va bu holatning psixologik mexanizmlarini chuqur tushunish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Psixodiagnostika bu jarayonda hal qiluvchi vosita sifatida namoyon bo'ladi. Diagnostik vositalar orqali talabaning internetdan foydalanish odatlari, motivatsion omillari, emotsional holati, kognitiv xususiyatlari va ijtimoiy moslashuv darajasi aniqlanadi. Ayniqsa, shaxsning stressga qarshi kurashish strategiyalari, o'zini anglash darajasi, o'ziga bo'lgan ishonchi kabi ichki psixologik omillar internetga bog'liqlikni aniqlashda muhim ahamiyatga ega. Bu esa psixodiagnostik jarayonni chuqur va kompleks tahlil asosida olib borishni talab qiladi. Diagnostikaning samaradorligi esa psixologik profilaktika va korreksiya ishlarining sifatini belgilaydi.

Yuqoridagi tahlillar shuni ko'rsatadiki, internetga qaramlik faqat tashqi xatti-harakatlar orqali baholanishi mumkin bo'lgan oddiy holat emas, balki murakkab psixologik omillarning natijasidir. Bu holat talabalarni real hayotdagi faoliyatdan chetlashtirib, ularni virtual dunyoda o'zini yo'qotgan, izolyatsiyalashgan shaxslarga aylantirishi mumkin. Shu sababli, internetga tobelikni aniqlash va unga qarshi samarali choralarni ko'rish uchun har bir talabaning individual psixologik portretini shakllantirish zarur. Psixodiagnostik tadqiqotlar faqat kasallik yoki muammo

aniqlash emas, balki shaxsni tushunish, unga yordam berish, uni ijobiy yo'naltirish vositasi sifatida qaralishi kerak.

Talabalarda internetga tobeklik holatini oldindan aniqlash, ularni bu muammoga nisbatan ongli yondashishga o'rgatish, internetdan foydalanish madaniyatini shakllantirish uchun ta'lim muassasalarida tizimli va uzluksiz psixologik ishlarni tashkil qilish lozim. Bu jarayonga nafaqat psixologlar, balki o'qituvchilar, ota-onalar va o'zlari talabalar ham jalb qilinishi kerak. Internetga tobeklikni kamaytirish uchun real hayotdagi faollik, muloqot, ijodiy faoliyat va sport mashg'ulotlarini rivojlantirish zarur. Bunday yondashuv talabaning psixologik salomatligini mustahkamlab, uni to'laqonli shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiladi.

Yakuniy xulosa shuki, talabalarda internetga bog'liqlikni aniqlash, uning sabab va oqibatlarini tushunish, psixologik diagnostika orqali individual va guruh yondashuvlarni shakllantirish zamonaviy ta'lim muassasalari oldidagi dolzarb vazifadir. Har bir talaba o'zining internetdan foydalanish darajasini anglay olishi, bu borada o'zini nazorat qilishi va muvozanatli foydalanish ko'nikmasini shakllantirishi zarur. Bu esa faqatgina tashxis bilan emas, balki chuqur tahlil, ongli yondashuv va psixologik tarbiya vositalari orqali amalga oshiriladi. Shu tariqa, sog'lom raqamli muhit va salbiy internetga qaramlikka qarshi psixologik immunitet shakllantiriladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Young, K. S. Internet Addiction Test (IAT). 2015. P. 25-32.
2. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. Internet addiction: A critical review. 2011. P-33-38.
3. Griffiths, M. D. Internet addiction: A critical review. 2014. – 45 p.
4. Юсупова, О. С., & Умирова, С. М. Отношение формы и содержания в художественно-эстетическом выражении. Научный вестник scientific reports, 127.
5. Utanova, U. (2021). "Kompyuter axborot madaniyati"-submadaniyatning vujudga kelishi. Kamolidin Beuzod nomidaagi Milliy rassomlik va dizayn instituti axborotno masi ilmiy-amaliy jurnali, 5(03), 62-66.

Zarifova Oygul Shavkat qizi

Buxoro davlat universiteti

Psixologiya mutaxassisligi 1-bosqich magistranti

TALABALARDA RUHIY SALOMATLIKNI MUSTAHKAMLASHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada talabalarda ruhiy salomatlikni mustahkamlashga qaratilgan psixologik xususiyatlar ilmiy o'rganilgan. Shuningdek, maqolada talabalarining psixologik xususiyatlarini mustahkamlashda psixoprofilkatika, psixokorreksiya, trening va maslahatlar kabi metodlar samaradorligi yoritiladi. Bundan tashqari, ruhiy salomatlikni ta'minlashda o'qituvchilar psixologlar va ota - onalar hamkorligining o'rni alohida ko'rsatib o'tilgan.

Kalit so'zlar: Ruhiy salomatlik, talabalar psixologiyasi, psixoprofilkatika, stressga qarshi kurash, psixologik barqarorlik, ijtimoiy moslashuv, emotsional intellekt, psixokorreksiya, motivatsiya.

Аннотация: В данной статье научно изучены психологические особенности, направленные на укрепление психического здоровья у студентов. Также в статье освещается эффективность таких методов, как психопрофилактика, психокоррекция, обучение и консультации в укреплении психологических особенностей студентов. Кроме того, особо подчеркивается роль сотрудничества учителей, психологов и родителей в обеспечении психического здоровья.

Ключевые слова: Психическое здоровье, студенческая психология, психопрофилактика, борьба со стрессом, психологическая стабильность, социальная адаптация, эмоциональный интеллект, психокоррекция, мотивация.

Abstract: This article scientifically examines the psychological characteristics aimed at strengthening mental health in students. The article also highlights the effectiveness of such methods as psychoprophylaxis, psychocorrection, training, and counseling in strengthening the psychological characteristics of students. In addition, the role of cooperation between teachers, psychologists, and parents in ensuring mental health is highlighted.

Keywords: Mental health, student psychology, psychoprophylaxis, stress management, psychological stability, social adaptation, emotional intelligence, psychocorrection, motivation.

Kirish. Talabalik davri inson hayotidagi muhim va murakkab psixologik bosqichlardan biridir. Ushbu davrda yoshlar nafaqat akademik, bilimlarni egallaydi, balki shaxsiy o'sish, ijtimoiy moslashuv, hayotga bo'lgan qarashlar va qadriyatlarni shakllantiradi. Biroq, bu jarayon ko'plab, stress omillari bilan bog'liq bo'lib ular talabalarning ruhiy salomatligiga salbiy tasir ko'rsatishi mumkin. Dunyo sog'liqni saqlash tashkilotining ma'lumotlariga ko'ra, yoshlar orasida depressiya, xavotir, stress va boshqa ruhiy muammolar tobora ko'payib bormoqda. Ayniqsa, talabalar orasida bu muammolar ularning o'qishdagi muvaffaqiyati, ijtimoiy faolligi va hayot sifati uchun jiddiy xavf tug'diradi.

Psixologiya va ta'lim fanlari sohasidagi so'nggi tadqiqotlar ruhiy salomatlikni mustahkamlashda individual psixologik xususiyatlar, emotsional boshqaruv, stressga chidamlilik, ijobiy fikrlash va moslashuvchanlik kabi omillarning o'rni katta ekanligini ko'rsatmoqda. Misol uchun emotsional intellekt nazariyasi talabalar orasida stressni boshqarish va munosabatlarni yaxshilashda muhim vosita sifatida qabul qilinmoqda.

Talabalarda ruhiy salomatlikni mustahkamlash faqat individual xususiyatlarga bog'liq emas, balki ta'lim muassasalari, ota onalar va jamiyatning ham o'zaro hamkorligi orqali amalga oshiriladi. Ta'lim tizimida psixologik yordam xizmatlarining mavjudligi, stressni kamaytirish bo'yicha, treninglar va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlari talabalarning ruhiy holatini yaxshilashga xizmat qiladi. Shu bois, ruhiy salomatlikni mustahkamlash masalasi nafaqat psixologlar balki ta'lim sohasidagi mutaxassislar va jamiyat vakillari uchun dolzarb hisoblanadi.

XXI asrda ta'lim jarayonining intensivlashivi, raqamli texnologiyalarning keng tarqalishi va ijtimoiy hayotdagi tezkor o'zgarishlar talabalarning ruhiy salomatligiga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda. Zamonaviy psixologiyada ruhiy salomatlik shunchaki kasallikning yo'qligi emas, balki insonning o'z hayoti ustidan nazoratni saqlab turishi, maqsadga yo'naltirilgan faoliyat yurita olishi va ijtimoiy aloqalarda barqaror bo'lish qobiliyati sifatida talqin qilinadi. Bu jihatdan qaralganda talabalarning ruhiy salomatligi ularning nafaqat o'quvdagi samaradorligi balki umumiy hayot sifatiga ham bevosita ta'sir qiladi.

Shuningdek, nevropsixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, 18-25 yosh oralig'ida inson miyasi xususan, prefrontal korteks bosqichida bo'ladi. Bu esa hissiy regulyatsiya, rejalashtirish va muammoli vaziyatlarga moslashish kabiqobiliyatlarning hali to'liq shakllanmaganligini anglatadi. Shu sababli, talabalarda stressga duch kelganda salbiy ruhiy reaksiyalar tezroq yuzaga keladi va ular bilan samarali kurashish mexanizmlari hali yetarli darajada shakllanmagan bo'lishi mumkin.

Ushbu holat talabalarning ruhiy salomatligini mustahkamlashga yo'naltirilgan kompleks yondashuvlarni, ishlab chiqishni taqozo etadi. Bu yondashuvlar individual psixologik yordam guruhiy treninglar, o'zini anglashni rag'batlantiruvchi texnikalar sog'lom muhit yaratish hamda emotsional ongni rivojlantirishni o'z ichiga olishi zarur.

Adabiyotlar tahlili metodologiyasi. Talabalik davri inson hayotidagi eng muhim bosqichlardan biri bo'lib, bu davrda yoshlar nafaqat ilmiy bilimlarni egallaydilar, balki shaxsiy rivojlanish mustaqil fikrlash va ijtimoiy moslashuv jarayonlarini ham boshdan kechiradilar. Biroq, bu jarayon ko'plab psixologik bosimlar stress va bosimlar bilan kechishi mumkin.

O'zbekistonlik olim Hayatov Rustam Batirbekovich tomonidan olib borilgan tadqiqotda, tibbiyot yo'nalishida tahsil olayotgan talabalar orasida akademik yuklama, qat'iy dars jadvali, o'qituvchilarining talabchanligi, darsliklarning yetishmasligi va ota onalardan uzoqda yashash kabi omillar ruhiy salomatlikka salbiy tasir ko'rsatishi aniqlangan.

Uning ta'biricha, talabalarda yuzaga keladigan stres bosim xavotir kabi hissiyotlar ba'zi bir tashqi muhit omillari sabab yuzaga keladi.

Shuningdek, Askarova Nargiza Abdivalieva va Boymurodova Xolisa Rahmonqul qizi tomonidan o'tkazilgan tadqiqotda, tibbiyot akademiyasi talabalarida yuqori darajadagi xavotirlik holatlari aniqlangan bo'lib, bu holatlar talabalarning xotira va diqqat kabi kognitiv jarayonlariga salbiy tasir ko'rsatishi ta'kidlangan.

Bu tadqiqotda tibbiyot oliygohi talabalarida xavotirlik hissi kuchli bo'lib bu uning bilish jarayonlariga salbiy tasir ko'rsatishi aytib o'tilgan.

Xalqaro tadqiqotlar talabalarning ruhiy salomatligiga ta'sir etuvchi omillarni chuqur tahlil qilgan. Masalan, Medical Education jurnalida chop etilgan tadqiqotda tibbiyot oliygohi talabalarida o'qish davomida mukammallik darajasi ortib, bu holat stress va ruhiy charchoqqa olib kelishi aniqlangan.

Amerikalik mashhur psixolog va psixoterapevt, ruhiy salomatlik bo'yicha yetakchi mutaxassislaridan biri Gerald Korey yoshlar xususan talabalar davrida yuzaga keladigan emotsional muammolar vaqtida aniqlanmasa ularning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishiga jiddiy putur yetkazadi.

Bu ilmiy yondashuvning negizida talabalarda yuzaga keluvchi psixologik holatlar o'z vaqtida aniqlanmasa ularning keyingi ijtimoiy hayotida salbiy tasir ko'rsatishi aniqlangan.

Emotsional intellekt tushunchasini ommalashtirgan olimlardan biri bu Daniel Goleman ta'biricha - O'z emotsiyalarini boshqara olish- ruhiy salomatlikning negizidir. Talabalar orasida emotsional intellekt rivoji nafaqat akademik, balki psixologik barqarorlikning ham kafolati bo'la oladi.

Bu g'oyaning asosi o'z emotsiyalarini boshqara oladigan insonda ham ijtimoiy intellekt ham psixologik ko'nikmalar yaxshi shakllantira oladi.

Nevropsixolog- Rick Hanson: Miyamiz salbiy voqealarga ko'proq e'tibor beradi. Shuning uchun talabalar orasida ijobiy fikrlarni shakllantirish va "shukronalik" treninglarini joriy etish ruhiy salomatlikni oshiradi.

Bu fikr asnosida xotira salbiy jarayonlarni ko'proq yodga saqlab oladi bu esa uning ijtimoiy munosabatlarda bir qancha qiyinchiliklarni yuzaga keltiradi. Buni oldini olish uchun esa talabalarda ijobiy fikrlarni ko'proq shakllantirish va jamiyatga kerakli kadr sifatida shakllantirish zarur.

Stanford universiteti professori, motivatsiya va shaxsiy o'sish bo'yicha mutaxassis Karol Devek: talabalarda o'suvchi fikrlarni shakllantirish ularning stressga chidamliligini oshiradi va ruhiy sog'lomlikni mustahkamlaydi.

Bu ilmiy asos negizida xavotirlik hissiga nisbatan chidamliligini oshirish uchun birinchi navbatda uning fikrlash doirasiga urg'u beriladi, shakllantiriladi.

Yuqorida keltirib o'tilgan fikrlardan kelib chiqib, shuni ayta olamizki talabalarda ruhiy salomatlikni mustahkamlash shaxsiy va ijtimoiy rivojlanish jarayonining muhim qismidir. Barcha jarayonlarda ruhiy salomatlik to'g'ri baholansa o'z samarasini berishi haqida urg'u berilgan.

Muhokama. Talabalarda ruhiy salomatlikning mustahkam bo'lishi ularning o'qishdagi muvaffaqiyati, ijtimoiy moslashuvi va shaxsiy rivojlanishida muhim o'rin tutadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ruhiy salomatlikni ta'minlashga, ijobiy ta'sir ko'rsatadigan, asosiy omillar qatoriga emotsional intellekt, stressga chidamlilik ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va o'z o'zini anglash ko'nikmalari kiradi. Ruhiy salomatlikka ta'sir etuvchi stres omillariga esa quyidagilar kiradi: o'qishdagi bosim, moliyaviy muammolar, oilaviy ziddiyatlar, ijtimoiy qorqinchlar (yolg'izlik, jamoadan ajralib qolish) hamda o'zini namoyon qilishdagi qiyinchiliklar. Ayniqsa, turli ijtimoiy iqtisodiy qatlamlardan chiqqan talabalar ruhiy

muvozanatni saqlab qolishda turlicha resurslarga ega bo'ladi, bu esa ruhiy salomatlikda tengsizliklarni keltirib chiqaradi.

Psixologik yordam tizimlari mavjud bo'lgan ta'lim muassasida talabalar o'zlarining emotsional ehtiyojlarini anglab, zarur bo'lsa malakali mutaxassislar yordamiga murojaat qilish imkoniyatiga ega bo'ladi. Bu esa ularning ichki ziddiyatlari bilan mustaqil kurashish o'rniga psixologik sog'liqni saqlashning ijtimoiy mexanizmlaridan foydalanishlariga yo'l ochadi. Ta'lim muassasalarida faoliyat yuritayotgan pedagog, psixologlar, maslahat markazlari va ijtimoiy psixologik treninglar bu borada muhim rol o'ynaydi.

Ruhiy salomatlikni qo'llab quvvatlovchi omillardan biri - bu ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmog'i, ya'ni do'stlar, oila a'zolari o'qituvchilar va murabbiylar bilan ijobiy munosabatdir. Tahlillar shuni ko'rsatmoqdaki, kuchli ijtimoiy aloqalarga ega talabalar depressiya va xavotir kabi ruhiy buzilishlarga kamroq uchraydi.

Bu borada Albert Banduraning "Ijtimoiy o'rganish nazariyasi" muhim asos bo'lib xizmat qiladi: ijobiy namuna ko'rsatish, emotsional aloqalar va psixologik iqlim talabaning ruhiy barqarorligiga katta ta'sir ko'rsatadi.

Shuningdek, ijobiy psixologiya yondashuvlari - minnatdorchilikni ifoda etish, o'z kuchli tomonlarini anglash, hayotiy maqsadlar ustida ishlash kabi uslublar orqali talabalar o'z salomatliklarini mustahkamlashi mumkin. Martin Seligman boshchiligidagi tadqiqotlar ijtimoiy emotsiyalar va individual qoniqish darajasining oshishi ruhiy holatni yaxshilashga xizmat qilishini ko'rsatgan.

Shuni alohida ta'kidlash joizki, ruhiy salomatlikni mustahkamlashda o'qituvchilarning va ota onalarning ham o'рни katta. Ota - onalarning hissiy qo'llab quvvatlashi pedagoglarning motivatsion yondashuvi va shaxsga hurmat bilan yondashishi talabaning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi.

Ayniqsa, ijobiy pedagogik muhit mos o'quv yuki, muntazam profilaktika ishlari stress darajasini kamaytiradi va talabaning salbiy hissiy reaksiyalarini oldini olishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Xulosa. Talabalik davri inson hayotidagi eng faol, lekin eng nozik psixologik bosqichlardan biri hisoblanadi. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, ruhiy salomatlikni mustahkamlash uchun talabalar individual psixologik xususiyatlarini anglab, o'z o'zini boshqarish emotsiyalarini nazorat qilish ijtimoiy qo'llab quvvatlash tizimlaridan foydalanish va ongli yondashuvlarni shakllantirishlari zarur.

Buning uchun birinchi navbatda oliy ta'lim muassasalarida ruhiy salomatlik markazlarini tashkil etish, pedagog va psixologlar uchun malaka oshirish kurslari, talabalar orasida psixologik madaniyatni oshirish, shuningdek, ota onalar bilan muntazam hamkorlikni yo'lga qo'yish, o'zini anglash va ongli hayot tarzini rag'batlantirish va psixologik xavfni erta aniqlash tizimini joriy qilish va tashkillashtirish zarur deb o'ylayman.

Talabalik davri — shaxsning ruhiy, ijtimoiy va intellektual jihatdan rivojlanishida muhim bosqich hisoblanadi. Bu davrda talaba o'z mustaqil hayotini boshlaydi, kasb tanlaydi, shaxsiy hayotda muhim qarorlar qabul qiladi va ko'plab psixologik bosimlarga duch keladi. Shuning uchun ularning ruhiy salomatligini mustahkamlash — ta'lim jarayonining asosiy yo'nalishlaridan biri bo'lishi zarur.

1. Ruhiy barqarorlikni ta'minlash zarur.

Talabalar ko'pincha stress, xavotir, o'qishga bo'lgan bosim, moliyaviy muammolar yoki ijtimoiy muhitdagi o'zgarishlar bilan yuzlashadilar. Ruhiy salomatlikni mustahkamlash orqali ular bunday holatlarda bardoshli va ijobiy fikrlovchi bo'lib shakllanishadi.

2. Psixologik moslashuvchanlikni rivojlantirish kerak.

Yangi muhitga (masalan, universitet, guruh, yotoqxona) moslashish — talaba uchun muhim omil. Psixologik moslashuvchanlik rivojlangan talaba ijtimoiy munosabatlarni yaxshi yo'lga qo'yadi, o'zini tushunadi va boshqalarni tushunishga intiladi.

3. O'z-o'zini anglash va boshqarish ko'nikmalari rivojlantirilishi zarur.

Ruhiy sog'lom talabalar o'z his-tuyg'ularini anglaydi, ularni boshqarish va to'g'ri ifodalashni o'rganadi. Bu esa ularda o'ziga bo'lgan ishonchni, o'z fikrini erkin ifodalash va muammolarga ijobiy yondashish imkonini beradi.

4. Sog'lom ijtimoiy aloqalar muhim omil hisoblanadi.

Do'stlar, guruhdoshlar, o'qituvchilar va oilaviy a'zolar bilan iliq, qo'llab-quvvatlovchi munosabatlar ruhiy salomatlikning asosiy tayanchidir. Sog'lom aloqalar talabalarga ijtimoiy qo'llab-quvvatlash hissini beradi.

5. Psixologik xizmat va maslahatlar samarali ta'sir ko'rsatadi.

Oliy o'quv yurtlarida faoliyat yurituvchi psixologlar, konsultatsiya markazlari va trening dasturlari talabalarning psixologik muammolarini erta aniqlash va ularni bartaraf etishga yordam beradi.

6. Motivatsiya va o'zini rivojlantirishga yo'naltirish zarur.

Ruhiy salomat talaba o'z oldiga maqsadlar qo'yadi, rejalashtirishni o'rganadi va shaxsiy o'sishga intiladi. Bu unga mustaqil qaror qabul qilish, muammolarni hal etish va o'z imkoniyatlarini to'liq ishga solish imkonini beradi.

Talabalarda ruhiy salomatlikni mustahkamlash psixologik barqarorlik, hissiy muvozanat, ijtimoiy moslashuv, motivatsiya va o'zini anglash jarayonlarining rivojlanishini talab qiladi. Bu yo'nalishda psixologik yordam, treninglar, sog'lom ijtimoiy muhit va individual yondashuvlar muhim rol o'ynaydi. Ruhiy jihatdan sog'lom talaba — bu muvaffaqiyatli o'quvchi, faol fuqarolik pozitsiyasiga ega shaxs va kelajakdagi barqaror jamiyat a'zosi hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Абдурасулов, Ж. (2022). использование информационных технологий в усвоении уроков истории.
2. Abduqodirova, D., & Abdurasulov, J. (2025). yoshlarda harbiy-vatanparvarlik tuyg'usini takomillashtirishning psixologik hususiyatlari. Педагогика и психология в соВреМеННОМ мире: исследования, 4(1), 50-53.
3. Жураев, Ш., & Абдурасулов, Ж. (2024). Х.АРБИЙ ЖАМОАДАГИ ИЖТИМОИЙ ФИКР. Журнал академических исследований нового Узбекистана, 1(2), 97-103.
4. Abdurasulov J., & Pardabayeva, M. (2024). musobaqadan oldin sportchilarni psixologik tayyorlash. Евразийский журнал социальных наук, философии и культуры, 4(6 Part 2), 73-76.
5. Burieva, K. E., & Kamilova, Z. A. (2022). The psychology of adolescence. Scientific progress, 3(4), 923-929.
6. Sh.Umarova 2024. Psychological Features Of Workers And Factors Affecting Them. Pedagogical Cluster-Journal of Pedagogical Developments. 2, 9 (Sep. 2024), 52-63.

Усманова Манзура Наимовна

к.п.н., профессор Бухарского государственного университета

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНОЙ СФЕРЫ СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

Аннотация: Важным компонентом успешной профессиональной деятельности будущего психолога является умение устанавливать межличностные связи, выделять наиболее значимые элементы межличностного общения и творчески применять их. В работе рассматриваются особенности коммуникативной сферы студентов - будущих психологов. Наряду с приобретением профессиональных знаний, умений и компетенций

будущим специалистам необходимо развивать коммуникативные способности и навыки межличностной коммуникации.

Ключевые слова: общение; коммуникабельность; эмпатия; коммуникативная сфера личности; особенности коммуникативной сферы студентов-психологов.

Abstract: An important component of successful professional activity of a future psychologist is the ability to establish interpersonal connections, identify the most significant elements of interpersonal communication and apply them creatively. The paper examines the features of the communicative sphere of students - future psychologists. Along with the acquisition of professional knowledge, skills and competencies, future specialists need to develop communicative abilities and interpersonal communication skills.

Keywords: communication; sociability; empathy; communicative sphere of personality; features of communicative sphere of students majoring in psychology.

Annotatsiya: Bo'lajak psixologning muvaffaqiyatli kasbiy faoliyatining muhim tarkibiy qismi bu shaxslararo aloqalarni o'rnatish, shaxslararo muloqotning eng muhim elementlarini aniqlash va ularni ijodiy qo'llash qobiliyatidir. Maqolada talabalar - bo'lajak psixologlarning kommunikativ sohasining xususiyatlari ko'rib chiqiladi. Bo'lajak mutaxassislar kasbiy bilim, ko'nikma va malakalarni egallash bilan bir qatorda muloqot ko'nikmalarini, shaxslararo muloqot ko'nikmalarini rivojlantirishlari zarur.

Kalit so'zlar: aloqa; muloqot qobiliyatlari; hamdardlik; shaxsning kommunikativ sohasi; Psixologiya talabalarining kommunikativ sohasining xususiyatlari

Современное общество невозможно представить вне коммуникативного процесса или общения. Общение является главным условием бытия и взаимодействия людей, без которого неосуществимо полноценное образование не только определенных психических функций, процессов и свойств человека, но и гармоничной личности в целом. Совместная деятельность детерминирует необходимость в общении: чтобы жить, люди вынуждены кооперироваться. Общение дает возможность организовывать общественную деятельность и внести в неё новые связи и отношения между людьми.

Человек с момента появления на свет общается с другими людьми, вступает с ними во взаимодействие. Но, очень часто люди, отличающиеся высокими профессиональными достижениями или успешностью в приобретении материальных благ, оказываются некомпетентными в сфере межличностных отношений, поэтому человеку необходимо совершенствоваться и практиковаться во взаимоотношениях с людьми, чтобы стать социально успешной и счастливой личностью.

Вопросы становления, развития и функционирования коммуникативной сферы человека напрямую связаны с проблемами общения, межличностного взаимодействия и профессиональных отношений. Коммуникативная сфера личности становится одним из важнейших предметов изучения в современной психологической науке.

В настоящее время важно изучение личностных коммуникативных характеристик, определяющих организацию межличностного пространства человека и его адаптацию в социальной среде. Значительной трудностью в решении этой задачи является построение универсальных объяснительных и коррекционных моделей развития коммуникативных особенностей личности.

Таким образом, формирование компетентности в общении является актуальной проблемой психологии, изучение которой имеет важное значение, как для каждого конкретного человека, так и для всего социума в целом.

Также и опыт общения занимает особое место в структуре коммуникативной компетентности личности. С одной стороны, он социален и включает интериоризированные нормы и ценности культуры, с другой - индивидуален, поскольку основывается на индивидуальных коммуникативных способностях и психологических событиях, связанных с общением в жизни личности. Динамический аспект этого опыта составляет процессы социализации и индивидуализации, реализуемые в общении,

обеспечивающие социальное развитие человека, а также адекватность его реакций на ситуацию общения и их своеобразие. В общении особую роль играет овладение социальными ролями: организатора, участника общения, на что влияет уровень развития эмоционального интеллекта.

Эффективность в общении рассматривается как система внутренних ресурсов, необходимых для построения эффективной коммуникации в определённой сфере ситуаций личностного взаимодействия. Компетентность в общении имеет, несомненно, инвариантные общечеловеческие характеристики и в тоже время характеристики, исторически и культурно детерминированные.

Эффективность в общении предполагает готовность и умение строить контакт на различной психологической дистанции - и отстранённой, и близкой. Трудности могут быть связаны с инерционностью позиции - владением какой-либо одной из них и её реализацией повсеместно, независимо от характера и особенностей партнёра, своего внутреннего состояния и специфики ситуации. В целом компетентность в общении обычно связана с овладением не какой-либо одной позицией в качестве наилучшей, а с адекватным и гибким приобщением к их спектру. Гибкость в адекватной смене психологических позиций - один из главных показателей компетентного общения. [2]

Определённые свойства личности существенно влияют, как на цели и процесс общения, так и на его эффективность. Одни из них способствуют успешному общению, такие как: экстравертированность, эмпатийность, толерантность, мобильность; другие его затрудняют, к ним относятся: интровертированность, властность, конфликтность, агрессивность, застенчивость, робость, ригидность.

Студенческая молодежь представляет собой значительную часть современного общества. Имея высокий уровень образования, активный трудоспособный возраст, динамичное социальное поведение, она формирует основной интеллектуальный и производительный пласт общества. Активно воплощая в жизнь свои стремления и цели, молодежь во многом задаёт вектор будущего развития современного общества. Она обладает способностью перерабатывать и усваивать большое количество информации, что, в свою очередь, формирует способность молодого человека находить оригинальные способы решения трудных вопросов. У молодых людей активно развивается коммуникативная сфера личности. Это связано с нахождением и установлением новых общественных связей, а также с высокой потребностью молодых людей в динамичном межличностном общении. [1; 4]

На наш взгляд, личностными качествами, способствующими эффективности в общении именно у студентов-психологов, являются: эмоциональный интеллект, экстравертированность, эмпатийность и агрессивность.

Каждая группа студентов, обучающихся в том или ином вузе, имеет свои условия жизни (обучения и общения, труда и быта), особенности социального поведения и систему ценностных ориентаций. Одна из главных функций межличностного общения в группе - выработка взаимоприемлемых решений, устранение противоречий, порождающих вражду и непримиримость - то есть достижение группой объединения на основе общих договорённостей и взаимных уступок.

Особенностью коммуникативной сферы студентов является её изменчивость в процессе обучения.

В качестве базы исследования было выбрано 30 студентов-бакалавров 2-го и 3-го курсов отделения психологии факультета истории и юриспруденции Бухарского госуниверситета. Возраст испытуемых - 18-22 года. Для анализа особенностей коммуникативной сферы было проведено тестирование с использованием следующих методик: методики «Эмпатические тенденции Мехрабиана», методики для исследования эмпатии И.М. Юсупова, теста В.Ф. Ряховского для оценки общего уровня общительности. [См. по: 3]

Методику «Эмпатические тенденции Мехрабиана» и методику для исследования эмпатии И.М. Юсупова применяют для анализа восприятия и понимания между людьми. Данные методики раскрывают основной механизм социальной перцепции: идентификации, аттракции, эмпатии, социальной рефлексии, стереотипизации, каузальной атрибуции.

Эмпатия - способность к сопереживанию, сочувствию, эмоциональному восприятию другого человека, проникновению во внутренний мир другого, принятие всех его мыслей, чувств. К. Роджерс определял эмпатию как особые взаимоотношения, включающие в себя несколько аспектов: вхождение в мир переживаний другого человека и свободную в нем ориентацию; тонкую чувствительность к изменяющимся процессам в этом мире; проживание «жизни другого человека» - деликатно, не давая оценок, не пытаясь открыть больше, чем человек готов проявить и при этом помогая делать это переживание более полным. Эмпатия является важнейшим условием личностного развития человека. [3; 5]

76% опрошенных показали нормальный уровень эмпатийности, 12% - высокий уровень эмпатийности, у 12% опрошенных наблюдается средний уровень эмпатийности. У 40% респондентов нормальный уровень тенденции к эмпатии, у 36% - высокий уровень; 24% показали низкий уровень тенденции к эмпатии.

Таким образом, эмпатийность и тенденция к эмпатии у большинства опрошенных находятся на нормальном уровне. Нормальный уровень эмпатийности отражает умеренную чувствительность по отношению к окружающим. Что касается межличностных отношений, люди с нормальным уровнем эмпатии в своих суждениях о других учитывают преимущественно их поступки, а не свои личные впечатления. В процессе общения они внимательны, контролируют личные эмоции. Полученные результаты весьма характерны и отражают уровень межличностных коммуникаций, свойственных возрасту опрошенных.

Для оценки коммуникабельности и общительности был выбран тест В.Ф. Ряховского. Коммуникабельность — это умение налаживать контакты, способность к конструктивному и взаимообогащающему общению с другими людьми. Коммуникабельность представляет один из навыков успешного социального взаимодействия и затрагивает как профессиональную, так личную сферу общения. [6] Она является одним из важных личных качеств людей, профессия которых предусматривает активное прямое общение с другими.

В ходе проведенного исследования коммуникативной сферы студентов-бакалавров было выявлено следующее: у 16% опрошенных высокий уровень коммуникабельности, 56% весьма общительны, у 24% - нормальный уровень и у 4% - низкий.

Значительная часть респондентов показала нормальный уровень коммуникабельности, который отражает любознательность, умение слушать и слышать собеседника, проявлять в общении достаточную терпеливость, предрасположенность к новым встречам и знакомствам. Помимо этого, некоторая часть тестируемых показала высокий уровень коммуникабельности. Людей с таким показателем называют «рубаха-парень». Они всегда в курсе всех событий и дел, весьма охотно принимают участие во всех дискуссиях. В общении предпочитают легкие для восприятия темы. Им недостает некоторой серьезности в выполнении дел.

Согласно результатам проведенного исследования, студенты в большинстве весьма общительны, характеризуются некоторым любопытством, разговорчивостью, легко высказывают свое мнение по разным вопросам, охотно устанавливают новые контакты. А общительность, контактность, гибкость поведения, динамичность поведенческой реакции, эмоциональная сдержанность относятся к важным профессиональным качествам будущего психолога. Таким образом, полученные результаты показывают личностное становление и готовность студентов к освоению выбранной профессии и самореализации в ней, подчеркивают перспективность освоения будущими психологами профессиональных качеств и навыков.

Профессиональная деятельность психолога предполагает проведение бесед, интервью. Для ее успешной реализации необходимы знания о коммуникативной сфере личности, хорошие коммуникативные способности, умения устанавливать межличностные

связи, выделять наиболее значимые элементы межличностного общения и творчески применять их, располагать к себе людей. У психолога должно быть сформировано правильное, безоценочное восприятие других людей. Поэтому существенное значение имеет формирование у будущих психологов навыка эффективной межличностной коммуникации.

К важным аспектам межличностной коммуникации относятся: коммуникативная компетентность, то есть развивающийся и осознаваемый опыт общений между людьми, общительность, контактность, инициативность, коммуникативно-речевая активность. Наличие развитых коммуникативных навыков дает легкость в общении и установлении контакта. К таким навыкам относятся умение слушать, высказываться к месту, поддерживать беседу, выбирать правильную форму обращения к собеседнику. Контактность - еще один важный аспект в умении общаться. В основе этого социального умения лежит природная общительность и способность вступать в психологический контакт, формировать в ходе общения доверительные отношения, основанные на взаимном принятии. Коммуникативно-речевая активность проявляется в волевых усилиях и внутренней готовности человека действовать, исходя из конкретной коммуникативно-речевой ситуации. К тому же она относится к динамическому, интегральному свойству личности, которое изменяется в процессе обучения и приобретает творческий характер проявления. Все вышеперечисленные аспекты коммуникативной сферы имеют огромное значение в становлении студентов как профессиональных психологов.

В данное время нами разрабатывается комплекс тренингов, направленных на развитие эмоционального интеллекта, самоконтроля и уменьшение степени агрессивности у студентов-психологов. Тренинги также направлены на достижение более полного осознания себя: своих чувств, потребностей, желаний, телесных процессов, своей мыслительной деятельности, а также, насколько возможно для более полного осознания внешнего мира, прежде всего, мира межличностных отношений. С помощью данных тренингов мы не стремимся к немедленному изменению поведения и быстрому устранению симптомов нарушений в коммуникации, и в этом положительное достоинство наших тренингов.

Таким образом, будущим психологам необходимо не только приобретать профессиональные знания, умения и компетенции, но и развивать и коммуникативную сферу, навыки межличностного общения. Решение этих задач актуализирует разработку и внедрение в учебный процесс новых методик развития коммуникативной сферы студентов и формирования у них навыков межличностной коммуникации.

Литература.

1. Билан М.А., Горбатова М.М. Психология молодежного общения: учебное пособие. Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014. - 153 с.
2. Бодалев А.А. Психология общения: избранные психологические труды. М. - Воронеж: Институт практической психологии, 2010. - 256 с.
3. Гриценко В.В. Социально-психологический практикум: учебно-методическое пособие для студ. ф-та психологии и социальной работы. Балашов: Николаев, 2004.- 184с.
4. Казанская К.О. Детская и возрастная психология: учебное пособие.- М.: А - Приор, 2010.
5. Куницына В.Н., Казаринова Н.В., Погорыша В.М. Межличностное общение: учебник для вузов. СПб.: Питер, 2001. - 544 с.
6. Кислицына И.Г. Психология делового общения: учебное пособие. Йошкар-Ола: ПГТУ, 2017. 112 с.
7. Усманова М.Н. Особенности развития коммуникативной компетентности психолога в период обучения в вузе. Вестник интегративной психологии // Журнал для

Qodirova Dilnoza Murtazoyevna

Buxoro davlat universiteti

Psixologiya kafedrasi dotsenti,

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

TALABALARDA PROFESSIONAL IDENTIFIKATSIYA JARAYONINING PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada talabalarning professional identifikatsiyasi (kasbiy o'zini anglash) jarayoniga ta'sir etuvchi psixologik omillar (determinantlar) tahlil qilinadi. Talabaning o'z kasbiy yo'nalishini tanlashi, unga sodiqligi, shaxsiy qadriyatlari va motivatsiyasining bu jarayondagi o'rni psixologik nuqtai nazardan ko'rib chiqiladi. Shuningdek, ushbu jarayonda ijtimoiy muhit, oila, o'qituvchi, va tengdoshlarining roli shaxsiy o'ziga baho, o'zini anglash darajasi kabi psixologik komponentlarning ahamiyati yoritiladi. Maqolada professional identifikatsiyasi rivojlantirishga qaratilgan psixologik yondashuvlar va amaliy tavsiyalar ham ko'rsatilgan.

Kalit so'zlar: Professional identifikatsiya, psixologik determinantlar, talaba shaxsi, kasbiy yo'naltirish, motivatsiya, o'zini anglash, ijtimoiy muhit, shaxsiy rivojlanish.

Kirish. Zamonaviy jamiyatda kasbiy o'zini anglash va professional identifikatsiya jarayoni yosh avlodning ijtimoiylashuvi va shaxsiy rivojlanishida muhim omil hisoblanadi. Ayniqsa, talabalik davri bu- inson hayotidagi kasbiy yo'lni tanlash, o'z qiziqishlari, qadriyatlari, va imkoniyatlarini anglash bilan bog'liq bo'lgan eng mas'uliyatli bosqichdir. Talabaning kelajakdagi kasbiy faoliyatga bo'lgan munosabati, tanlov qilgan sohasiga sodiqligi, o'zini shu kasb egasi sifatida tasavvur qilishi va bunga intilishi bularning barchasi professional identifikatsiyaning tarkibiy qismlaridir. Psixologik nuqtai nazardan qaralganda, professional identifikatsiyaning shakllanishi ko'plab determinantlar shaxsning o'ziga bo'lgan bahosi, motivatsiya darajasi, ichki e'tiqodlari, ijtimoiy muhit va oila ta'siri kabi omillar bilan bevosita bog'liqdir. Bu omillar nafaqat kasbiy yo'nalishni aniqlashda, balki uning barqarorligida ham muhim rol o'ynaydi. Shu bois, ushbu mavzuni chuqur o'rganish nafaqat, nazariy, balki amaliy jihatdan ham dolzarb hisoblanadi. Asosiy maqsad esa talabalarda professional identifikatsiya jarayoniga ta'sir qiluvchi asosiy psixologik determinantlarni aniqlash va ularning o'zaro bog'liqligini tahlil qilishdan iboratdir. Shu orqali talabalarni ongli kasb tanlashga yo'naltirish, ularning ichki resurslarini faollashtirish va kasbiy o'sishlarini qo'llab quvvatlashga xizmat qiluvchi psixologik yondashuvlar ishlab chiqilishi mumkin. Bugungi kunda ta'lim tizimida raqobatbardosh, kasbiga sodiq, va psixologik barqaror mutaxassislarni tayyorlash dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Bunday mutaxassislarning shakllanishida talabalik davri hal qiluvchi rol o'ynaydi. Aynan shu bosqichda shaxs o'zini jamiyatda muayyan ijtimoiy rol egasi sifatida tasavvur qila boshlaydi. Shu nuqtai, nazardan qaralganda professional identifikatsiya bu- faqatgina kasb tanlash emas, balki shaxsning o'zini mazkur kasbda qanday tutishi, o'z qobiliyatlari va shaxsiy xususiyatlarini qanday uyg'unlashtirishi masalasidir. Ta'lim jarayonida ushbu determinantlarni hisobga olgan holda, talabalarda ongli kasb tanlash, va o'zini shu kasbda tasdiqlashga qaratilgan psixologik ko'mak mexanizmlarini shakllantirish muhim ahamiyatga ega. Bu esa nafaqat ularning shaxsiy muvaffaqiyati, balki jamiyatning intellektual va mehnat salohiyatini rivojlantirishda ham muhim rol o'ynaydi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Professional identifikatsiya talabaning tanlagan kasbiga nisbatan o'zini qanday his qilishi, o'zini shu kasbning bir qismi sifatida qabul qilishi va kelajakdagi ijtimoiy rolini qanday tasavvur qilishi bilan chambarchas bog'liqdir. Bu jarayon psixologik rivojlanishning muhim bosqichlaridan biri bo'lib, ayniqsa oliy ta'lim bosqichida

chuqur shakllana boshlaydi. Shaxsiy qadriyatlar, ichki motivatsiya, ijtimoiy kutishlar va akademik muhit bu jarayonning asosiy psixologik determinantlaridandir. O'zbekistonlik psixolog olimi N.X. Axmedova fikricha, talabalar o'zini kasbda tasdiqlash uchun avvalo o'z qobiliyatlari va maqsadlarini anglab yetmog'i lozim, bu esa ularning kasbiy yo'nalishda ongli va barqaror qaror qabul qilishiga olib keladi.

Shaxsning o'zini anglash darajasi va hayotiy maqsadlarining aniqligi professional identifikatsiya jarayonining markazida turadi. Talabalarning kasbiy yo'nalishga bo'lgan intilishi ko'pincha ularning ichki shaxsiy qadriyatlariga va istiqbolga bo'lgan qarashlariga bog'liq bo'ladi. Agar shaxs o'zining kimligini, nimaga intilishini va hayotda qanday iz qoldirmoqchi ekanini anglay olsa, u holda kasbiy yo'l tanlash jarayoni ham ongli, puxta va motivatsiyalangan bo'ladi. Bu jarayonda logoterapiya nazariyasining asoschisi V.Franklning "hayot ma'nosi" konsepsiyasi alohida ahamiyatga ega bo'lib, talabaning kasb tanlashdagi maqsadli yondashuvini rag'batlantiradi. Shuningdek, ichki izlanishlar orqali topilgan ma'no, PI jarayonini mustahkamlaydi.

Psixologik izlanishlarda ko'plab tadqiqotchilar, jumladan, A. Bandura o'z-o'ziga ishonch tushunchasini shaxsning harakatga tayyorligi, muammolarga yechim topa olish qobiliyati va kasbiy vazifalarni bajarishdagi muvaffaqiyat ehtimoli bilan bog'laydi. Oliy ta'lim muassasalarida o'tkazilgan empirik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'ziga ishonch darajasi yuqori bo'lgan talabalar o'zlarini kelajak kasbiy rolda ko'ra oladi, akademik faoliyatda tashabbuskor bo'ladi hamda mustaqil qaror qabul qilishga intiladi. Bu esa professional identifikatsiya shakllanishini tezlashtiradi. Aksincha, past o'ziga ishonch PI ni kechiktirishi yoki noto'g'ri kasbiy yo'l tanloviga olib kelishi mumkin.

Talabaning emotsional holati va stressga chidamlilik darajasi professional identifikatsiya jarayonining barqaror kechishida hal qiluvchi omillardan biri hisoblanadi. Psixologik barqarorlik yuqori bo'lgan shaxslar qiyinchiliklar oldida tez ruhiy tushkunlikka tushmaydi, muammoli vaziyatlarda o'zini yo'qotmaydi va o'zining kasbiy yo'lga nisbatan ishonchni saqlab qoladi. Stressga chidamsizlik esa aksincha, tanlangan yo'lga nisbatan shubha uyg'otishi, o'zini kasbiy rolda ko'rmaslik, hatto kasb o'zgarishlariga olib kelishi mumkin. Bu holat Selye stress nazariyasiga tayanib tushuntiriladi: doimiy psixologik bosim shaxsning adaptiv resurslarini kamaytiradi, bu esa identifikatsiya jarayonini zaiflashtiradi.

Talabaning ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'siri va u egallamoqchi bo'lgan kasbiy rollarni ijtimoiy tarzda qabul qilinishi professional identifikatsiya shakllanishining ijtimoiy determinantlaridan biri sifatida ko'riladi. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlovning mavjudligi, ota-onalar, do'stlar, ustozlar va jamiyatdagi kasbga bo'lgan hurmat – bularning barchasi talabaning o'zini kasbda qanday ko'rishiga bevosita ta'sir qiladi. A. A. Derkach tomonidan ilgari surilgan "kasbiy o'sishning psixologik moduli" kontsepsiyasi doirasida ijtimoiy qo'llab-quvvatlov motivatsiya va identifikatsiyaning shakllanishida eng muhim resurslardan biri sifatida ko'riladi. Shu bois, ijobiy ijtimoiy aloqa PI ni mustahkamlovchi omil sifatida xizmat qiladi.

Professional identifikatsiya faqat psixologik holat emas, balki real bilim va ko'nikmalar asosida shakllanadi. Talabaning akademik yutuqlari va kasbiy kompetensiyalarining rivojlanishi uning o'zini kasbda tasdiqlashi uchun zamin yaratadi. O'z ustida ishlovchi, amaliy ko'nikmalarni egallagan, nazariy bilimlarni amaliyotda qo'llay oladigan talabalar PI ni kuchliroq shakllantiradi. Bunday talabalar kasbiy rolgga kirishishdan oldin o'zini tayyorlash, kasbiy faoliyatda ishtirok etish, stajirovka va ixtisoslashuvlar orqali o'zini real kasbiy muhitda sinab ko'rishga intiladi. Bu esa ularning kasbiy o'zligini mustahkamlaydi va PI ni ongli ravishda shakllantirishiga olib keladi.

Muhokama. Professional identifikatsiya – bu shaxsning o'z kasbiy roli, maqsadi va ijtimoiy yo'nalishini anglash jarayonidir. Bu jarayon talabaning o'zini kelajak kasbida qanday ko'rishi, qanday rolni egallashi va bu rolni ichki jihatdan qabul qilishi bilan bevosita bog'liq. Psixologik nuqtai nazardan qaraganda, identifikatsiya bu shaxsning o'zini muayyan ijtimoiy kasb bilan aynanlashtirishidir. Bu esa ko'p bosqichli, murakkab va shaxsiy omillarga boy jarayondir. Talabalik davri – bu o'zini izlash, o'z qobiliyat va intilishlarini baholash davri bo'lib, unda shaxsiy qadriyatlar, oila, jamiyat, va akademik muhit o'zaro ta'sir qilib, professional o'zlik shakllanishini

belgilaydi. Shuning uchun ham bu jarayon nafaqat individual, balki ijtimoiy-psixologik xususiyatlarga ega.

1. Ichki motivatsiya va o'z-o'zini anglash darajasi.

Muhokamalar shuni ko'rsatadiki, professional identifikatsiya shakllanishida ichki motivatsiya hal qiluvchi omillardan biri hisoblanadi. Talaba tanlagan kasb yo'nalishiga nisbatan ichki qiziqish, ehtiyoj va hayotiy maqsadni uyg'unlashtira olsa, bu uning PI jarayonini mustahkamlaydi. Ichki motivatsiyalangan shaxslar kasbiy faoliyatni faqat moddiy manfaat emas, balki shaxsiy o'sish, ma'naviy qoniqish manbai sifatida ko'radilar. Bundan tashqari, o'zini anglash – bu talabaning kim ekanligi, nimani xohlayotgani va nimaga qodirligini chuqur tushunish jarayonidir. Bu jarayon orqali talaba o'z qobiliyatlari, zaif tomonlari va kasbiy imkoniyatlari haqida xolis xulosa chiqaradi, bu esa uning kasbiy tanlovini asoslaydi.

2. O'z-o'ziga ishonch va qaror qabul qilish qobiliyati.

Talabaning professional identifikatsiyaga bo'lgan intilishi ko'p jihatdan o'ziga bo'lgan ishonchga bog'liq. O'ziga ishonuvchi shaxs murakkab kasbiy tanlovlar, noaniq vaziyatlar va ijtimoiy bosimlarga qarshi turishda bardavom bo'ladi. Qaror qabul qilish jarayonida ishonch talabaning ichki qat'iyatini mustahkamlaydi va o'z kasbiy rolini ijobiy qabul qilishga yordam beradi. Aksincha, past o'z-o'ziga ishonch shaxsni qo'rquv, ikkilanish va ortiqcha tashvish girdobiga olib kiradi, bu esa identifikatsiyani susaytiradi. Psixologik jihatdan qaror qabul qilish faqat tanlovni anglatmaydi, bu shaxsning o'z ustida javobgarlikni olishga tayyorligini bildiradi. Shu nuqtai nazardan, qaror qabul qilish qobiliyati PI jarayonining ajralmas qismidir.

3. Ijtimoiy aloqalar va tashqi omillarning o'rni.

Muhokamalar davomida yana bir muhim jihat – bu ijtimoiy determinantlar, ya'ni atrofda insonlar, jamiyat va ta'lim tizimining bevosita ta'siri bo'ladi. Talabalar ko'pincha ota-onalarining, do'stlarining yoki ustozlarining kasbiy maslahatlariga quloq tutadilar, bu esa ularning qarorlariga bevosita yoki bilvosita ta'sir ko'rsatadi. Biroq, bu ta'sir konstruktiv bo'lishi lozim. Aks holda, tashqi bosim ichki istaklar bilan to'qnashib, shaxsda kasbiy ikkilanish, noaniqlik va stress paydo qiladi. Ijtimoiy aloqa sifatli bo'lsa, ya'ni qo'llab-quvvatlovchi, yo'l ko'rsatuvchi bo'lsa, talaba o'zini kasbiy muhitda erkin his qiladi, bu esa professional identifikatsiyani mustahkamlaydi.

4. Emotsional barqarorlik va psixologik moslashuvchanlik.

Talabalik yillari o'zgarishlar, bosimlar va noaniqliklar bilan to'la bo'lishi mumkin. Bu sharoitda emotsional barqarorlik professional identifikatsiya jarayonining barqaror kechishini ta'minlaydi. Emotsional jihatdan bardoshli talaba muvaffaqiyatsizliklardan tushkunlikka tushmaydi, aksincha, o'zini kasbiy maqsadlariga yo'naltira oladi. Bunday talaba tanlangan kasbiga bo'lgan e'tiborini yo'qotmaydi, balki undan yangi imkoniyatlar izlaydi. Psixologik moslashuvchanlik esa insonning turli vaziyatlarga tez moslashib, o'zini yangidan kashf qilish qobiliyatidir. Bu holat, ayniqsa, global mehnat bozorining o'zgaruvchan sharoitlarida o'z kasbiy o'rnini topishga yordam beradi. Shunday qilib, emotsional va moslashuvchan shaxs PI jarayonini barqaror olib boradi.

5. Akademik tajriba va kasbiy ko'nikmalarning shakllanishi.

Professional identifikatsiya nazariy mulohazalar bilan emas, balki amaliy faoliyat orqali chuqurlashadi. Talaba o'zi o'qiyotgan yo'nalish bo'yicha amaliy mashg'ulotlarda, amaliyot va loyihalarda faol ishtirok etsa, bu uning o'zini kasbiy rolda sinab ko'rishiga imkon beradi. Amaliyot orqali o'zini namoyon etgan talaba "men bu ishga qodirman" degan ichki ishonchni hosil qiladi. Natijada, nazariy bilimlar real hayotga bog'lanadi, kasbiy roldagi o'zlik shakllanadi. Shuningdek, bu jarayonda refleksiya – o'z tajribasini tahlil qilish – muhim ahamiyatga ega. Refleksiya orqali talaba o'z kuchli va zaif tomonlarini anglaydi, bu esa professional identifikatsiyani chuqurlashtiradi.

Xulosa. Birinchidan, professional identifikatsiya talabaning o'z kasbiy rolini anglash, ushbu yo'nalishga shaxsiy munosabat bildirish va o'zini kasbiy muhitda tutishiga bog'liq bo'lgan murakkab psixologik jarayondir. Bu jarayonning shakllanishi shaxsning o'ziga xos jihatlari, ijtimoiy muhit, kasbiy motivatsiya va psixologik yetuklik darajasiga bevosita bog'liqdir. Har bir talaba kasb tanlash jarayonida o'zini anglaydi, shaxsiy qadriyatlarini baholaydi hamda jamiyatda

o'z o'rnini topishga harakat qiladi. Bu esa professional identifikatsiyaning ijtimoiy-psixologik asoslari borligini ko'rsatadi. Talaba o'z kasbini tanlaganidan so'ng, unga sodiq qolish, o'zini ushbu kasbda ko'ra olish qobiliyatiga ega bo'lishi muhim.

Ikkinchidan, professional identifikatsiya jarayonida shaxsiy qadriyatlar tizimi asosiy determinantlardan biri hisoblanadi. Talaba o'z hayot falsafasiga mos keladigan kasbni tanlasa, uning kasbiy ijtimoiylashuvi muvaffaqiyatli kechadi. Aksincha, tashqi bosim yoki tasodifiy omillar asosida tanlangan yo'nalish talabaning ichki qarama-qarshiliklariga sabab bo'ladi. Psixologik jihatdan qaralganda, shaxsiy qadriyatlar va kasbiy yo'nalish o'rtasidagi uyg'unlik professional identifikatsiyaning barqarorligini ta'minlaydi. Bu jihat talabaning motivatsiyasi, o'ziga bo'lgan ishonchi va kelajakdagi mehnat faoliyatiga bo'lgan munosabatini shakllantiradi.

Uchinchidan, professional identifikatsiya talabaning o'zini kasbiy muhitda tasavvur qila olish qobiliyati bilan chambarchas bog'liq. Bu psixologik komponent "kasbiy tasavvur" deb nomlanadi va u talabada kasbga xos rol, fazilatlar, ko'nikmalar haqida real va ideal tasavvurni shakllantiradi. Agar bu tasavvur hayotiy haqiqatga mos kelmasa, talaba professional noturg'unlik yoki kasbiy dezorientatsiyaga duch kelishi mumkin. Shuning uchun oliy ta'lim muassasalari nafaqat nazariy bilim, balki amaliy tajriba asosida talabalarda kasbiy muhitga yaqinlashtiruvchi mexanizmlarni joriy etishlari lozim. Psixologik tayyorgarlik bilan boyitilgan ta'lim jarayoni professional identifikatsiyani mustahkamlaydi.

To'rtinchidan, bu jarayonga ijtimoiy-madaniy omillar, ya'ni oila, do'stlar, o'qituvchilar va jamiyatda mavjud kasbiy stereotiplar kuchli ta'sir ko'rsatadi. Talaba ba'zida o'z ehtiyojlariga emas, balki atrofdagilarning kutganlariga mos kasbni tanlashga harakat qiladi. Bunday holatda psixologik ziddiyat, kasbiy beqarorlik va demotivatsiya yuzaga keladi. Shu sababli, professional identifikatsiya jarayonini yo'lga qo'yishda psixologik maslahatlar, shaxsiy yondashuv, mustaqil tanlov imkoniyati muhim ahamiyatga ega. Ota-ona va ta'lim muassasasi talabaning mustaqil qaror qabul qilish huquqini qo'llab-quvvatlashi lozim.

Beshinchidan, talabalarda professional identifikatsiya nafaqat individual rivojlanish, balki butun jamiyat taraqqiyoti uchun strategik ahamiyat kasb etadi. Shaxs o'z kasbiga sodiq, unga qiziqadigan, uni ijtimoiy qadriyat sifatida qabul qiladigan bo'lsa, o'z faoliyatida yuqori samaradorlikka erishadi. Psixologik nuqtayi nazardan qaralganda, bu jarayon shaxsiy ehtiyojlar, kasbiy ideallar, tashqi muhit va ichki qadriyatlar uyg'unligining mahsulidir. Oliy ta'lim muassasalari professional identifikatsiya masalasiga faqat kasb tanlash doirasida emas, balki keng qamrovli psixologik yondashuv bilan qarashi, talabalarni ongli ravishda kasbiy ijtimoiylashuvga tayyorlashi zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Abdullayeva B.S. "Bo'lajak o'qituvchilar o'quv-ilmiy faoliyati motivatsiyasining psixofiziologik determinantlari" mavzusidagi Psixologiya fanlari doktori (DSc) dissertatsiyasi .- Buxoro., 2022. – 104 b.
2. Айзенк Г. Структура личности. — СПб.: Ювента; М.: КСП. 2001. – 464 с.
3. Деркач, А.А., Зызыкин В.Г. Акмеология управления. Казань: Центр инновационных технологий, 2008. – 241 с.
4. Деркач А.А. Субъект: формы, механизмы и пути развития. Казань: Центр инновационных технологий, 2011. – 142 с.
5. Донцов А. И. Проблема социальной группы в зеркале этнопсихологии // Этнопсихология. Учебник для Вузов / сост. Т. Г. Стефаненко. — Москва: Аспект Пресс, 2004. – 301 с.
6. Бандура А. Теория социального научения. — СПб.: Евразия, 2000. — 320 с.

Qosimova Sarvinoz Baxtiyorovna

Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrasida dotsenti,

psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Axmedova Salima Aladin qizi

Buxoro davlat universiteti psixologiya
ta'lim mutaxassisligi 1-kurs magistranti

TALABALAR AKADEMIK O'ZLASHTIRISHINI OSHIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Anotatsiya: Ushbu maqolada, talabalar akademik o'zlashtirishini oshirishning psixologik xususiyatlari ilmiy jihatdan o'rganilgan. Shuningdek, maqolada, o'rganish jarayonining samaradorligini belgilovchi muhim omillar, motivatsiya, o'zini boshqarish, stressni boshqarish, shaxsiy xususiyatlar va emotsional holatlar amaliy tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Talabalar, akademik o'zlashtirish, stress, o'z-o'zini baholash, emotsional holatlar, shaxsiy xususiyatlar, individuallik, o'qitish jarayoni.

Аннотация: В данной статье научно изучены психологические особенности повышения академической успеваемости студентов. Также в статье практически анализируются важные факторы, определяющие эффективность процесса обучения, мотивация, самоконтроль, управление стрессом, личностные особенности и эмоциональные состояния.

Ключевые слова: Студенты, академическая успеваемость, стресс, самооценка, эмоциональные состояния, личностные особенности, индивидуальность, процесс обучения.

Abstract: In this article, the psychological features of increasing students' academic performance are scientifically studied. The article also provides a practical analysis of important factors determining the effectiveness of the learning process, motivation, self-control, stress management, personal characteristics, and emotional states.

Keywords: Students, academic performance, stress, self-esteem, emotional states, personal characteristics, individuality, learning process.

Kirish. Talabalar akademik o'zlashtirishini oshirishning psixologik xususiyatlari ta'lim jarayonining samaradorligini belgilovchi eng muhim omillardan biridir. Akademik o'zlashtirish talabalar tomonidan o'rganilayotgan bilimlar, ko'nikmalar va malakalarni egallash jarayonidir. Biroq, bu jarayon nafaqat intellektual faoliyatni, balki talabalar psixologik holatini, shaxsiy motivatsiyasini va umumiy emotsional holatini ham o'z ichiga oladi. Shunday ekan, talabaning o'zlashtirish darajasi faqat uning bilim olishga tayyorgarligiga bog'liq emas, balki uning ichki motivatsiyasiga, ruhiy holatiga, qobiliyatiga va o'zini anglash darajasiga ham ta'sir ko'rsatadi.

Psixologik jihatlar talabalar o'rganish jarayoniga qanday yondashuvni tanlashlarini, qaysi metodlarni samarali ishlatishlarini va bilimlarni qanday qabul qilishlarini belgilaydi. O'rganishning psixologik asoslarini o'rganish, ta'lim tizimining samaradorligini oshirish va talabalar uchun qulay sharoitlar yaratishda muhim ahamiyatga ega. O'rganish jarayonida psixologik omillar, masalan, talabaning o'ziga bo'lgan ishonchi, ichki motivatsiyasi, o'zini boshqarish qobiliyati, stressga chidamliligi, shuningdek, o'rganishga bo'lgan qiziqish va mazmunning talaba uchun ahamiyatligi kabi faktorlar sezilarli rol o'ynaydi.

Bu psixologik omillar, shuningdek, talabaning o'zlashtirishga bo'lgan yondoshuvi va muvaffaqiyatli akademik faoliyatni davom ettirishiga bevosita ta'sir qiladi. Talaba o'zini o'rganish jarayonida qanday his qilishini va o'rganish uslublarini qanday tanlashini, o'z maqsadlariga erishish uchun qanday motivatsion mexanizmlar yaratishini tushunish, pedagogik yondoshuvlar va metodlarni yanada samarali shakllantirishga imkon yaratadi.

Shu sababli, talabalar akademik o'zlashtirishini oshirishning psixologik xususiyatlarini chuqurroq o'rganish, ta'lim jarayonini optimallashtirish va talabalar uchun ijobiy psixologik muhit yaratishning asosiy yo'llaridan biridir. Psixologik yondoshuvlar va ilmiy tadqiqotlar yordamida talabalar o'rganishga nisbatan salbiy psixologik to'sqinliklarni bartaraf etish, ularni qiziqtirish va rag'batlantirish orqali o'rganish jarayonini samarali qilish mumkin.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Talabalar akademik o'zlashtirishini oshirishning psixologik xususiyatlari bo'yicha ilmiy tadqiqotlar turli psixologik omillarning ta'lim jarayoniga qanday ta'sir ko'rsatishini o'rganadi. Ushbu sohada olib borilgan tadqiqotlar, asosan, talabalar o'rganishdagi psixologik holatlar, motivatsiya, o'zini boshqarish va boshqa psixologik omillarning akademik muvaffaqiyatga ta'sirini tahlil qiladi. Tahlil etilgan adabiyotlar asosan o'rganish nazariyalari, motivatsiya modellariga, shuningdek, o'rganish jarayonining psixologik aspektlariga bag'ishlangan.

Psixologik omillar va akademik muvaffaqiyat: Bir nechta tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, talabaning akademik muvaffaqiyati uning psixologik holati va ichki motivatsiyasiga bog'liq. Masalan, Edvard Dechi va Richard Ryan (2000) tomonidan ishlab chiqilgan O'z-o'zini motivatsiya nazariyasi talabaning o'zini anglash va mustaqil ravishda o'rganishga bo'lgan qiziqishini oshiruvchi asosiy omillardan biri sifatida qaraladi. Ularning nazariyasiga ko'ra, talabalar o'ziga xos ehtiyojlarining qondirilganligini his qilishlari kerak — bu ehtiyojlar esa o'zini hurmat qilish, qiziqish va tasavvur orqali amalga oshiriladi. Ushbu nazariya talabaning o'rganishga bo'lgan motivatsiyasining muhimligini ta'kidlaydi.

O'rganish uslublari va psixologik yondoshuvlar: O'rganish uslublari va usullarining talabaning akademik o'zlashtirishiga ta'sirini o'rganishda Kolbning o'rganish uslubi (Kolb, 1984) o'zining muhim o'rnini bor. Kolb o'rganish jarayonini to'rt bosqichga bo'lishni taklif etadi: tajriba o'ttirish, tasavvur qilish, tajribani tahlil qilish va yangi tushunchalar yaratish. Kolbning nazariyasiga ko'ra, talaba o'rganishda bir xil uslubni qo'llashga moyil bo'lsa-da, ularni o'zgartirish va moslashtirish o'rganish samaradorligini oshiradi. Boshqa sohalaridagi tadqiqotlar esa o'rganish jarayonida talabaning psixologik holati (stress, tashvish, qayg'u) o'rganish uslublari ta'sir ko'rsatishini ko'rsatadi. Shuningdek, o'rganish jarayonida kognitiv va affektiv aspektlarning o'zaro aloqasi o'rganilmoqda.

Motivatsiya va muvaffaqiyat: Motivatsiya, talabalarning o'zlashtirishdagi muvaffaqiyatini ta'minlaydigan eng muhim omil hisoblanadi. Atkinson va Shiffrin tomonidan ishlab chiqilgan motivatsiya nazariyasi talabaning qiziqish va ehtirosalarini o'rganishga va muvaffaqiyatga erishishga qanday rag'batlantirishi mumkinligini tushuntiradi. Ushbu nazariyaga ko'ra, talabaning muvaffaqiyatga bo'lgan ishtiyoqi va ichki rag'batlantirish darajasi uning akademik o'zlashtirishini yuqori darajaga ko'taradi. Boshqa tadqiqotchilar, jumladan, V. Vrum va Albert Bandura tomonidan ishlab chiqilgan modelar motivatsiya jarayonida tashqi va ichki rag'batlantirishning ahamiyatini ta'kidlaydi.

O'zini boshqarish va stressni boshqarish: Talabalar uchun o'zini boshqarish va stressni boshqarish qobiliyatlari akademik muvaffaqiyatga katta ta'sir ko'rsatadi. Zimmerman (2000) tomonidan ishlab chiqilgan o'z-o'zini boshqarish nazariyasi talabalar o'z faoliyatlarini rejalashtirish, nazorat qilish va baholash orqali o'rganishni yaxshilashlarini ta'kidlaydi. Bu nazariya, shuningdek, talabaning o'ziga bo'lgan ishonchining o'zlashtirishga bo'lgan ta'sirini ko'rsatadi. Shuningdek, talabalar o'zlarini boshqarish qobiliyati orqali o'z o'rganishlarini moslashtirib, motivatsiyani oshirishlari mumkin.

Stress va akademik o'zlashtirish: Talabalar uchun stress va uning boshqarilishi akademik o'zlashtirishni sezilarli darajada ta'sir qiladi. Stressning yuqori darajasi talabaning o'rganish jarayoniga salbiy ta'sir ko'rsatadi, chunki u diqqatni jamlash va ma'lumotlarni qayta ishlash qobiliyatini pasaytiradi: tomonidan ishlab chiqilgan stress va moslashuv nazariyasi stressni boshqarishning psixologik jarayonlarini tushuntiradi. Talabalar stressni qanday boshqarishlarini o'rganish orqali o'z o'rganish samaradorligini oshirishlari mumkin.

Talabalar o'rganishidagi shaxsiy xususiyatlar: Shaxsiy xususiyatlar, jumladan, talabaning o'ziga bo'lgan ishonchi, emotsional holati va o'zini anglash darajasi o'rganish jarayonini muhim darajada shakllantiradi. Ayzenk o'zining tadqiqotlarida psixologik holat va shaxsiy xususiyatlarning o'rganish jarayoniga qanday ta'sir qilayotganini ko'rsatgan. Ularning fikriga ko'ra, talaba o'ziga ishonchi yuqori bo'lgan, emotsional holati barqaror bo'lgan va o'zini anglash darajasi yuqori bo'lgan shaxslar o'rganish jarayonida muvaffaqiyatga erishadilar.

Adabiyotlar tahlili talabalar akademik o'zlashtirishining psixologik xususiyatlari o'rganilishida turli psixologik omillar, motivatsiya, o'zini boshqarish va stressni boshqarishning ahamiyatini ko'rsatadi. Talabalar o'zlarining psixologik holatini to'g'ri boshqarish, o'rganish uslublarini moslashtirish va stressni kamaytirish orqali akademik muvaffaqiyatni oshirishi mumkin. Buning uchun pedagogik yondoshuvlar va psixologik strategiyalarni integratsiyalash hamda talabalar uchun shaxsiy va motivatsion muhit yaratish zarurdir.

Muhokama. Talabalar akademik o'zlashtirishini oshirishning psixologik xususiyatlari ta'lim tizimining samaradorligini yaxshilashda, o'rganish jarayonini yanada samarali qilishda muhim ahamiyatga ega. Psixologik faktorlar, xususan, talabaning o'zini anglash darajasi, motivatsiyasi, emotsional holati, o'zini boshqarish va boshqa psixologik omillar, ularning o'rganish jarayoniga bevosita ta'sir qiladi. Shunday qilib, talabalar akademik muvaffaqiyatga erishish uchun faqat bilimlarni o'zlashtirishlari kerak emas, balki ularning psixologik va motivatsion holati ham o'zlashtirish jarayonining samaradorligini belgilaydi.

Motivatsiya va uning o'zlashtirishga ta'siri: Motivatsiya talabaning o'rganishga bo'lgan ishtiyoqini shakllantiradi va ularning akademik faoliyatiga ta'sir qiladi. Ichki va tashqi motivatsiyalarning ta'siri alohida o'rganilgan. Intrinsik motivatsiya — bu talabalar o'zlarini qiziqtirgan yoki xohlagan bilimlarni o'rganishga bo'lgan tabiiy qiziqishidan kelib chiqadi. Bu turdagi motivatsiya ko'proq mustaqil o'rganishga undaydi va ta'limni nafaqat zarurat, balki qiziqarli faoliyat sifatida qabul qilishga yordam beradi. Boshqa tomondan, ekstrinsik motivatsiya, ya'ni tashqi omillar, masalan, reyting, baholar yoki o'qishning boshqa foydalari talabalarni ma'lum maqsadlar sari rag'batlantiradi, lekin ba'zi hollarda bu uzoq muddatli samaradorlikka olib kelmasligi mumkin.

Dechi va Ryanning O'z-o'zini motivatsiya nazariyasi motivatsiyaning ichki va tashqi turdagi o'zgaruvchilari haqida aniq ma'lumotlar beradi va o'rganishga bo'lgan qiziqishni oshirish uchun psixologik ehtiyojlarni qondirish muhimligini ta'kidlaydi. Talabalar o'zlarini erkin va o'zaro bog'lanish hissi bilan o'rganish jarayoniga jalb qilishlari kerak.

O'zini boshqarish va o'zgarishlarga moslashuv: Akademik muvaffaqiyatni oshirish uchun talabalar o'z o'rganish jarayonini boshqarish va o'zgaruvchilarga moslashish qobiliyatiga ega bo'lishi zarur. Zimmermanning o'z-o'zini boshqarish nazariyasiga ko'ra, talaba o'z o'rganish faoliyatini rejalashtirish, nazorat qilish va baholashda muhim rol o'ynaydi. Bu jarayonning muvaffaqiyatli amalga oshirilishi talabaning o'zini anglash darajasi va o'z-o'ziga ishonchiga bog'liq. Talabalar o'zlarini muvaffaqiyatga erishishda qanday yondoshuvni tanlashlarini va qanday usullarni qo'llashlarini bilishlari kerak. O'z-o'zini boshqarish jarayonida talabaning vaqtni samarali boshqarishi, ijobiy fikrlarni qo'llashi va stressni boshqarish qobiliyatlari ham muhim omil hisoblanadi.

Stress va uning o'rganishga ta'siri: Stress, ayniqsa, talabalar uchun akademik faoliyatni yengillashtirish yoki to'xtatishning asosiy omillaridan biri bo'lishi mumkin. Kutilgan natijalarga erishish yo'lida talaba ko'pincha psixologik bosim va stressga duch keladi. Lazarus va Folkman tomonidan ishlab chiqilgan stress va moslashuv nazariyasiga ko'ra, stressning salbiy ta'sirini kamaytirish uchun talabalar o'zlarining emotsional va psixologik resurslarini boshqarishni o'rganishlari kerak. O'zini yaxshi his qilgan, stressga chidamli bo'lgan talaba o'z o'rganish faoliyatiga ko'proq e'tibor qaratadi va akademik muvaffaqiyatni oshirishga erishadi.

Shaxsiy xususiyatlar va o'zlashtirish: Talabaning shaxsiy xususiyatlari, xususan, uning o'ziga bo'lgan ishonchi, ijtimoiy o'zaro aloqalari va psixologik barqarorligi akademik muvaffaqiyatga ta'sir qiladi. Psixologik barqarorlik, stressni boshqarish va ijobiy fikrlar nafaqat o'rganish jarayonida talabaning muvaffaqiyatini oshiradi, balki uning kelajakdagi muvaffaqiyatlariga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Albert Banduraning o'z-o'zini samarali boshqarish va o'ziga bo'lgan ishonch haqidagi tadqiqotlari, o'zini anglash va psixologik barqarorlik talabaning o'rganish samaradorligiga qanday ta'sir qilishini ko'rsatadi. O'ziga ishonchi yuqori bo'lgan talaba o'z qobiliyatiga ishongan holda o'rganishga qiziqishi va bu jarayonni yanada muvaffaqiyatli amalga oshirishi mumkin.

Emotsional holat va o'rganishga ta'siri: Talabalar o'rganishda faqat intellektual jihatlariga tayanmaydi, balki emotsional holati ham ta'sir qiladi. Mayer va Salovey tomonidan ishlab chiqilgan emotsional intellekt nazariyasi talabaning emotsional holatlari va ularga bo'lgan munosabati akademik muvaffaqiyatga qanday ta'sir qilishi haqida chuqur tahlil beradi. Talabalar o'zlarining emotsional holatini boshqarish va o'rganish jarayonida ijobiy hissiyotlar yaratish orqali o'rganish samaradorligini oshirishi mumkin. O'rganishdagi muvaffaqiyat uchun emotsional barqarorlik, o'zini anglash va o'zini rag'batlantirish juda muhimdir.

Talabalar akademik o'zlashtirishini oshirishning psixologik xususiyatlari, albatta, o'rganish jarayonining samaradorligini belgilovchi muhim omillardan biridir. Motivatsiya, o'zini boshqarish, stressni boshqarish, shaxsiy xususiyatlar va emotsional holatlarning barchasi o'rganish jarayoniga ta'sir qiladi. Psixologik jihatlar talabalar uchun ta'limning muvaffaqiyatli bo'lishini ta'minlaydigan kuchli mexanizm sifatida ishlaydi. Shuning uchun, pedagogik yondoshuvlar faqat ilmiy bilimlarni uzatish bilan cheklanmay, talabalarni psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlashni o'z ichiga olishi kerak. Bu talabalarning muvaffaqiyatli o'rganishi va umumiy akademik faoliyatini yaxshilashga yordam beradi.

Xulosa. Talabalar akademik o'zlashtirishini oshirishning psixologik xususiyatlari ta'lim jarayonining samaradorligini oshirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Akademik muvaffaqiyatga erishish faqat bilimlarni o'zlashtirishga bog'liq emas, balki talabaning psixologik holati, motivatsiyasi, o'zini boshqarish qobiliyati, stressni boshqarish va emotsional barqarorlik kabi omillar ham muhim ahamiyatga ega. O'rganish jarayonida psixologik jihatlar talabalar uchun ta'limni qiziqarli, samarali va motivatsion holatda saqlashga imkon beradi.

Motivatsiya, ayniqsa, akademik o'zlashtirishning muhim omili sifatida ko'riladi. Talabalar o'zlarini qiziqtirgan bilimlarni o'rganishga rag'batlantiruvchi ichki va tashqi motivatsiyalarga ega bo'lishlari kerak. Shu bilan birga, o'z-o'zini boshqarish va stressni boshqarish qobiliyatlari ham talabaning muvaffaqiyatli o'rganishiga ta'sir qiladi. Emotsional barqarorlik va o'ziga ishonch talabaning o'rganish jarayoniga nisbatan salbiy ta'sirlarni kamaytiradi va uni yanada samarali qiladi.

Shuningdek, o'rganish uslublarini moslashtirish, shaxsiy xususiyatlarni hisobga olish va talabaning psixologik ehtiyojlarini qondirish akademik o'zlashtirishni yaxshilashga yordam beradi. O'rganishning psixologik aspektlariga e'tibor berish nafaqat talabaning bilim olish jarayonini soddalashtiradi, balki uning umumiy ta'lim muhitida muvaffaqiyatga erishishiga ham yordam beradi.

Xulosa qilib aytganda, talabalarning akademik o'zlashtirishini oshirishning psixologik xususiyatlarini chuqur tushunish va bu omillarni ta'lim jarayoniga joriy etish, talabalar uchun yanada qulay va samarali o'rganish sharoitlarini yaratishga yordam beradi. Psixologik yondoshuvlar va metodlar ta'limni yanada sifatli va talabalarning individual ehtiyojlariga moslashtirish imkonini beradi. Bu, o'z navbatida, ta'lim jarayonining natijalarini yaxshilashga olib keladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Beknazarova L.S. "Oliy ta'lim muassasalarida ijodiy-innovatsion ta'lim samaradorligini ta'minlashning ijtimoiy-psixologik determinantlari" nomli dissertatsiya ishi. Buxoro. 2024. – 114 b.
2. Басовский, Л. Е. Менеджмент: Учебное пособие./ Л. Е. Басовский. - М.:ИНФРА-М, 2005. – 216 с.
3. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия: Изучение влияния воспитания и семейных отношений / Альбер Бандура, Ричард Уолтерс; Пер. с англ. Ю. Брянцева, Б. Красовского. — М.: Апрель Пресс: ЭКСМО-Пресс, 2000. – 509 с.
4. Latipova U.Y. "Talabalarda ijodiy faollik motivatsiyasi shakllanishining psixologik xususiyatlari" nomli dissertatsiya ishi. Toshkent. 2022. – 86 b.

5. Леонтев А.Н. Избранные психологические произведения. В 2-х т. – М.: Педагогика. 2003. – 391 с.
6. Левин К. Теория поля в социальных науках / [Пер. Е. Сурпина]. — СПб.: Речь, 2000. – 148 с.

Barnoyev Bekzod Baxrom o'g'li
Buxoro davlat universiteti
psixologiya kafedrası o'qituvchisi

TALABALARDA IZOLYATSIYA HOLATINI O'RGANISHNING PSIXODIAGNOSTIK ASOSLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada, talabalarda izolyatsiya holatini o'rganishning psixodiagnostik asoslari ilmiy jihatdan o'rganilgan. Shuningdek maqolada, izolyatsiya holati psixologik muhit va turli omillar, shaxsning ruhiy holati, uning atrof-muhiti, oila, guruh, akademik muhit bilan bo'lgan o'zaro munosabatlari tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Talabalar, izolyatsiya, psixodiagnostika, raqamli texnologiya, ruhiy holat, faoliyat.

Аннотация: В данной статье научно изучены психодиагностические основы изучения состояния изоляции у студентов. В статье также анализируется состояние изоляции, психологическая среда и различные факторы, психическое состояние человека, его взаимодействие с окружающей средой, семьей, группой, академической средой.

Ключевые слова: Студенты, изоляция, психодиагностика, цифровые технологии, психическое состояние, деятельность.

Abstract: In this article, the psychodiagnostic foundations of studying the state of isolation in students are scientifically studied. The article also analyzes the state of isolation, the psychological environment and various factors, the mental state of the individual, their interaction with the environment, family, group, and academic environment.

Keywords: Students, isolation, psychodiagnostics, digital technology, mental state, activity.

Kirish. Zamonaviy jamiyatda yoshlar, xususan, talabalar orasida psixologik holatlarning murakkablashuvi kuzatilayotgan bir paytda, ijtimoiy izolyatsiya holatini chuqur psixodiagnostik nuqtai nazardan o'rganish dolzarb ilmiy-amaliy masalaga aylanmoqda. Raqamli texnologiyalar rivoji, global pandemiyalar, ta'lim jarayonidagi stresslar va raqobat muhitining kuchayishi natijasida talabalar tobora ko'proq individual psixologik bosimlar ostida qolmoqda. Bu esa ularda o'zini yolg'iz his qilish, ijtimoiy guruhlardan chetlashish, aloqa va muloqotga nisbatan qiziqishning susayishi kabi izolyatsion belgilarni keltirib chiqarmoqda. Shu nuqtai nazardan qaralganda, talabalardagi izolyatsiya holatini aniqlash, o'lchash va psixologik profilini chizish uchun puxta psixodiagnostik yondashuvlar ishlab chiqilishi zarur.

Izolyatsiya holati psixologik nuqtai nazardan murakkab va ko'p omilli holat bo'lib, u nafaqat shaxsning ruhiy holati, balki uning atrof-muhit, oila, guruh, akademik muhit bilan bo'lgan o'zaro munosabatlari bilan chambarchas bog'liq. Psixologik izolyatsiyaning sabablari turli ko'rinishlarda namoyon bo'ladi: bu o'zini past baholash, tashqi dunyoga nisbatan befarqlik, kommunikativ qiyinchiliklar yoki do'stona munosabatlarga ehtiyojning yo'qligi bo'lishi mumkin. Psixodiagnostik metodlar orqali bu holatlarni aniqlash, ularning ildizini tushunish va ijtimoiy-psixologik reabilitatsiya chora-tadbirlarini ishlab chiqish, psixologlar, pedagoglar va ota-onalar uchun ham muhim hisoblanadi. Ayniqsa, bu boradagi o'zbek tilidagi ilmiy adabiyotlarning yetishmasligi mavzuni tadqiq etish zaruratini yanada oshiradi.

Talabalarda izolyatsiya holatini o'rganish bo'yicha olib borilayotgan tadqiqotlar, bu muammoni aniqlashda faqat umumiy psixologik metodlarga tayanish yetarli emasligini, balki kompleks psixodiagnostik yondashuv zarurligini ko'rsatmoqda. Shu jumladan, anketalar,

so'rovnomalar, loyihaviy testlar, shuningdek, ijtimoiy pozitsiyani aniqlovchi testlar orqali izolyatsiya darajasi, uning manbalari va oqibatlari o'rganilishi mumkin. Bunda har bir individual holatga mos, madaniy va ijtimoiy kontekstga mos keluvchi yondashuvlar tanlanishi lozim. Zero, har bir talabanning izolyatsiya holati noyob bo'lib, uning psixologik ehtiyojlari, muloqot uslubi va tashqi dunyoga bo'lgan yondashuvi bilan aniqlanadi. Shu bois, mavzuni chuqur psixodiagnostik tahlil qilish nafaqat ilmiy ahamiyatga ega, balki amaliy psixologik xizmatlarning samaradorligini oshirishda ham muhim rol o'ynaydi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Talabalarda izolyatsiya holatini aniqlash va tushunish masalasi so'nggi yillarda xorijiy va mahalliy psixologik adabiyotlarda tobora ko'proq e'tiborga olinmoqda. Xususan, G'arb psixologiyasida izolyatsiya holati ko'pincha "ijtimoiy chetlashuv", "emotsional yakkalanish" yoki "subyektiv yolg'izlik" tushunchalari orqali izohlanadi. Masalan, J. Cacioppo va L. Hawkley tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda yolg'izlik holati immunitet tizimiga, psixofiziologik salomatlikka va ijtimoiy moslashuvchanlikka salbiy ta'siri borligi ta'kidlangan. Bu ishlarda, izolyatsiya faqat tashqi omillarning emas, balki ichki psixologik muvozanatning buzilishi natijasi sifatida ham ko'riladi. Mahalliy mualliflarning, ayniqsa o'zbek psixologlarining asarlarida esa izolyatsiya holati ko'proq ijtimoiy muhit, madaniy qadriyatlar, ota-onalik tarbiyasi va o'quv yurtidagi psixologik muhit bilan bog'liq omillar asosida yoritiladi. Shuningdek, ayrim adabiyotlarda izolyatsiya holati yoshlar orasida tobora kuchayib borayotgan stress, axborot yuklamalari va muloqotda sun'iylikning ortishi bilan bog'liq deb baholanadi.

Psixodiagnostika vositalarining adabiyotlarda ko'rsatilgan turli shakllari izolyatsiyani o'lchashda murakkab, ammo samarali yondashuvlarni taklif etadi. Masalan, D. Russell tomonidan ishlab chiqilgan "UCLA Loneliness Scale" (Yolg'izlik shkalasi) izolyatsiyani subyektiv his qilish darajasini baholashda keng qo'llanilmoqda. Bu metodika yordamida talabanning o'zini jamiyatdan chetda his qilishi, yaqin muloqotga bo'lgan ehtiyoji va mavjud ijtimoiy aloqalar bilan qoniqish darajasi aniqlanadi. Shuningdek, Bek depressiya shkalasi, Ayzenkning introversiya-ekstraversiya testlari, Hamiltonning xavotir darajasi testlari ham izolyatsiya bilan bog'liq simptomlarni aniqlashda qo'llaniladi. O'zbek tilidagi adabiyotlarda esa asosan oddiy so'rovnomalar va diagnostik kartalar asosida yondashuvlar ilgari suriladi, biroq bu metodlar hali tizimli statistik asosda chuqur tahlil qilinmagan. Bu esa yangi avlod psixodiagnostik vositalarini milliy sharoitga moslashtirish zaruratini ko'rsatadi.

Tahlil qilingan adabiyotlar shuni ko'rsatadiki, izolyatsiya holatini to'g'ri baholash uchun faqatgina psixometrik testlar yetarli emas, balki madaniy va ijtimoiy kontekstni inobatga olgan kompleks diagnostik yondashuvlar zarur. Aksariyat G'arb adabiyotlarida individualistik madaniyatlarda izolyatsiya tabiiyroq holat sifatida ko'rilsa, kollektivistik jamiyatlarda esa bu holat ijtimoiy qabul qilinmaslik, qoniqarsiz munosabatlar yoki psixologik muammolar belgisi sifatida baholanadi. O'zbekiston sharoitida esa talabalarning izolyatsiya holatlarini o'rganishda milliy qadriyatlar, diniy-ma'naviy asoslar, oila bilan bog'liqlik darajasi, va an'anaviy ijtimoiy struktura kabi omillar kuchli rol o'ynaydi. Afsuski, hozirgacha bu omillarni chuqur hisobga olgan zamonaviy psixodiagnostik tadqiqotlar juda kam. Shuning uchun izolyatsiya holatining madaniy-psixologik o'ziga xosliklarini e'tiborga olgan holda yangi ilmiy yondashuvlarni ishlab chiqish va adabiyotni kengaytirish zaruratga aylandi.

Muhokama. Talabalarda izolyatsiya holatining psixologik tahlili, uning zamonaviy yoshlar hayotidagi dolzarb muammo ekanligini ko'rsatadi. Ayniqsa oliy ta'lim muassasalarida o'quv jarayonining bosimi, ijtimoiy rollar almashinuvi, mustaqil hayotga qadam tashlash va shaxsiy identifikatsiya jarayoni kabi omillar talabalarni ichki psixologik tanazzulga olib kelishi mumkin. Izolyatsiya, bu holatlarning tabiiy mahsulidir — talaba muloqotda qiyinchilikka uchraydi, o'z fikrini erkin ifodalashdan tortinadi, psixologik himoya mexanizmlari orqali o'zini atrof-muhitdan yakkalaydi. Bu jarayonlar o'z vaqtida aniqlanmasa, ular depressiya, xavotir sindromlari va hatto akademik muvaffaqiyatsizlikka olib keladi. Muhokama shuni ko'rsatadiki, izolyatsiyaning dastlabki bosqichlari ko'pincha ijtimoiy emas, balki psixologik yakkalanish shaklida boshlanadi va asta-sekin ijtimoiy chetlashuvga aylanadi.

Psixodiagnostik metodlar yordamida izolyatsiya holatlarini aniqlash nafaqat tashxis qo'yish, balki individual psixokorreksion chora-tadbirlarni ishlab chiqishda ham muhim rol o'ynaydi. Muhokamali jihat shundaki, izolyatsiyani faqat anketalar bilan emas, balki individual suhbatlar, loyihaviy metodlar (masalan, tematik apperseptiv testlar, rol o'yinlari, shaxsiy metafora tahlili) orqali ham aniqlash zarur. Shuningdek, guruh psixologik treninglari jarayonida talabaniing ijtimoiy rol va pozitsiyasini aniqlash izolyatsiya holatining sabablarini chuqurroq tahlil qilishga imkon beradi. Diagnostika jarayonida madaniy farqlilik, shaxsiy ijtimoiy fon, gender omillari va shaxsiy o'ziga baho darajasi kabi individual ko'rsatkichlar hisobga olinmasa, xulosalar yuzaki bo'lishi mumkin. Shu bois, izolyatsiyaga psixodiagnostik yondashuv faqat baholovchi emas, balki terapevtik xarakter kasb etishi kerak.

Muhokama davomida asosiy e'tibor talabalarni izolyatsiyaga olib keluvchi tizimli omillarni aniqlashga qaratilishi zarurligi alohida ta'kidlanadi. Universitet muhitining o'zi, pedagoglarning yondashuvi, talabalar o'rtasidagi ijtimoiy tuzilmalar va tengdoshlik munosabatlari izolyatsiya rivojida muhim omil bo'lishi mumkin. Misol uchun, akademik rejalashtirishda ortiqcha individuallashtirilgan o'qitish metodlari, talabalar o'rtasida sog'lom raqobat o'rniga bosimni kuchaytiradigan tizimlar, madaniy xilma-xillikni inobatga olmaslik va yetarlicha psixologik yordam ko'rsatish tizimining yo'qligi — bularning barchasi talabalarni ijtimoiy faoliyatdan chetlatishga sabab bo'ladi. Shu bois, izolyatsiyani faqat talabaniing shaxsiy muammosi sifatida emas, balki ta'lim muassasasi tizimining kompleks psixologik muammosi sifatida baholash muhim ahamiyatga ega. Bu esa izolyatsiyaga qarshi kurashishda muassasa darajasida tizimli psixoprofilaktika va psixokorreksiya dasturlarini ishlab chiqishni taqozo etadi.

Xulosa. Oliy ta'lim tizimidagi zamonaviy psixologik yondashuvlar talabalarda uchrayotgan izolyatsiya holatlarini aniqlash va ularning salbiy oqibatlarini bartaraf etishda psixodiagnostikaning alohida o'rnini belgilaydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, izolyatsiya holati faqatgina ijtimoiy muloqotdan chekinish emas, balki shaxsning ichki dunyosida yuzaga keladigan xavotir, o'zini yolg'iz his qilish, kommunikativ faoliyatda ishtirok etishdan bosh tortish kabi kompleks belgilar orqali ifodalanadi. Shu bois, talabalarning psixologik holatini real baholashda diagnostik metodlar chuqur tahlil qilish imkonini beradi. Xulosa tarzida aytish mumkinki, izolyatsiyani aniqlash va unga nisbatan individual yondashuv ishlab chiqish oliy ta'lim muassasalari uchun zarur bo'lgan tizimli yondashuvlardandir.

Psixodiagnostik metodlarning izolyatsiyani aniqlashdagi samaradorligi shundaki, ular nafaqat muammoning mavjudligini ko'rsatadi, balki uning murakkablik darajasi, manbalari va psixologik holatga ta'sirini aniqlash imkonini beradi. Bu jarayonda zamonaviy metodlar – testlar, anketalar, suhbatlar, shaxsiy va guruhviy baholash vositalari qo'llaniladi. Shu bilan birga, natijalarning ishonchliligini ta'minlash uchun testlar milliy mentalitet va sotsiokulturning o'ziga xos xususiyatlariga moslashtirilishi kerak. Talabalardagi izolyatsiyani o'rganish jarayonida test natijalari psixologik maslahatlar va psixoprofilaktika strategiyalarini ishlab chiqishda muhim vosita sifatida xizmat qiladi. Shu orqali psixologik xizmatlar sifatini oshirish, talabalar ijtimoiy moslashuvchanligini kuchaytirish va ularni ruhiy jihatdan qo'llab-quvvatlash imkoniyati paydo bo'ladi.

Xulosa qilib aytganda, talabalardagi izolyatsiya holatini aniqlash va bartaraf etish bo'yicha olib boriladigan har qanday tashabbus ko'p darajali va tizimli yondashuvga asoslangan bo'lishi lozim. Bu yondashuvda oliy ta'lim muassasalarining ma'muriy tuzilmasi, psixologik xizmatlari, pedagogik xodimlarning tayyorgarligi va talabalar bilan bevosita ishllovchi mutaxassislar o'rtasidagi hamkorlik muhim ahamiyat kasb etadi. Faqat individual test natijalari emas, balki ularning ijtimoiy kontekstda talqin qilinishi, talabani to'liq psixosotsial muhitda ko'ra olish qobiliyati orqali izolyatsiyaning oldi olinadi. Shu jihatdan, mazkur mavzu bo'yicha tadqiqotlar olib borish, yangi diagnostik vositalarni ishlab chiqish va ularni amaliyotga joriy etish dolzarb va istiqbolli ilmiy yo'nalish hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Cacioppo, J. T., & Hawkley, L. C. (2009). *Perceived social isolation and cognition*. Trends in Cognitive Sciences, 13(10), 447–454.
2. Russell, D. W. (1996). *UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure*. Journal of Personality Assessment, 66(1), 20–40.
3. Карвасарский, Б. Д. (2002). *Клиническая психология*. Санкт-Петербург: Питер.
4. Митина, Л. М. (2004). *Психодиагностика и развитие личности*. Москва: Академический Проект.
5. Bekh, I. D. (2004). *Vykhovannya osobystosti: U 2 kn. Knyha 1: Osobystisno orientovanyu pidkhd: teoriya i tekhnolohiya*. Kyiv: Lybid.
6. Sherozia, M. G. (2020). *Psixologik tashxis asoslari: nazariya va amaliyot*. Toshkent: Fan va texnologiya nashriyoti.
7. Normurodov, M. (2018). *Talabalarining psixologik holatini o'rganishning zamonaviy usullari*. O'zMU Ilmiy axborotlari, 2(76), 134–138.
8. O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi. (2021). *Psixodiagnostika fanidan o'quv-uslubiy qo'llanma*. Toshkent.
9. Jalolov, J. J. (2019). *Yoshlar psixologiyasi va izolyatsiya muammolari*. Toshkent: Iste'dod nashriyoti.
10. Anastasi, A., & Urbina, S. (1997). *Psychological Testing* (7th ed.). New

Hamroyeva Dilfuza Raxmatullayevna
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

O'SMIRLARDA ADDIKTIV XULQNING PSIXOLOGIK PROFILAKTIKASI

Annotatsiya: Mazkur maqolada o'smirlarda uchrayotgan addiktiv xulq-atvor turlarining sabablari, shakllanish omillari, ularning psixologik-ijtimoiy oqibatlari hamda bunday holatlarning oldini olishda psixologik profilaktika vositalarining roli tahlil qilinadi. Maktab psixologi, ota-onalar va pedagoglarning birgalikdagi harakati orqali o'smirlarning emotsional muvozanatini saqlash va ijtimoiy moslashuvini kuchaytirish imkoniyatlari ko'rib chiqiladi. Tadqiqot metodlari asosida qaramlik alomatlarini aniqlash, baholash va individual psixokorreksiya usullariga doir takliflar keltiriladi.

Kalit so'zlar: O'smir, addiktiv xulq, qaramlik, psixoprofilaktika, oila, maktab muhit, stress, ijtimoiy qo'llab-quvvatlov.

Аннотация: В данной статье анализируются причины, факторы формирования аддиктивных типов поведения у подростков, их психосоциальные последствия, а также роль средств психологической профилактики в предупреждении подобных ситуаций. Рассматриваются возможности сохранения эмоционального равновесия и усиления социальной адаптации подростков через совместные действия школьного психолога, родителей и педагогов. На основе методов исследования выдвигаются предложения по выявлению, оценке и индивидуальным методам психокоррекции симптомов зависимости.

Ключевые слова: Подросток, аддиктивное поведение, зависимость, психопрофилактика, семья, школьная среда, стресс, социальная поддержка

Abstract: This article analyzes the causes, factors of formation, their psychological and social consequences and the role of psychological prevention in the Prevention of such situations of the type of addictive behavior that occurs in adolescents. Through the joint action of the school psychologist, parents and educators, the possibilities of maintaining the emotional balance of adolescents and enhancing their social adaptation are considered. Based on the research methods, proposals are made for the detection, assessment of symptoms of dependence and methods of individual psychocorrection.

Key words: Adolescent, addictive behavior, dependence, psychoprophylaxis, family, school environment, stress, social support.

Kirish: O'smirlik-bu xavfli xatti-harakatlar uchun juda ochiq davr. Bu davr barcha yoshlar uchun xavfli davr. O'smirlik-bu xavfli xatti-harakatlarga katta ochiqlik bo'lgan biologik va gormonal kasalliklar birinchi o'rinda turadigan davrdir. O'smirlik — inson hayotining o'ziga xos bosqichi bo'lib, bu davrda jismoniy o'sish, gormonal o'zgarishlar, mustaqillikka intilish va

ijtimoiy o'ringa ega bo'lish ehtiyoji kuchayadi. Bunday o'zgarishlar natijasida o'smirlar ichki nizolar, emotsional beqarorlik va o'z-o'zini anglashdagi qiyinchiliklarga duch keladilar. Natijada, ularning muayyan foizi salbiy xatti-harakatlarga, xususan, addiktiv xulqlarga moyillik bildiradi.

Addiktiv xulq — bu insonning biror faoliyatga yoki moddaga haddan tashqari bog'lanib qolishi, shunday bog'liqlikni o'zini tuta olmaslik darajasida davom ettirishidir. Bu turdagi xulq-atvor ko'pincha o'smirlar orasida rivojlanadi, chunki ular yangi tajribalarni izlab, muqobil ijtimoiy ehtiyojlarini virtual yoki moddiy addiksiyalar orqali qondirishga harakat qiladilar.

Dunyo bo'yicha olib borilgan tadqiqotlarda internetga qaramlik, mobil o'yinlarga berilish, giyohvandlik va ijtimoiy tarmoqlarda haddan tashqari faol bo'lish eng keng tarqalgan addiktiv xulqlar sirasiga kiradi. O'zbekiston sharoitida ham bu muammo dolzarb bo'lib, yoshlar orasida bu borada profilaktika ishlari kuchaytirilishi talab qilinmoqda.

Adabiyotlar tahlili: Addiktiv xulq atamasi ilk bor XX asrning o'rtalarida tibbiyot va psixologiya sohalarida ilmiy muomalaga kirgan. A. Goodman (1990) addiksiyani organizmning psixologik va jismoniy ehtiyojlarini qondirish vositasi sifatida, biroq bu vosita salbiy oqibatlariga olib keladigan xatti-harakatlar deb ta'riflaydi. Young (1998) internetga qaramlikni o'ziga xos psixik buzilish sifatida ko'rsatadi.

O'zbekistonlik olimlardan B. Xo'jayev (2019) o'smirlarda uchraydigan qaramlik xatti-harakatlarining asosiy sababi sifatida oilaviy e'tibor yetishmasligini ko'rsatadi. T. Qodirova (2021) esa maktab muhitining salbiy omillarini ta'kidlaydi.

O'tmishda ajdodlarimiz insoniyatning psixologik qonuniyatlarini muayyan ilmiy yo'nalish sifatida o'rganmagan bo'lsalarda, biroq allomalarning asarlari, qo'lyozmalarida mazkur holatlarning yoritilishi, tahlili kuzatiladi. Biz sharq mutafakkirlarining psixologik qarashlari bilan tanishar ekanmiz, inson va hayvonlar psixik hayotini o'rganishga bo'lgan intilishi kishilar hayotining har xil tarixiy bosqichlarida ularning qanday nazariy va amaliy bilan taqozo qilganligini ba'zi qonuniyatlar qanday kashf etilganligini bilib olamiz. Ta'kidlash lozimki, allomalarning shaxs ma'naviy-ruhiy kamoloti borasidagi qimmatli fikrlari hozirgi kungacha o'z o'rnini va ahamiyatiga egadir.

Jumladan, Abu Nasr Farobiy, Abu Rayhon Beruniy, Abu Ali Ibn Sino, Yusuf Xos Hojib, Jaloliddin Rumiy, Alisher Navoiy, kabi mutafakkirlarning pedagogik-psixologik qarashlari bugungi kunda fan taraqqiyotining metodologik asosi bo'lib xizmat qilmoqda. Xulq-odob haqidagi hadislarda eng ezgu insoniy xislatlar ulug'lanib, gunoh sifatidagi illatlar qoralanadi. Hadislarda insoniy xislatlardan ezgulik, iffat, sabr-qanoat, shukronalik kabi axloqiy xislatlar ulug'lansa, isrofgarchilik, ta'magirlik, ochko'zlik, nafsu-havoga, shahvoniy hissiyotlarga berilish, mayxo'rlikka mukkasidan ketish, baxillik, johillik kabi illatlar, yomon xatti-harakatlar "gunoh" sifatida qoralansa, inson farovonligi, jamiyat ravnaqi uchun qilinadigan yaxshi ezgu xatti-harakatlar, faoliyat "savob" tarzida olqishlanadi.

Muhokama: Tadqiqot natijalari o'smirlarda addiktiv xulq quyidagi shakllarda namoyon bo'lishini ko'rsatdi:

Virtual addiksiyalar: O'yinlar va ijtimoiy tarmoqlarga haddan tashqari berilish.

Moddiy addiksiyalar: Chekish, energiya ichimliklari, spirtli ichimliklar yoki giyohvandlik vositalariga qiziqish.

Emotsional addiksiyalar: Telefon orqali aloqa, do'stlar bilan uzluksiz muloqotga qaramlik.

1. Asosiy sabablari sifatida:

Oilaviy e'tiborning yetishmasligi,

Emotsional beqarorlik va stress,

Maktabdagi muvaffaqiyatsizliklar,

Ko'chadagi yoki virtual muhitdagi salbiy rol modellari ko'rsatildi.

Psixologik profilaktikaga oid chora-tadbirlar: Psixoedukatsion dasturlar Maktablarda o'quvchilarga va ota-onalarga addiktiv xulq haqida ma'lumot berish, uning oqibatlari va oldini olish yo'llari haqida tushuntirish berish. Ayniqsa, o'smirlik davridagi o'zgarishlar haqida to'g'ri axborot berilishi muhim. Trening va seminarlar Kommunikatsion ko'nikmalar, stressni

boshqarish, tanqidiy fikrlash kabi soft-skills bo'yicha mashg'ulotlar o'tkazish. Individual va guruh psixodiagnostika Risk guruhidagi o'quvchilar bilan maxsus suhbat va mashg'ulotlar o'tkazish.

2.Oilaviy maslahatlar

Ota-onalarga bolaning emotsional ehtiyojlarini to'g'ri qondirish, mehr-muhabbat muhitini yaratish bo'yicha amaliy ko'rsatmalar berish.

Monitoring tizimi Maktab psixologi tomonidan doimiy kuzatuv, maxsus testlar va har choraklik baholash asosida o'quvchilar holatini monitoring qilish tizimini yo'lga qo'yish.

Xulosa: Addiktiv xulq o'smirlar psixik rivojlanishida jiddiy muammolarni keltirib chiqaruvchi omildir. Bu muammoni faqat jazo va nazorat bilan emas, balki chuqur psixologik tushunish va tizimli yondashuvlar orqali hal qilish mumkin. Psixoprofilaktik yondashuvlar yordamida:

O'smirlar o'z emotsiyalarini boshqarishni o'rganadilar,

Oilaviy munosabatlar mustahkamlanadi,

Ijtimoiy moslashuv kuchayadi,

Yashirin addiktiv xulqlar erta aniqlanadi.

Demak, psixologlar, ota-onalar, pedagoglar va davlat siyosatining integratsiyalashgan yondashuvi orqali bu muammoni kamaytirish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Xo'jayev, B. (2019). O'smirlar psixologiyasi: muammolar va yechimlar. Toshkent: O'zbekiston Milliy Ensiklopediyasi.

2. Qodirova, T. (2021). Maktab yoshidagi bolalarda psixologik muammolar va ularni bartaraf etish yo'llari. Toshkent: Ilm Ziya nashriyoti.

3. Nolen-Hoeksema, S. (2014). Abnormal Psychology. New York: McGraw-Hill Education.

Rustamov Shavkat Shuhratovich

BuxDu, psixologiya kafedrası dotsenti

Niyozova Zarina

BuxDU, psixologiya mutaxassisligi 2-bosqich magistranti

TALABALAR ORASIDA MANIPULYATSIYA QURBONI BO'LGANLARGA PSIXOLOGIK YORDAM KO'RSATISHNING SAMARALI YONDASHUVLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada talabalar orasida psixologik manipulyatsiyaga uchrash holatlari, ularning asosiy shakllari, sabablari va oqibatlari tahlil qilinadi. Shuningdek, manipulyatsiya qurboni bo'lgan talabalarga psixologik yordam ko'rsatishning samarali yondashuvlari, jumladan kognitiv-bihevioral, empatik va profilaktik strategiyalar yoritiladi. Maqolada universitet muhitida psixologik salomatlikni ta'minlashda o'qituvchi, psixolog va ijtimoiy muhitning o'rnini alohida ko'rsatib o'tiladi. Taklif etilgan tizimli yondashuvlar orqali talabalarning manipulyativ ta'sirlarga nisbatan psixologik immuniteti shakllantiriladi.

Kalit so'zlar: Psixologik manipulyatsiya, talabalar, emotsional bosim, mustaqil fikrlash, stress, empatiya, psixoprofilaktika, kognitiv yondashuv, guruhiy treninglar.

Аннотация: В статье анализируются случаи психологического манипулирования среди студентов, их основные формы, причины и последствия. В нем также рассматриваются эффективные подходы к оказанию психологической поддержки учащимся, ставшим жертвами манипуляции, включая когнитивно-поведенческие, эмпатические и превентивные стратегии. В статье особо подчеркивается роль педагогов, психологов и социальной среды в обеспечении психологического здоровья в университетской среде. Предложенные системные подходы способствуют формированию у студентов психологического иммунитета к манипулятивным воздействиям.

Ключевые слова: Психологическое манипулирование, студенты, эмоциональное давление, самостоятельное мышление, стресс, эмпатия, психопрофилактика, когнитивный подход, групповое обучение.

Abstract: This article analyzes cases of psychological manipulation among students, their main forms, causes and consequences. It also discusses effective approaches to providing psychological assistance to students who are victims of manipulation, including cognitive-behavioral, empathic and preventive strategies. The article highlights the role of teachers, psychologists and the social environment in ensuring psychological health in the university environment. The proposed systematic approaches form the psychological immunity of students to manipulative influences.

Keywords: Psychological manipulation, students, emotional pressure, independent thinking, stress, empathy, psychoprophylaxis, cognitive approach, group training.

Kirish. Hozirgi zamon talabalari turli ijtimoiy, axborotiy va emotsional bosimlar o'rtasida yashamoqda. Internet, ijtimoiy tarmoqlar, raqobatbardosh akademik muhit, jamiyatning kutgan stereotiplari yoshlarni ichki ziddiyatlar bilan to'qnash kelishga majbur qilmoqda. Bu sharoitda manipulyatsiyaga uchrash — shaxsning o'z istagidan tashqari, ongli yoki ongsiz ravishda boshqalarning maqsadiga xizmat qiluvchi xatti-harakatlar qilishga olib keluvchi holat — keng tarqalmoqda. Talabalar ko'pincha o'zlariga nisbatan manipulyatsiyani anglab yetmasdan, passiv bo'ysunish, o'z fikrini bildirishdan qo'rqish, ijtimoiy ajralish kabi holatlarga duch keladi. Bunday sharoitda psixologik yordam mexanizmlarini ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish dolzarb masala hisoblanadi.

Asosiy qism. Psixologik manipulyatsiya — bu ongli ravishda inson fikri va xatti-harakatiga yashirin ta'sir ko'rsatish shaklidir. Talabalar orasida bu holatlar emotsional shantaj, guruhiy bosim, avtoritar ta'sir va noto'g'ri axborotlar orqali yuzaga chiqadi. Bunday manipulyativ ta'sirlar shaxsning mustaqil fikr yuritishiga, o'zini ifoda etishiga va ijtimoiy faol bo'lishiga to'sqinlik qiladi. Talabalar bu holatlarni erta aniqlab, psixologik yondashuvlar orqali o'zlarini himoya qilishni o'rganishlari zarur.

- Psixologik manipulyatsiya – bu ongli ravishda boshqalar xatti-harakatini o'zgartirish, ularning fikr va qarorlariga ta'sir qilish maqsadida olib boriladigan yashirin psixologik ta'sirdir. Talabalar orasida bu quyidagi shakllarda namoyon bo'ladi:

- Emotsional shantaj: "Agar sen bu ishni qilmasang, men senga do'st sifatida qaray olmayman."

- Guruhiy bosim: Aksariyat guruh a'zolarining bir xil fikrda bo'lishi, boshqalarni ham shu fikrga majburlashi.

- Avtoritar ustoz yoki rahbarlarning bosimi: Talabani fikr bildirishga emas, bo'ysunishga undovchi munosabat.

- Axborot manipulyatsiyasi: Noto'g'ri, buzib ko'rsatilgan ma'lumotlar orqali talabani chalg'itish.

Bu holatlarning asosiy sabablari orasida quyidagilarni ajratib ko'rsatish mumkin:

- Past darajadagi o'ziga ishonch
- Tanqidiy fikrlash ko'nikmasining rivojlanmaganligi
- Ijtimoiy tengdoshlardan ajralib qolish qo'rquvi
- Akademik yoki oilaviy bosim
- Manipulyatsiyaga uchragan talabalar portreti

Psixologik tahlillar ko'rsatadiki, manipulyatsiyaga uchragan talabalar quyidagi xususiyatlarga ega:

1. O'z fikrini ochiq ifoda eta olmaydi
2. "Yo'q" deyishdan qo'rqadi
3. Ko'p hollarda boshqalarga yoqishga harakat qiladi
4. Shaxsiy chegaralarini himoya qilolmaydi
5. Stressga duchor bo'lganida qochish yoki sukut saqlash strategiyasini tanlaydi

Manipulyatsiyaga uchragan talabalarni qo'llab-quvvatlashda psixologik yordamning bir nechta samarali yondashuvlari mavjud. Ulardan biri kognitiv-bihevioral yondashuv bo'lib, u talabani salbiy fikrlarini aniqlash va ularni ijobiy, konstruktiv fikrlar bilan almashtirishga yordam beradi. Bu orqali shaxs o'z fikrlarini boshqarishni o'rganadi va manipulyatsion ta'sirlarga qarshi tura oladi. Ikkinchi yondashuv — empatik yondashuv, unda psixolog talabani ayblamasdan, uning his-tuyg'ularini tushunishga harakat qiladi. Bu, talabani o'zini qabul qilingan va eshitilgan deb his qilishiga yordam beradi. Uchinchisi esa — psixoprofilaktik treninglar bo'lib, ularda talabalar stressga chidamlilik, muloqot madaniyati va ijtimoiy bosimlarga qarshi turish bo'yicha amaliy ko'nikmalarga ega bo'ladi. Ushbu yondashuvlar ruhiy barqarorlikni mustahkamlashga xizmat qiladi.

1. Kognitiv-bihevioral yondashuv

Bu yondashuv talabani o'z fikr va his-tuyg'ularini nazorat qilishi, ularni tahlil qilishi va salbiy fikrlarni ijobiy fikrlar bilan almashtirishi orqali manipulyatsiyaga qarshi immunitet hosil qilishiga yordam beradi. Masalan, "men hech narsaga yaramayman" degan fikr "men bu ishni bajarish uchun ko'proq mashq qilishim kerak" degan konstruktiv fikrga aylantiriladi.

2. Empatik yondashuv

Bu yondashuvda psixolog yoki murabbiy talabani his-tuyg'ularini qabul qiladi, uni ayblamaydi va unga tinglovchi sifatida yondashadi. Empatik munosabat talabani o'zini qabul qilgan, tushunilgan va qo'llab-quvvatlangan deb his qilishiga sabab bo'ladi.

3. Psixoprofilaktika va treninglar

Stressni yengish, tanqidiy fikrlash, ijtimoiy bosimga qarshi turish, emotsional barqarorlikni rivojlantirish, kommunikatsion ko'nikmalarni shakllantirishga qaratilgan guruhli treninglar juda samarali. Bunday mashg'ulotlar orqali talabalar manipulyatsiyaga qarshi kurashishda real hayotiy vaziyatlarni modellashtirish asosida tajriba orttiradi.

Universitet muhitida model:

1. Manipulyatsiyani erta aniqlash va talabalarni himoyalash uchun universitetlar darajasida quyidagi bosqichli modelni joriy etish tavsiya etiladi:

2. Psixologik skrining – har yili talabalarni testdan o'tkazish;

3. Individual maslahat xonalari – psixologik ko'mak punktlari tashkil etish;

4. Trening va trening-to'plamlar – har semestrda talabalar uchun maxsus dasturlar;

5. Ma'lumot beruvchi vositalar – broshyura, video, infografika va maqolalar orqali manipulyatsiya haqida xabardorlikni oshirish;

6. Murabbiy-psixologlar hamkorligi – kurs rahbarlari va psixologlar o'rtasida aloqani kuchaytirish.

Xulosa. Talabalar orasida psixologik manipulyatsiyaga uchrash holatlari ko'payib bormoqda va bu shaxsiy, akademik hamda ijtimoiy hayotga jiddiy salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Bunday holatlarni erta aniqlash, ularni tahlil qilish va samarali psixologik yordam ko'rsatish orqali talabalar orasida ruhiy barqarorlikni mustahkamlash mumkin. Kognitiv-bihevioral, empatik yondashuvlar va ijtimoiy-psixologik profilaktika asosida tuzilgan tizimlar, trening va trening-to'plamlar talabalarning manipulyativ bosimlarga qarshi kurashishda asosiy vosita bo'lib xizmat qiladi.

Maqolada bayon etilgan tavsiyalar universitetlar va boshqa oliy o'quv yurtlari uchun amaliy ahamiyatga ega bo'lib, ularning ichki muhitida sog'lom psixologik muhitni shakllantirish, shaxslararo munosabatlarda erkinlik va hurmat asoslarini yaratish yo'lida muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Azizxo'jayeva, N.N. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat. – Toshkent, 2014.
2. Romanova, E.Yu. Psixologik himoya mexanizmlari. – Moskva, 2020.

3. Zimmerman, B. (2002). Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview. Theory into Practice.
4. WHO Report (2021). Mental health and psychosocial support in higher education.
5. D. Karnegi. Odamlar bilan muloqot qilish san'ati. – Toshkent, 2018.
6. Behtreev, V.M. Psixologiya i manipulyatsiya lichnostyu. – Moskva, 2015.
7. Yahyoev, A.A. Yoshlar psixologiyasi. – Samarqand, 2016.
8. Komilova, M.I. O'smirlar va talabalar psixodagnostikasi. – Toshkent, 2019.

Xuseynova Abira Amonovna
Falsafa fanlari doktori, professor
Maxkamova Risolat Badriddinovna
Buxoro davlat universiteti 1-bosqich magistranti

TALABALARDA LIDERLIK SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada, liderlik fazilatlarini aniqlash va rivojlantirishda talabalarning psixologik holati, o'z-o'zini anglash darajasi, shaxslararo munosabatlari, o'ziga bo'lgan ishonchi kabi jihatlar ilmiy jihatdan o'rganilgan. Bundan tashqari, talabalar orasida liderlik fazilatlarini aniqlash, ularni rivojlantirish va yo'naltirish kabi psixologik muammolar tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Talabalar, liderlik xususiyatlari, o'zini anglash, individuallik, qobiliyat, guruh va jamoa, ta'lim jarayoni.

Аннотация: В данной статье с научной точки зрения изучены такие аспекты, как психологическое состояние студентов, уровень самосознания, межличностные отношения, уверенность в себе при выявлении и развитии лидерских качеств. Кроме того, проанализированы такие психологические проблемы, как выявление лидерских качеств у студентов, их развитие и направление.

Ключевые слова: Студенты, лидерские качества, самосознание, индивидуальность, способности, группа и коллектив, образовательный процесс.

Abstract: In this article, such aspects as the psychological state of students, the level of self-awareness, interpersonal relationships, and self-confidence in identifying and developing leadership qualities are scientifically studied. In addition, such psychological problems as identifying, developing, and directing leadership qualities among students were analyzed.

Keywords: Students, leadership qualities, self-awareness, individuality, abilities, group and team, educational process.

Kirish. Zamonaviy jamiyat shiddat bilan rivojlanar ekan, har bir sohada tashabbuskor, ijtimoiy faol va o'z g'oyasini amalga oshirishga qodir shaxslar ehtiyoji ortib bormoqda. Bunday ehtiyoj, ayniqsa, ta'lim tizimida o'z ifodasini topmoqda. Talabalar orasida liderlik fazilatlarini aniqlash, ularni rivojlantirish va yo'naltirish dolzarb psixologik muammolardan biri sifatida qaralmoqda. Oliy ta'lim muassasalari nafaqat bilim beruvchi, balki ijtimoiy jihatdan yetuk, tashabbuskor va mas'uliyatli liderlarni tarbiyalovchi maskan bo'lib bormoqda. Bu jarayonni ilmiy-psixologik asosda chuqur o'rganish, ayniqsa, bugungi global raqobat sharoitida alohida ahamiyatga ega.

Liderlik shaxsning psixologik xususiyati bo'lib, uning tug'ma yoki orttirilgan shakllari mavjud. Talaba yoshidagi insonlar shaxsiy taraqqiyotining muhim bosqichida bo'lganligi sababli, aynan shu davrda liderlik salohiyati yorqinroq namoyon bo'lishi mumkin. Psixologiyada liderlik nafaqat boshqaruvdagi ustunlik, balki odamlar bilan samarali muloqot, emotsional barqarorlik, muammolarga ijodiy yondashuv kabi omillar bilan belgilanadi. Shu boisdan, talaba shaxsida liderlik sifatlarining shakllanishi chuqur tahlil va ilmiy yondashuvni talab qiladi. Bu borada, ayniqsa, ta'lim muhitining, guruh ichidagi rollarning va psixologik ta'sirchanlikning o'rni katta.

Bundan tashqari, talabalarda liderlikni shakllantirish masalasi faqat individual qobiliyatlari bilan emas, balki ijtimoiy muhit, motivatsion omillar va psixologik tayyorgarlik bilan ham bog'liqdir. Raqobatbardosh shaxsni shakllantirishda zamonaviy psixologik yondashuvlar, treninglar, motivatsion mashg'ulotlar va ijtimoiy loyiha faoliyatlari muhim o'rin tutadi. Talabaning liderlik salohiyatini yuzaga chiqarish uchun, avvalo, unga mos rivojlanish sharoiti yaratilishi lozim. Bu sharoit o'z navbatida nafaqat ta'lim beruvchilar, balki psixologlar va guruhdoshlar bilan hamkorlikda yuzaga keladi.

Liderlik fazilatlarini aniqlash va rivojlantirishda talabalarining psixologik holati, o'z-o'zini anglash darajasi, shaxslararo munosabatlari, o'ziga bo'lgan ishonchi kabi jihatlar alohida e'tibor talab etadi. Ushbu omillar psixologik nuqtayi nazardan liderlikning asosiy mezonlari hisoblanadi. Talaba o'z qobiliyatlariga ishonishi, tashabbus ko'rsatishi va mas'uliyatni zimmasiga ola bilishi kerak. Shuningdek, u boshqalarning fikrini tinglay olish, nizolarni hal eta olish, stressga bardosh bera olish kabi muhim psixologik fazilatlariga ega bo'lishi zarur. Bu esa liderlikning amaliy ko'rinishida ifodalanishiga xizmat qiladi.

Shu nuqtai nazardan qaralganda, talabalarda liderlikni shakllantirish masalasi nafaqat pedagogik, balki chuqur psixologik tadqiqot va amaliyotga tayanishi lozim. Ushbu mavzuni o'rganish orqali shaxsiy va ijtimoiy jihatdan yetuk liderlarni tarbiyalashga zamin yaratiladi. Zero, bugungi kunda lider shaxslar jamiyat taraqqiyotining harakatlantiruvchi kuchi sifatida qaralmoqda. Mazkur ilmiy izlanish aynan talaba yoshidagi shaxslar orasida liderlik sifatlarini aniqlash, ularni rivojlantirish mexanizmlarini ishlab chiqish va psixologik omillarni tahlil etishga qaratilgan bo'lib, mavzuning dolzarbligini yanada oshiradi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Liderlik psixologik kategoriyasi doirasida birinchi bo'lib nazariy asos yaratganlardan biri amerikalik psixolog Kurt Levin hisoblanadi. Uning ijtimoiy maydon nazariyasiga ko'ra, inson xatti-harakati tashqi muhit ta'siri va ichki psixologik omillar o'zaro ta'siri natijasida shakllanadi. Kurt Levin liderlik uslublarini avtoritar, demokratik va betaraf deb guruhlarga ajratgan. Uning tadqiqotlarida ayniqsa demokratik uslub – ya'ni fikr almashuvga asoslangan, guruh bilan hamfikrlikda qaror qabul qilish liderlikning eng samarali shakli sifatida ko'rilgan. Bugungi talabalar muhitida aynan shu yondashuv faoliyatga mos keladi, chunki zamonaviy lider shaxs jamoadoshlariga tayanadi, ularni rag'batlantiradi va o'zaro muloqotni ustuvor deb biladi.

Ko'pchilik psixologlar ichida liderlikning psixologik negizlarini chuqur o'rganganlardan biri Daniel Goleman hisoblanadi. Uning "Emotsional intellekt" konsepsiyasi zamonaviy lider obrazini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Goleman fikricha, aqliy salohiyat yetarli bo'lishi lider bo'lish uchun kifoya emas, balki inson o'z va boshqalarning hissiyotlarini tushunib, ularni boshqara olish darajasi ham zarur. Bu ayniqsa talabalar orasidagi yetakchilarni tanlashda muhim mezon bo'lib xizmat qiladi. Emotsional intellektga ega talaba liderlar jamoani to'g'ri boshqaradi, nizolarni samarali hal qiladi va ruhiy barqarorlikni ta'minlay oladi.

Rossiyalik psixolog B.G. Ananyevning shaxs rivojlanishi haqidagi nazariyasi ham talabalarda liderlik shakllanishini tushunishda muhim ahamiyatga ega. U o'z tadqiqotlarida shaxsning psixologik rivojlanishi ijtimoiy faoliyat orqali sodir bo'lishini isbotlagan. Talaba yoshlari aynan faol ishtirok, tashabbus va o'z fikrini ilgari surish orqali psixologik jihatdan yetuk shaxsga aylanadi. Ananyevning yondashuvida aynan shaxsiy faollik va o'z-o'zini rivojlantirish jarayoni liderlikka asos bo'la oladi. Oliy ta'lim muassasalari bu omillarni hisobga olib, talabalar uchun amaliy faoliyat va jamoaviy loyihalarda ishtirok etishni rag'batlantirishi lozim.

Liderlikni psixologik motivatsiya bilan bog'lagan yana bir muhim olim – A. Maslow bo'lib, u o'zining ehtiyojlar ierarxiyasi nazariyasida insonning eng yuqori ehtiyoji sifatida o'z-o'zini ro'yobga chiqarishni ko'rsatgan. Maslowning fikricha, liderlik insonning o'z ichki salohiyatini amalga oshirishga intilishi natijasida shakllanadi. Talabalar orasida liderlik fazilatlarini aynan o'zini anglash va o'zini tasdiqlash istagidan kelib chiqadi. Shuning uchun, oliy ta'lim muassasalari talabalarga shaxsiy erkinlik, o'z fikrini ifoda etish va mustaqil qaror qabul qilish imkoniyatini yaratishi, ularni o'z maqsadlariga intilishga undashi lozim.

Yevropa psixologik maktabida liderlik bo'yicha ko'plab tadqiqotlar olib borgan olimlardan biri – Fred Fiedler bo'lib, u vaziyatli liderlik nazariyasini ishlab chiqqan. Fiedlarning fikriga ko'ra, samarali liderlik – bu liderning shaxsiy fazilatlarini va vaziyat talabalariga moslashish qobiliyatiga bog'liq. Bu nazariya asosida qaralganda, talaba liderlik salohiyati muayyan vaziyatda, muammo yuzaga kelgan paytda va guruh muhitida sinovdan o'tadi. Shuning uchun ham, talabalarni turli sharoitlarda faoliyatga jalb qilish, ularni real hayotiy vaziyatlarda boshqaruvga tayyorlash zarur. Bu orqali nafaqat liderlik, balki vaziyatga mos psixologik moslashuv ham rivojlanadi.

Muhokama. Talabalarda liderlikning shakllanishi yosh davriga xos psixologik jarayonlar va ijtimoiy o'zgarishlar bilan uzviy bog'liq. Bu yoshda shaxsning ijtimoiy-psixologik identifikatsiyasi, ya'ni "men kimman?", "qanday rolni bajarishim kerak?" degan savollar bilan yuzma-yuz keladi. Liderlik salohiyati esa aynan ushbu savollarga javob topish jarayonida, shaxsning o'zini namoyon qilish, tashabbus ko'rsatish va boshqalarga ta'sir o'tkazish orqali shakllanadi. Shaxs bu bosqichda ko'proq ijtimoiy guruhlarda faol bo'lishga harakat qiladi va liderlik sifatlarini rasmiy yoki norasmiy yo'llar bilan rivojlantiradi. Bu jarayon psixologik jihatdan o'zini anglash, mustaqil fikrlash va o'z harakatlarining oqibatini tushunish darajasiga bog'liq.

Shaxslararo munosabatlar liderlik shakllanishida muhim omil hisoblanadi. Talaba jamoaviy ishlar, akademik loyihalar, talabalar kengashi kabi ijtimoiy faoliyatlarda ishtirok etish orqali o'zini liderlik rolida sinab ko'radi. Bu jarayonda liderlik fazilatlarini – muloqot qila olish, qaror qabul qilish, nizolarni hal qilish, murosaga kelish, boshqalarga motivatsiya berish kabi ko'nikmalar rivojlanadi. Bunday ijtimoiy tajriba talabaga nafaqat lider bo'lish imkoniyatini beradi, balki o'ziga nisbatan ishonchni, ijtimoiy mas'uliyatni, hissiy barqarorlikni ham mustahkamlaydi. Natijada, liderlik faqat lavozim yoki maqom emas, balki psixologik tayyorgarlik darajasi sifatida shakllanadi.

Liderlikning shakllanishida o'z-o'zini anglash va refleksiya qilish qobiliyatining o'rni beqiyos. Talaba o'zining qobiliyatlari, zaif tomonlari, shaxsiy qadriyatlari va maqsadlarini tushunib olgan sari, o'z harakatlariga ongli ravishda yo'naltirish kiritadi. Bu jarayonda talaba o'zini lider sifatida ko'ra olishi, ya'ni "liderlik identifikatsiyasi" paydo bo'ladi. Psixologik nuqtayi nazardan, bu ichki identifikatsiya tashqi ta'sirga qaraganda mustahkamroq asosga ega bo'lib, shaxsni o'ziga xos, barqaror liderga aylantiradi. Refleksiya qila oladigan talaba doimiy ravishda o'z ustida ishlaydi, boshqalarning fikrini inobatga oladi va liderlik sifatlarini takomillashtiradi.

Shuningdek, liderlik sifatlarining shakllanishida ijtimoiy-madaniy muhit, oila tarbiyasi, ta'lim muassasasining roli ham muhim o'rin tutadi. Psixologik jihatdan olganda, talaba o'z atrofida qanday ijtimoiy qadriyatlar hukmron bo'lsa, ularga mos ravishda o'z xatti-harakatlarini shakllantiradi. Raqobatbardosh va tashabbuskor shaxslarni qadrlaydigan muhitda liderlik sifati tezroq shakllanadi. Aksincha, passivlikka yo'l qo'yadigan, fikr bildirishni cheklovchi muhitda esa bu salohiyat to'liq namoyon bo'lmasligi mumkin. Shuning uchun oliy ta'lim muassasalarida psixologik qo'llab-quvvatlov, ijtimoiy faollik uchun sharoit yaratish orqali talabalarning liderlik imkoniyatlarini ochib berish zarur.

Muhokamani yakunlar ekanmiz, shuni ta'kidlash lozimki, liderlik sifatleri har bir talabada har xil darajada bo'lishi mumkin, ammo bu fazilatlarni rivojlantirish imkoniyati barchada mavjud. Psixologik determinantlar – shaxsiy motivatsiya, o'z-o'zini anglash, muloqotga tayyorlik, ijtimoiy faollik va psixologik moslashuvchanlik – liderlikning shakllanishi uchun asosiy omillardir. Har bir talaba o'z imkoniyatlarini chuqur tushunib, ulardan ongli foydalanishga o'rgatilsa, u o'z hayotining nafaqat lideri, balki jamiyatda ijobiy o'zgarishlar yetakchisi bo'lishi mumkin. Bu jarayon, albatta, individual rivojlanish va psixologik qo'llab-quvvatlov orqali bosqichma-bosqich amalga oshiriladi.

Xulosa. Liderlik talabalarning psixologik rivojlanishida asosiy shaxsiy fazilatlardan biri hisoblanadi. U shaxsning tashabbuskorligi, mustaqil fikrlashi, o'z nuqtai nazarini erkin ifoda eta olishi va jamoadagi faolligi orqali shakllanadi. Talabalik yillari shaxsiy shakllanishning eng faol bosqichi bo'lgani sababli, aynan shu davrda liderlik salohiyatini aniqlash va rivojlantirish uchun qulay psixologik sharoit yaratiladi. Bu jarayon shaxsiy o'zini anglash, o'z ustida ishlash, psixologik barqarorlik va ijtimoiy muhitga uyg'unlashish bilan chambarchas bog'liq bo'lib, liderlikni har tomonlama shakllantiradi.

Liderlik sifatlarining shakllanishi birlamchi genetik yoki tug'ma omillar bilan emas, balki psixologik va ijtimoiy ta'sirlar, muhit va faoliyat orqali shakllanadi. Talabaning liderlik qobiliyatlari, asosan, amaliyotda – guruhii loyihalar, bahs-munozaralar, jamoaviy topshiriqlar hamda ijtimoiy tashabbuslar orqali rivojlanadi. Bu esa ta'lim muassasalari tomonidan yaratiladigan pedagogik va psixologik muhitning ahamiyatini oshiradi. Psixologik yondashuvga

ko'ra, talabalarning liderlik ko'nikmalari faqat bilim orqali emas, balki shaxsiy tajriba, o'z-o'zini sinovdan o'tkazish va ijtimoiy faoliyat orqali rivojlanadi.

Liderlikning shakllanishida psixologik determinantlar – o'z-o'zini anglash, o'ziga bo'lgan ishonch, emotsional intellekt va kommunikativ ko'nikmalarning mavjudligi muhim rol o'ynaydi. O'z shaxsiyatini to'liq anglay olgan, hissiyotlarini boshqara oladigan, boshqalar bilan sog'lom muloqot qila oladigan talaba liderlik fazilatlarini barqaror ravishda rivojlantiradi. Shuningdek, bu ko'nikmalar nizolarni konstruktiv tarzda hal qilish, qaror qabul qilish, motivatsiyalash kabi rahbarlik faoliyatining tarkibiy qismlarini samarali amalga oshirishga imkon beradi. Demak, psixologik jihatdan barqaror va ijtimoiy jihatdan faolligi yuqori bo'lgan shaxslar liderlikka eng munosib nomzodlardir.

Liderlik nafaqat jamoadagi ustunlik yoki yetakchilik degani emas, balki boshqalarni ilhomlantira olish, ularni umumiy maqsad sari birlashtirish va mas'uliyatni o'z zimmasiga olish qobiliyatidir. Psixologik tahlillar shuni ko'rsatadiki, haqiqiy lider shaxs o'zining kuchli va zaif tomonlarini biladi, o'zini ham, boshqalarni ham boshqara oladi va ijtimoiy ta'sir ko'rsatish qobiliyatiga ega. Bu fazilatlar oliy ta'lim muassasalarida, xususan, ijtimoiy-psixologik treninglar, yetakchilik mashg'ulotlari, mentorlik dasturlari orqali samarali rivojlantiriladi. Shu sababli, ta'lim muassasalari psixologik jihatdan qulay va rivojlantiruvchi muhit yaratishga alohida e'tibor qaratishi zarur.

Bugungi globallashuv va raqobatbardosh jamiyatda liderlik shaxsiy muvaffaqiyatning emas, balki ijtimoiy barqarorlik va taraqqiyotning asosiy omillaridan biri sifatida namoyon bo'lmoqda. Talabalar orasida liderlik salohiyatini aniqlash va uni rivojlantirish orqali jamiyatga mas'uliyatli, intellektual va ijtimoiy jihatdan faol shaxslar yetishtiriladi. Psixologik yondashuvlar shuni ko'rsatadiki, har bir talaba yetakchi bo'lish salohiyatiga ega va bu salohiyat to'g'ri yo'naltirilsa, u ijtimoiy o'zgarishlarga sabab bo'luvchi muhim kuchga aylanishi mumkin. Shunday ekan, liderlikni shakllantirishga yo'naltirilgan psixologik va pedagogik ishlar zamonaviy ta'limning ajralmas qismi bo'lishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Бандура А. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений. – М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. – 346 с.
2. Бандура А, Уолтерс Р Подростковая агрессия: Изучение влияния воспитания и семейных отношений. М: «Эксмо пресс» 2000. – 49 с.
3. Пиаже Ж. теория, эксперименты, дискуссия / Под ред. Л. Ф. Обухова и Г. В. Бурменской. - Изд. Академика, 2001. – 456 с.
4. Майерс, Д. Социальная психология / Д. Майерс. - СПб.: Питер, 2018. - 800 с.
5. Зиёмухаммедов Б., Исмоилов Ф. Баркамол авлодни вояга етказиш сирлари. – Т.: Сано-стандарт, 2011. – 72 б.

Olimov Laziz Yarashovich
Buxoro davlat universiteti
Psixologiya kafedrası professori,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
Toshpo'latova Ma'rifat Baxrom qizi
Buxoro davlat universiteti
Psixologiya mutaxassisligi 1-bosqich magistranti

**TALABA QIZLARNING OILAVIY HAYOTDAGI O'ZGARISHLARGA
MOSLASHISHIDAGI IJTIMOIIY - PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI**

Annotatsiya: Ushbu maqolada, talaba qizlarning nafaqat ta'lim olish jarayoni, ularning kelajakdagi oilaviy hayotga tayyorgarligini oshirish va yangi oilaviy hayotga moslashuv jarayoni ilmiy jihatdan o'rganilgan. Shuningdek, maqolada, talaba qizlarning ta'lim olish jarayonidagi, kelajakdagi oilaviy hayotga tayyorgarligini oshirishdagi muhim ijtimoiy-psixologik va pedagogik muammolar tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Oila, ijtimoiy hayot, moslashuvchanlik, ijtimoiy rivojlanish, shaxsiy munosabatlar, individuallik.

Аннотация: В данной статье научно исследуется не только процесс обучения студенток, но и процесс повышения их готовности к будущей семейной жизни и адаптации к новой семейной жизни. Также в статье анализируются важные социально-психологические и педагогические проблемы в процессе обучения студенток, в повышении их готовности к будущей семейной жизни.

Ключевые слова: Семья, социальная жизнь, гибкость, социальное развитие, личные отношения, индивидуальность.

Abstract: In this article, not only the educational process of female students is scientifically studied, but also the process of increasing their readiness for future family life and adaptation to new family life. The article also analyzes important socio-psychological and pedagogical problems in the educational process of female students, increasing their readiness for family life in the future.

Keywords: Family, social life, adaptability, social development, personal relationships, individuality.

Kirish. Zamonaviy jamiyatda talaba qizlarning nafaqat ta'lim olish jarayoni, balki ularning kelajakdagi oilaviy hayotga tayyorgarligi ham muhim ijtimoiy-psixologik va pedagogik muammolardan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Ayniqsa, oliy ta'lim muassasalarida tahsil olayotgan yosh ayollar – talaba qizlar uchun, ilmiy, kasbiy va ijtimoiy rivojlanish bilan bir qatorda, bo'lajak oilaviy hayotga ruhiy, emotsional va ijtimoiy moslashuv jarayoni murakkab va ko'p qirrali jarayon hisoblanadi.

Bugungi kunda jamiyatda ijtimoiy rol va qadriyatlarning o'zgarishi, gender tenglik haqidagi tushunchalarning kengayishi, yosh oilalarda mas'uliyat, muomala madaniyati va iqtisodiy mustaqillik kabi omillar talaba qizlarning oilaviy hayotga kirishishida yangicha yondashuvlarni talab qilmoqda. Aynan shu jarayonda pedagogik-psixologik determinantlar, ya'ni talaba qizlarning oilaviy hayotdagi o'zgarishlarga qanday moslasha olishini belgilovchi psixologik va pedagogik omillar katta ahamiyat kasb etadi.

Moslashuv tushunchasi, ayniqsa, psixologiyada insonning yangi muhitga, yangi rollarga, o'zgaruvchan sharoitlarga moslasha olish layoqati sifatida qaraladi. Talaba qizlarning turmushga chiqishi, yangi ijtimoiy rol – rafiq, kelin, ona kabi funksiyalarni bajarishga tayyor bo'lishi ko'plab ichki va tashqi determinantlar bilan belgilanadi. Bu determinantlarga quyidagilar kiradi: shaxsiy xususiyatlar (moslashuvchanlik, stressga chidamlilik, emotsional barqarorlik), ijtimoiy kompetensiyalar (muloqot madaniyati, muammolarni hal qilish qobiliyati), oilaviy qadriyatlar, diniy-ma'naviy tayyorgarlik, shuningdek, ta'lim muassasasidagi ma'naviy-ma'rifiy ishlarning samaradorligi.

Shu nuqtai nazardan qaralganda, talaba qizlar uchun ta'lim jarayoni faqat kasb-hunar egallash vositasi emas, balki ularni har tomonlama yetuk, mustaqil qaror qabul qila oladigan, ijtimoiy-psixologik jihatdan barqaror, oilaviy hayotga tayyor shaxs sifatida shakllantirish vositasi bo'lishi zarur. Bu yerda o'qituvchi-psixologlar, kuratorlar va ta'lim muassasasining umumiy tarbiya tizimi muhim o'rin tutadi.

Shuningdek, zamonaviy oila institutida yuz berayotgan o'zgarishlar – gender rollarning moslashuvi, nikohga kirish yoshining ortib borishi, ayollarning iqtisodiy mustaqilligi va ta'lim olishga intilishi kabi ijtimoiy omillar talaba qizlarning ruhiy tayyorgarligini shakllantirishda yangi yondashuvlarni talab etadi. Oila qurish faqat shaxsiy qaror emas, balki ijtimoiy majburiyat sifatida ham qaralayotgani, talaba qizlardan katta psixologik tayyorgarlikni talab qiladi.

Xulosa qilib aytganda, talaba qizlarning oilaviy hayotga moslashuv jarayonini chuqur tushunish, bu jarayonga ta'sir qiluvchi pedagogik va psixologik determinantlarni aniqlash, ularni ta'lim tizimiga integratsiyalash – zamonaviy pedagogika va psixologiyaning dolzarb vazifalaridandir. Bu esa, talaba qizlarning nafaqat shaxsiy, balki ijtimoiy hayotda ham muvaffaqiyatli bo'lishini ta'minlovchi muhim asoslardan biri hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Talaba qizlarning oilaviy hayotdagi o'zgarishlarga moslashishiga ta'sir qiluvchi pedagogik-psixologik determinantlar turli ilmiy tadqiqotlar va nazariyalar asosida o'rganilgan. Bu muammoning mohiyati, asosan, ijtimoiy, psixologik, va pedagogik omillarga bog'liqdir. Talaba qizlarning oilaviy hayotga moslashuvi, ularning psixologik tayyorgarligi, shaxsiy rivojlanish darajasi va ijtimoiy ko'nikmalari bilan chambarchas bog'liqdir. Quyidagi adabiyotlarda talaba qizlarning o'zgarishlarga moslashuvi uchun muhim bo'lgan pedagogik-psixologik determinantlar ko'rib chiqiladi.

Shaxsiyatni rivojlantirish va unga ta'sir etuvchi omillar masalasi psixologiyada keng o'rganilgan. Erik Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasiga ko'ra, o'smirlarlik va yosh kattalik davrlari shaxsiyatni shakllantirishda muhim o'rin tutadi. O'smirlarlik va talaba yoshi, ya'ni 18–25 yosh oralig'i, shaxsiyatni mustahkamlash, o'z kimligini aniqlash va o'zgarish bilan o'zaro munosabatlarni shakllantirish uchun muhim bosqich hisoblanadi. Bu davrda shaxsiyatning asosiy atributlari – ijtimoiy moslashuvchanlik, stressga chidamlilik, hissiy barqarorlik, o'zini anglash va o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalari shakllanadi. Talaba qizlar o'zlarining bo'lajak oilaviy hayoti uchun tayyorlanish jarayonida aynan shu ko'nikmalarni rivojlantiradilar.

Lev Vigotskiyning ijtimoiy o'rganish nazariyasiga ko'ra, o'smirlar va yoshlar, jumladan talaba qizlar, ijtimoiy muhit orqali o'rganadilar. Oilaviy munosabatlar, ota-onalar va yaqin kishilar bilan bo'lgan muloqot talaba qizlarning dunyoqarashini, qadriyatlarini va oila institutiga bo'lgan munosabatini shakllantiradi. Vigotskiy nazariyasida ta'kidlanganidek, o'smirlarning shaxsiy rivojlanishi uchun ijtimoiy muhit – ota-onalar, do'stlar, guruhdagi tengdoshlar va o'qituvchilar kabi ijtimoiy guruhlarning o'rni katta. Jamiyatdagi o'zgarishlarga moslashish va oilaviy hayotga tayyorlanish jarayonida talaba qizlar ijtimoiy va oilaviy tizimdan olingan tajribalarni hisobga olib, o'zgarishlarga moslashuvni ta'minlaydilar.

Zamonaviy jamiyatda gender rollarining o'zgarishi talaba qizlarning oilaviy hayotga tayyorgarligiga ta'sir etuvchi muhim faktor hisoblanadi. Xoffmanning ijtimoiy rol nazariyasiga ko'ra, shaxsning jamiyatdagi roli va uning o'ziga xos xulq-atvori ijtimoiy ta'sirlar orqali shakllanadi. Talaba qizlar, o'zlarining jamiyatdagi o'rni va oilaviy rolini anglashda, gender rollarini qayta ko'rib chiqishlari, o'zlarini rafiqa, kelin va ona kabi oilaviy rollarda tasavvur qilishlari kerak bo'ladi. Ular bu jarayonda ijtimoiy rollarni o'rganish, roldan kelib chiqadigan mas'uliyatni qabul qilish va oilaviy qadriyatlarni shakllantirishga harakat qiladilar.

Daniel Golemanning emotsional intellekt nazariyasi talaba qizlarning o'zgarishlarga moslashishida muhim rol o'ynaydi. Ularning emotsional barqarorligi, o'z hissiyotlarini boshqarish qobiliyati, boshqalar bilan to'g'ri munosabatda bo'lish ko'nikmalari va stressga qarshi turish kuchi – bularning barchasi oilaviy hayotga muvaffaqiyatli moslashish uchun zarur bo'lgan psixologik determinantlardir. Talaba qizlar bu ko'nikmalarni o'zlashtirgan holda, oila qurishda yuzaga keladigan psixologik va emotsional yuklarni boshqarishga tayyor bo'ladilar.

Pedagogik nuqtai nazardan, talaba qizlarning oilaviy hayotga tayyorligi, ularning ijtimoiy va ma'naviy tayyorgarliklari bilan ham bog'liqdir. David Kolbning tajriba asosida o'rganish nazariyasiga ko'ra, ta'lim jarayonida talaba o'z tajribasini boshqalar bilan baham ko'rish va turli ijtimoiy vaziyatlarga moslashish orqali yangi bilim va ko'nikmalarni o'zlashtiradi. Talaba qizlar o'qish jarayonida kommunikatsiya, empatiya, o'zaro yordam va muammolarni hal qilish kabi ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantiradilar. Ushbu ko'nikmalar, o'z navbatida, oilaviy hayotdagi o'zgarishlarga moslashishda muhim ahamiyatga ega.

O'smirlar va yoshlarning, jumladan talaba qizlarning oilaviy hayotga tayyorgarligi, madaniy va diniy qadriyatlar bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Boulbining bog'lanish nazariyasi o'smirlarning ijtimoiy va oilaviy tizimga bo'lgan yondashuvini va o'zaro munosabatlarini ta'sir qiladi. Oila a'zolari va jamiyatdagi madaniy-normativ tizimlar talaba qizlarning oilaviy hayotga nisbatan

qarashlarini shakllantiradi va ular oilaviy rolda o'zlarini qanday tutishlari, qanday qadriyatlarini qadrlashlari haqida yo'nalish beradi.

Talaba qizlarning oilaviy hayotdagi o'zgarishlarga moslashuviga xizmat qiladigan pedagogik-psixologik determinantlar keng va ko'p qirrali bo'lib, ularning shaxsiy, ijtimoiy va psixologik rivojlanishlari bilan bog'liqdir. Shaxsiyatning mustahkamlanishi, ijtimoiy va oilaviy muhitning ta'siri, gender rollarini qabul qilish, emotsional barqarorlik, pedagogik tayyorgarlik va diniy-ma'naviy ta'sirlar bu jarayondagi asosiy determinantlardir. Talaba qizlarning oilaviy hayotga muvaffaqiyatli moslashuvi uchun bu omillarni hisobga olish va ta'lim jarayonida ular bilan ishlash muhim ahamiyatga ega.

Muhokama. Talaba qizlarning oilaviy hayotdagi o'zgarishlarga moslashuvini ta'minlovchi pedagogik-psixologik determinantlar ularning shaxsiy, ijtimoiy, emosional va kognitiv rivojlanishlariga ta'sir qiluvchi bir qator omillardan iborat. O'smirlik va yosh kattalik davri talaba qizlar uchun nafaqat ta'lim olish, balki ijtimoiy va psixologik integratsiya, yangi ijtimoiy rollarga moslashish va kelajakdagi oilaviy hayotga tayyorlanish jarayoni bo'lib xizmat qiladi. Bu davrda o'smirlarning va yoshlarning qaror qabul qilish qobiliyatlari, o'zini anglash, o'zaro munosabatlar o'rnatish va ijtimoiy rollarni qabul qilish ko'nikmalari muhim ahamiyatga ega. Quydagi muhokama, talaba qizlarning oilaviy hayotga moslashish jarayonini chuqurroq tahlil qilishni maqsad qiladi.

Talaba qizlarning oilaviy hayotga moslashishining birinchi va eng muhim omili shaxsiyat va psixologik tayyorgarlikdir. Shaxsiyatning shakllanishi, uning mustahkamlanishi va rivojlanishi o'smirlik va yosh kattalik davrida amalga oshadi. Erik Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasiga ko'ra, yoshlarni shakllantiruvchi asosiy bosqichlardan biri «intimlik va izolyatsiya» bosqichi hisoblanadi, bu davrda yoshlar o'zini aniqlash va boshqalar bilan yaqin munosabatlar o'rnatishga intilishadi. Talaba qizlarning shaxsiy rivojlanishida oilaviy hayotga tayyorgarlikning ahamiyati katta, chunki oila o'zida yaqin va doimiy munosabatlarni, mas'uliyat va ehtiyotkorlikni taqozo etadi. O'zini anglash va o'z-o'zini hurmat qilishning rivojlanishi bu jarayonda talabalar uchun muhim psixologik determinantlar hisoblanadi.

Talaba qizlarning oilaviy hayotga moslashuvi jarayonida ijtimoiy ko'nikmalar va kommunikatsiya qobiliyatlari muhim rol o'ynaydi. Lev Vigotskiyning ijtimoiy o'rganish nazariyasiga ko'ra, ijtimoiy muhit va tengdoshlardan olingan tajriba talaba qizlarning rivojlanishiga bevosita ta'sir qiladi. Talaba qizlar o'zlarining oilaviy rolini to'g'ri qabul qilish uchun o'qish jarayonida o'rgangan ijtimoiy ko'nikmalarini qo'llashlari kerak. Bu ko'nikmalar orasida muloqot, o'zaro hurmat, konfliktlarni hal qilish va o'z hissiyotlarini boshqarish kabi ko'nikmalar mavjud. Yaxshi rivojlangan ijtimoiy ko'nikmalarga ega bo'lgan talaba qizlar oilaviy hayotda muammolarni samarali hal qilishga qodir bo'ladilar.

Ijtimoiy muhit, xususan, ota-onalar, do'stlar va o'qituvchilar bilan bo'lgan munosabatlar talaba qizlarning dunyoqarashini shakllantiradi. Oilaviy hayotga tayyorgarlik jarayonida ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish, nafaqat ta'lim jarayonida, balki oilada ham to'g'ri va samarali munosabatlar o'rnatish uchun zarurdir.

Talaba qizlarning oilaviy hayotga moslashuvini ta'sir qiluvchi yana bir muhim determinant – gender rollarini qabul qilish va tushunishdir. Xoffmanning ijtimoiy rol nazariyasiga ko'ra, har bir shaxs jamiyatda o'ziga xos ijtimoiy rollarga ega bo'lib, ularni bajarish jarayonida jamiyat tomonidan kutilayotgan xulq-atvorni amalga oshiradi. Talaba qizlar oilaviy hayotga kirishdan avval, oila ichidagi gender rollarni tushunish va o'zlarini bu rollarda tasavvur qilishlari zarur. O'smirlarning va yoshlarning o'zaro munosabatlarida gender tengligi, mas'uliyatlarni bo'lishish va qaror qabul qilishda teng huquqlilik masalalari katta ahamiyatga ega.

Shuningdek, talaba qizlarning oilaviy hayotga moslashuvi, ularning gender rollariga nisbatan fikrlari va oilaviy qadriyatlarga bo'lgan munosabatlaridan ham aniq tarzda bog'liqdir. Jamiyatdagi gender tenglikka bo'lgan yangi yondashuvlar, talaba qizlarning oilaviy rollarni o'zlashtirishda mustahkam asos yaratadi.

Talaba qizlarning oilaviy hayotga muvaffaqiyatli moslashuvi, ularning emotsional barqarorligi va stressni boshqarish qobiliyatiga ham bog'liqdir. Daniel Golemanning emotsional

intellekt nazariyasiga ko'ra, o'z hissiyotlarini anglash, boshqalar bilan emotsional munosabatlarni boshqarish va stressni samarali tarzda boshqarish talaba qizlarning oilaviy hayotga tayyorgarligi uchun zarur psixologik determinantlar hisoblanadi. Talaba qizlar, o'zlarining emotsional holatini boshqarish qobiliyatiga ega bo'lganda, oilaviy hayotdagi o'zgarishlarga nisbatan ijobiy va barqaror munosabatda bo'lishadi. O'z hissiyotlarini boshqarish va turli stressli vaziyatlarda xotirjam qolish oiladagi muammolarni hal qilishda yordam beradi.

Ta'lim jarayonida o'qituvchilarning roli ham talaba qizlarning oilaviy hayotga tayyorlanishida muhimdir. David Kolbning tajriba asosida o'rganish nazariyasiga ko'ra, ta'lim jarayoni talaba qizlarning hayotiy tajribalarini oshirishi va turli vaziyatlarga moslashish qobiliyatini rivojlantirishi kerak. Ta'lim muassasalarida o'qituvchilar o'z faoliyatlarida nafaqat kasbiy bilimlarni o'rgatish, balki talaba qizlarning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishini ham qo'llab-quvvatlashlari zarur. O'qituvchilar va pedagoglar, talaba qizlarning oilaviy hayotga tayyorlanishida, shuningdek, oilaviy qadriyatlarni tushuntirish va o'zgarishlarga qanday moslashish kerakligini o'rgatish orqali ularga yordam berishlari mumkin.

Talaba qizlarning oilaviy hayotga muvaffaqiyatli moslashuvini ta'minlashda pedagogik-psixologik determinantlar, jumladan, shaxsiyat, ijtimoiy ko'nikmalar, gender rollarini tushunish, emotsional barqarorlik va stressni boshqarish qobiliyatlari o'ta muhimdir. Talaba qizlar bu jarayonda o'zgaruvchan jamiyat va oilaviy qadriyatlar bilan uzviy bog'langan psixologik va pedagogik tayyorgarlikka ega bo'lishlari kerak. Ularning oilaviy hayotga tayyorlanishida ta'lim muassasalarining ahamiyati kattadir, chunki ular nafaqat kasbiy bilimlarni, balki shaxsiy va ijtimoiy ko'nikmalarni ham rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi.

Xulosa. Talaba qizlarning oilaviy hayotdagi o'zgarishlarga moslashishiga xizmat qiladigan pedagogik-psixologik determinantlar keng va ko'p qirrali bo'lib, ular shaxsiy, ijtimoiy, emotsional va kognitiv omillarni o'z ichiga oladi. O'smirlik va yosh kattalik davri talaba qizlar uchun o'z-o'zini anglash, ijtimoiy rol va mas'uliyatlarni qabul qilish, yangi muhitga moslashish kabi muhim jarayonlarni o'z ichiga oladi. Ushbu davrda talaba qizlarning oilaviy hayotga tayyorligi, asosan, quyidagi omillarga bog'liqdir:

Shaxsiyat va psixologik tayyorgarlik: Talaba qizlarning oilaviy hayotga moslashuvini ta'minlaydigan birinchi determinant bu ularning psixologik tayyorgarligi va shaxsiyatini rivojlantirishdir. Shaxsiy rivojlanish, o'zini anglash, o'z-o'zini hurmat qilish va mustahkam shaxsiyat talaba qizlarning oilaviy hayotdagi mas'uliyatlarni qabul qilishiga yordam beradi.

Ijtimoiy ko'nikmalar: Talaba qizlarning oilaviy hayotga moslashish jarayonida ijtimoiy ko'nikmalarning roli juda katta. O'zaro muloqot, o'z hissiyotlarini boshqarish, konfliktlarni hal qilish va boshqalar bilan to'g'ri munosabatlar o'rnatish qobiliyati talaba qizlarning hayotdagi o'zgarishlarga muvaffaqiyatli moslashishiga imkon yaratadi.

Gender rollarini qabul qilish: Oilaviy hayotda o'smir qizlarning oiladagi roli, mas'uliyatlarini tushunish va gender rollarni qabul qilish ham muhim omildir. Bu jarayonda ijtimoiy va madaniy qadriyatlar ta'sir qiladi, talaba qizlarning oilada qanday rol o'ynashlarini belgilaydi.

Emotsional barqarorlik va stressni boshqarish: Talaba qizlarning emotsional barqarorligi va stressni boshqarish qobiliyati oilaviy hayotdagi o'zgarishlarga qarshi barqarorlikni ta'minlaydi. O'z hissiyotlarini boshqarish va turli stressli vaziyatlarda xotirjam qolish muhim psixologik ko'nikmalardir.

Pedagogik tayyorgarlik: Talaba qizlarning o'zgarishlarga moslashishi ta'lim jarayonida olingan bilim va ko'nikmalar bilan chambarchas bog'liqdir. Pedagogik ta'lim talaba qizlarga oilaviy hayotdagi mas'uliyatlarni o'z zimmasiga olish, ijtimoiy rollarni tushunish va ularga tayyorlanish bo'yicha zaruriy ko'nikmalarni beradi.

Shu bilan birga, ta'lim muassasalarida talaba qizlarga nafaqat kasbiy bilimlarni, balki shaxsiy va ijtimoiy ko'nikmalarni ham rivojlantirishda yordam berish zarur. Ularning oilaviy hayotga tayyorlanishida oilaviy qadriyatlar, ijtimoiy me'yorlar va pedagogik ta'limning ahamiyati katta.

Xulosa qilib aytganda, talaba qizlarning oilaviy hayotdagi o'zgarishlarga muvaffaqiyatli moslashishi uchun psixologik tayyorgarlik, ijtimoiy ko'nikmalar, gender rollarni qabul qilish, emotsional barqarorlik va pedagogik ta'limning integratsiyalashgan tizimi zarur. Bu determinantlar o'zaro chambarchas bog'liq bo'lib, talaba qizlarning o'zgarishlarga moslashishida muhim o'rin tutadi. Ta'lim muassasalarining ushbu jarayonda faolligi va pedagogik yondashuvlarning samarali amalga oshirilishi talaba qizlarning oilaviy hayotga muvaffaqiyatli moslashishiga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Qosimova S.B. "Talabalarni manipulyatsion ta'sirlardan himoya qilishning o'ziga xos ijtimoiy-psixologik xususiyatlari" mavzusidagi dissertatsiya ishi. - Buxoro., 2023. – 90 b.
2. Ismatova D.T. Oilaviy munosabatlarda emotsional zo'riqishlarni korrektsiyalashning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari (o'smirlar misolida) mavzusidagi dissertatsiya ishi. - Buxoro., 2022. – 55 b.
3. Выготский Л.С. Мышление и речь // Собр. соч. в 6 т. М., 1982.
4. T. Xalilova N.I. O'smirlik davrida o'zini o'zi nazorat qilish shakllanishining psixologik xususiyatlari. Psixologiya fanlari nomzodi ilmiy darajacini olish uchun yozilgan dissertatsiyasi. Toshkent – 2010. - 156 b.
5. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М., 1996. - 344 с. 6. – 320 с.
6. Бандура А. Теория социального научения. – СПб.: Евразия, 2000.

Ahmadjonova Nargizaxon Adiljanovna

Alfraganus Universiteti Pedagogika psixologiya kafedrası dotsenti psixol.f.f.d. (PhD)

Yulchiyeva Shoxsanam Dilshod qizi

Alfraganus Universiteti Pedagogika va psixologiya yo'nalishi 3-kurs talabasi

[tel.900414019](tel:900414019)

HARBIY XIZMATCHI SHAXSIDAGI VATANPARVARLIK HIS-TUYG'ULARINI IJTIMOY-PSIXOLOGIK TAHLILI

Annotasiya: Ushbu maqolada harbiy xizmatchi shaxsida vatanparvarlik his-tuyg'ularining diagnostikasi keltirilgan va harbiy xizmatchilarning faoliyatida ularning ahamiyati yoritilgan.

Kalit so'zlar: Vatanparvarlik, his-tuyg'ular, emotsional holatlar, yuksak ichki kechinmalar, intellektual his-tuyg'ular.

Аннотация: В данной статье представлена диагностика патриотических чувств в личности военнослужащего и отмечено их значение в деятельности военнослужащих.

Ключевые слова: Патриотизм, чувства, эмоциональные состояния, высшие внутренние переживания, интеллектуальные переживания.

Annotation: This article presents a diagnosis of patriotic feelings in the personality of a serviceman and notes their importance in the activities of military personnel.

Key words: Patriotism, feelings, emotional states, higher inner experiences, intellectual experiences.

Kirish. Harbiy xizmatchi shaxsida ma'naviy ruhiy holatining yuqori jihatlari ularning o'z hayoti va kuchini ayamadan davlatning tinchligi farovonligi iqtisodiy xavfsizligi uchun kurashayotganligi, o'zining xizmat burchiga fidoyiligi, Vataniga va xalqiga bo'lgan muhabbati bilan aniqlanadi.

Harbiy xizmatchi shaxsida emotsional kechinmalarning alohida shakli bu oliy his-tuyg'ulardir, bunda insoniyat munosabatlarining barcha boyliklari mujassamlashgan. Predmet sohasiga ko'ra ular tegishli bo'lgan his-tuyg'ularni axloqiy, estetik, intellektuallariga bo'linadi.

Axloqiy hislar deb, jamiyatdagi o'ylab topilgan me'yorlarga bo'layotgan hodisalar, insonlar tomonidan kechirilayotgan his-tuyg'ularni solishtirilganiga aytiladi. Bu his-tuyg'ularning namoyon bo'lishi shuni tahmin qiladiki, inson tomonidan o'zlashtirilgan me'yor va qoidalar, nimani yaxshi-yu nimani yomon deb bilish, nima haqiqatu nima yolg'onligida ko'rinadi. Burch, axloqiy me'yorlar jamiyatning tarixiy an'alariga, odatlari asosiy ideologiyasi va boshqalari orqali rivojlanishida yuzaga keladi va o'zgaradi.

Intellektual his-tuyg'ular harbiy xizmatchi shaxsida ma'lumotlarga, o'qishga qiziquvchanlik bildirishga jangovar texnikaga, qurollarga, harbiy xizmatning turli jihatlariga qiziqishda, muammoli vaziyatlar, vazifalarni qo'yilishida qarorni bildirishda rivojlanadi. Estetik emotsiya, his-tuyg'ularning rivojlanishi, har bir inson ajoyibotlarni egallashi va obyekt shakllarining va tarkibini estetik bahosini berish bilan bog'liqdir. Ushbu me'yorlar va baholar tushunchalar kabi dunyoqarashning asosida, madaniyatni egallashda, umumiy rivojlanishda ajoyibotlarni tushinishda yaraladi. Emotsiyalarni tasniflashdagi murakkablik shundaki, bir tomondan ko'rsatilgan emotsiya haqiqatan ham mustaqilmi yoki boshqasining sinonimimi, boshqa so'zlar bilan aytilganimi aniqlash qiyin, boshqa tomondan yangi emotsiyani so'z orqali ifodalash uning namoyon bo'lishi faqatgina darajasini (masalan, bezovtalanish, qo'rquv, dahshat) shunda namoyon bo'ladi.

Harbiy xizmatchi shaxsida his-tuyg'ularni tarbiyalash uchun his-tuyg'ularni tarbiyalashning psixologik va tashkiliy psixologik shart-sharoitlarini bilish lozim.

1. Turli-xil vaziyatlarda jumladan, jamoa bilan muloqot jarayonida, ekstremal vaziyatlarda, harbiy faoliyatga va xulq-atvorga ta'sir etuvchi emotsional holatlarni qo'llab quvvatlash;

2. Harbiy xizmatchilarning va bo'linmalarining har kungi o'qish faoliyatida oliy his-tuyg'ularni real namoyish etishiga sharoit, imkoniyat yaratish;

3. Boshliqlararo ishchilar orasida o'zaro hurmat, diqqat e'tiborli munosabatlarni insonparvarlik va subordinatsiya tamoyillariga asoslangan bo'ladi;

4. Harbiylar orasida do'stona munosabatlarning bo'lishi, jamoada sog'lom, axloqiy va psixologik muhitning mavjudligi;

5. Oldingi xizmat faoliyatida shart-sharoitlarda to'plangan emotsional-irodaviy malakalarni yana jonlanishi;

6. Bevosita janglarda va janglardan oldin jangovar vazifani bajarishda komandir va boshliqlarning faoliyatidagi harakatlarda jamoa bilan hamkorlikda harakat qilib o'ziga ishonch va tinchlikni ta'minlash;

7. Faol sharoitlarda amalga oshirilayotgan bo'linmalarining harbiy jamoalar bilan bo'ysinuvchilarni o'zaro shaxsiy aloqasini uzluksizligini ta'minlash;

8. Maksimal darajada jangovar vaziyat, holatga yaqinlashtirilgan jangovar faoliyatni (kelajakda) barcha elementlarini avtomatlashtirilgan darajagacha qayta ishlash. Shaxsiy tarkibda his-tuyg'ularni tarbiyalash quyidagi yo'l bilan amalga oshiriladi; - harbiy xizmatchilarni jangda g'alabaga erishishlarini ta'minlovchi mustahkam bilimlar bilan qurollashtirish, bu esa his-tuyg'ular darajasini tezda tiklanishga va psixologik barqarorlikka olib kelib, jangni ijobiy tomondan olib borishga yordam beradi. O'quv faoliyati his-tuyg'ularni mashqlantirishni to'liq amalga oshirib, jangovar vaziyatga aniqlashtirish.

Harbiy xizmatchi shaxsida emotsiyalar va his-tuyg'ularni shakllantrish, ularda siyosiy, tarixiy, ahloqiy va boshqa bilish va ma'lumotlarni oddiy o'qitish bilangina amalga oshmaydi. Bilimlarni egallash solishtirma olinganda tezroq yuz beradi, lekin emotsiyalar va his-tuyg'ular sekin o'zgaradi. Bilimlar bilan emotsiyalar o'rtasida uzilish minimal bo'lishi uchun, bilimlarni obrazli, emotsional, ishonarli bo'lib, mashg'ulotlarda jangchilarda chuqur kechinmalar va yuraklarida qaynoq hislarni uyg'otuvchi omillar va misollarni keltirish lozim. Shuningdek, amaliy mashg'ulotlarda jangchilarga yetarli darajada mustaqil fikrlashga, irodaviy va intellektual faollikni namoyon etishlari uchun olingan bilimlarni amalda qo'llay olishi kerak.

Harbiy xizmatchi shaxsida emotsiyalar va his-tuyg'ularning rivojlanishida va shakllanishida tinch kunlardagi va urush yillaridagi qahramonlarning oliy ma'naviy, ahloqiy qirralarini ochib beruvchi misollar keltirish katta ahamiyatga ega.

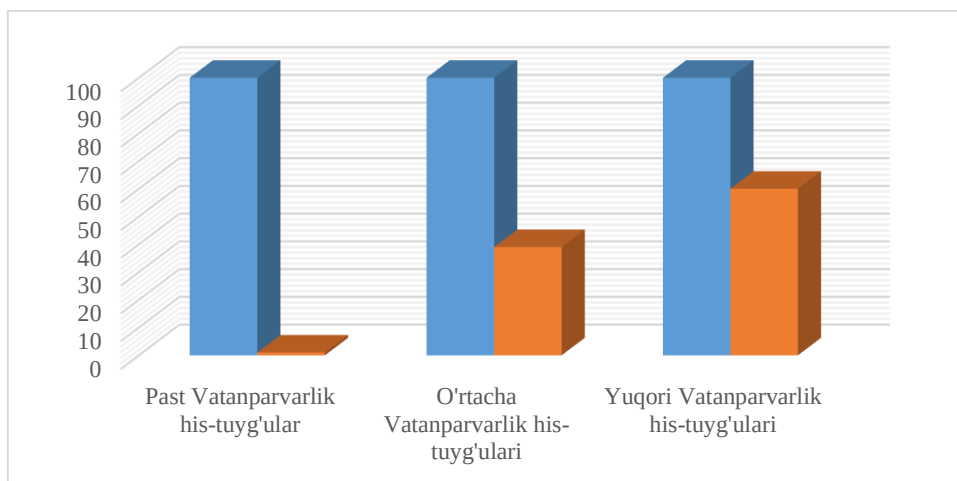
Axloqiy, estetik, intellektual his-tuyg'ularga ta'sir qahramonlarning qilgan ishlarini gapirganda shu davrdagi ahloqiy sifatlarni gapirib berish samarali ta'sirga ega. Oliy emotsiyalar va his-tuyg'ular barcha turdagi san'atni chaqirishga qodir teatr, musiqa, rasm, kino, ixtiro san'atlari. Emotsiyalar va his-tuyg'ular agarda harbiylarni hayotga real tadbqiq etilsa rivojlanadi va mustahkamlanadi. Shuning uchun, jangchilarda chaqirilgan emotsiyalar va his-tuyg'ularga ta'sir etish vositalari bilan amaliy faoliyatda namoyon etishga harakat qilish lozim. Emotsional holatlar harbiylarning jamoasida o'rtasida har kungi ayniqsa, boshliqlar va bo'ysinuvchilarning o'rtasidagi munosabatlarga bog'liq bo'ladi. Harbiyga nisbatan diqqat va e'tibor undagi eng yaxshi hislarni uyg'otish bilan birga ofitserning ko'rsatmalariga emotsional sezuvchanligini tarbiyaviy ta'sirini oshiradi. Jangchilarning axloqiy va estetik hislariga ijobiy ta'sir ularning kundalik hayotini to'g'ri tashkil etishga ham bog'liq.

Harbiy xizmatchi shaxsida emotsiyalar va his-tuyg'ular rivojlanishining yana bir turi o'z-o'zini tarbiyalash, o'z ustida ishlash yo'lida namoyon bo'ladi. O'z qilmishlarini to'g'ri baholash, yana ham yaxshiroq bo'lishni hojlash burchning hissiga, shaxsiy sha'niga, jamoani his etishga ijobiy ta'sir etadi. Kuchli iroda avvalo, jangovar vazifalarni muvaffaqiyatli bajarish uchun kerak. Aynan jangovar urinishlar insonning irodasiga salbiy ta'sir etuvchi turlicha omillarni o'z ichiga oladi. Xavf kasallikni, qo'rquvni, o'zini yo'qotib qo'yishni, chaqirishi mumkin. Berilgan jangovar vazifani muvaffaqiyatli bajarish uchun jangovar qurol va texnikani effektiv qo'llash, o'z xulq-atvorini boshqarish bilan birga jangchi o'zidagi salbiy his-tuyg'ularni yengishi va yo'qotishi lozim.

Harbiy xizmatchi shaxsida vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirish va uni baholashga o'rgatish harbiy xizmatchilarda Vatanga muhabbat, sadoqat, g'urur kabi yuksak hislar tarkib topishiga xizmat qiladi. Vatanga muhabbat, sadoqat, g'urur kabi yuksak hislar tarkib topishiga xizmat qiladi.

Quyida harbiy xizmatchilarning vatanparvarlik hissining shakllanganlik darajasini aniqlovchi mezonlar tizimi havola qilingan. Mazkur test-so'rovda his-tuyg'uning motivi (harakatga keltiruvchi turtki), irodaviy jabhasi (qat'iyatlilik), bilishga oid tomoni (kognitivlik), shaxslararo munosabatlarda xulq-atvorni boshqarish (regulyativlik) vazifasi qamrab olingan. Tadqiqotning obyekti sifatida tanlangan 100 nafar harbiy xizmatchilar ishtirok etdilar (Rasm-1).

Rasm-1



Rasm-1. Harbiy xizmatchilaridan olingan natijalar.

Olingan natijalarga ko'ra, 100 nafar tiglovchilardan 60 nafarida yuqori vatanparvarlik his-tuyg'ulari, 39 nafarida o'rtacha vatanparvarlik his-tuyg'ulari, shulardan, 1 nafarida past vatanparvarlik his-tuyg'ulari namoyon bo'ldi.

Xulosa qilib aytganda, harbiy xizmatchilarda o'zini fido qilish va qiyinchiliklarni yengib o'tish, qo'yilgan vazifani bajarish yuqori xavf-xatar bilan bog'liqligini inobatga olib, barcha jabhalardagi tarbiyaviy ishlarni ushbu xususiyatlarni rivojlantirishga qaratish lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

- 1.Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии/ Санкт-Петербург [и др.] (Мастера психологии). СПб.: Питер, 2015. - 705 с.
- 2.Ребер А. Большой толковый психологический словарь. – Москва.: Аст; Вече, 2001.- Т. 1. – 592 с.
- 3.G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya II-kitob. – Toshkent.: «Universitet», 2002.

Toirova Munavvar Murodullayevna

Buxoro davlat universiteti tayanch doktoranti

GLOBALLASHUV SHAROITIDA O'SMIRLAR SHAXSIDA MILLIY IDENTIKLIKNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Annotatsiya: Mazkur maqolada o'smirlik davrida milliy identiklikni shakllantirishning psixologik xususiyatlari tahlil etilgan. Maqolada o'smir shaxsining o'zligini anglash ehtiyoji, globallashuv sharoitida milliy qadriyatlar va ijtimoiy mansublikni saqlab qolish zaruriyati dolzarb muammo sifatida ko'rsatib berilgan. Shuningdek, milliy identiklikning shakllanishida madaniy meros, tarbiyaviy muhit, tarixiy xotira va axloqiy qadriyatlarning psixologik ta'siri yoritilgan.

Kalit so'zlar: milliy identiklik, o'smirlik davri, psixologik xususiyatlar, shaxs rivoji, globallashuv, qadriyatlar, o'zlikni anglash, tarbiya, madaniy meros, psixologik yondashuv.

Аннотация: В данной статье анализируются психологические особенности формирования национальной идентичности В подростковом возрасте. В статье в качестве актуальной проблемы указывается необходимость самореализации личности подростка, необходимость сохранения национальных ценностей и социальной принадлежности в условиях глобализации. Также освещается психологическое влияние культурного наследия, воспитательной среды, исторической памяти и нравственных ценностей на формирование национальной идентичности.

Ключевые слова: национальная идентичность, подростковый возраст, психологические особенности, развитие личности, глобализация, ценности, самосознание, воспитание, культурное наследие, психологический подход.

Annotation: This article analyzes the psychological features of the formation of national identity in adolescence. The article presents the need for self-awareness of a teenage personality, the need to maintain national values and social belonging in the context of globalization as an urgent problem. Also, in the formation of national identity, the psychological impact of cultural heritage, educational environment, historical memory and moral values is covered.

Keywords: national identity, adolescence, psychological characteristics, personality development, globalization, values, self-awareness, upbringing, cultural heritage, psychological approach.

Kirish. Bugungi globallashuv va xalqaro integratsiyalashuv jarayonlarining jadal sur'atlarda rivojlanishi o'smirlar ongida milliy qadriyatlar va shaxsiy identiklik masalasini psixologik jihatdan yangicha ko'rib chiqishni taqozo etmoqda. Jahon miqyosida yuz berayotgan ijtimoiy-siyosiy, axloqiy, iqtisodiy va madaniy o'zgarishlar insonning ichki dunyosi, ayniqsa, o'smir yoshdagi shaxsning o'zini anglash jarayoniga bevosita ta'sir qilmoqda. Shu bois, milliy identiklikning psixologik asoslarini shakllantirish, uni yoshlar ongida barqarorlashtirish bugungi kunda dolzarb vazifalardan biri bo'lib qolmoqda. YUNESKO tomonidan 2030-yilgacha mo'ljallangan xalqaro ta'lim strategiyalarida har bir xalq farzandining o'z madaniy ildizlariga sodiq qolishi, milliy axloqiy mezonlarga asoslangan ijtimoiylashtirishga jalb qilinishi zarurligi qat'iy ta'kidlanmoqda. Ayniqsa, o'smirlik davri – shaxsning identiklik tuyg'usi shakllanadigan bosqich hisoblanib, bu

jarayonda psixologik qo'llab-quvvatlash, motivatsion tizimlarni milliy ruhda shakllantirish va faoliyatni mazmunli yo'naltirish muhim ahamiyatga ega.

Adabiyotlar tahlili. O'zbekistonning boy ma'naviy-madaniy merosi o'smir avlodni milliy identiklik asosida tarbiyalashda bebaho manba bo'lib xizmat qiladi. Markaziy Osiyo mutafakkirlarining asarlari, xalq og'zaki ijodi va tarixiy qahramonlar hayoti o'smirlarga nafaqat o'zligini anglash, balki millatiga sadoqatli bo'lib kamol topish uchun kuchli psixologik zamin yaratadi. Bu borada akademik M.M.Xayrullayev ta'kidlaganidek, inson tarbiyasining maqsadi – axloq, odob, muomala, adolat va komillikka erishishga yo'l ochish, insonparvarlik va xalqparvarlik tuyg'ularini shakllantirishdan iboratdir. Aynan mana shunday yondashuv o'smir yoshidagi shaxsda milliy identiklikning mustahkam psixologik negizlarini shakllantiradi.

Milliy identiklik o'smirning ichki dunyosi, o'z “men”i va ijtimoiy muhit bilan aloqasining uyg'unligi natijasida paydo bo'ladi. Bu jarayonning asosi esa xalqimizning qadimiy madaniyati, ijtimoiy tafakkuri va Sharqona hayot tarzida yotadi. Sharq xalqlariga xos bo'lgan bosiqlik, tinchlikparvarlik, mehnatga e'tiqod va hayotga sinchkov qarash o'smirlar ongiga psixologik sabr, irodaviy mustahkamlik va axloqiy barqarorlikni singdirishda muhim omil bo'ladi. Bu jihatlarda o'smirning shaxsiy identitetini milliy qadriyatlar bilan uyg'un tarzda shakllanishiga xizmat qiladi.

O'zbek xalqining “Alpomish” dostonidagi vatanparvarlik, jasorat va sadoqat g'oyalari, “Shashmaqom”dagi ruhiy uyg'unlik va estetik qarashlar, tarixiy shaxslar – Spitamen, Jaloliddin Manguberdi, Amir Temur kabi qahramonlarning hayotiy yo'li orqali o'smir avlodida tarixiy ong va milliy faxr hissi shakllanadi. Bu esa shaxsda “men kimman?”, “qayerdanman?” kabi identiklikka doir savollarga javob topishda psixologik tayanch bo'lib xizmat qiladi. Aynan shu bosqichda o'smirlar o'z milliy kelib chiqishini anglaydi va o'zligini ongli ravishda qadrlay boshlaydi.

Buyuk Sharq mutafakkirlarining umuminsoniy g'oyalari ham o'smirlarda milliy identiklikni tarbiyalashda alohida o'rin tutadi. Xorazmiy, Beruniy, Forobiy, Ibn Sino, Alisher Navoiy, Ulug'bek, Bobur va Mashrab kabi allomalarning asarlarida ilgari surilgan ilm, axloq, komillik, insonparvarlik, mehr-shafqat, ijtimoiy adolat va haqiqatga intilish g'oyalari o'smirlarda mustahkam psixologik tayanch yaratadi. Shu asosda ular nafaqat o'zligini anglaydi, balki uni jamiyat foydasiga yo'naltira oladigan, ongli, komil shaxs sifatida shakllanadi.

Shuningdek, jadid-ma'rifatparvarlar – Abdulla Qodiriy, Abdulhamid Cho'lpon, Abdurauf Fitrat, Muhammadsharif So'fizoda kabi milliy ziyolilar faoliyati o'smirlarda o'zligini anglash, o'z qarashlarini shakllantirish va ijtimoiy mas'uliyat hissini rivojlantirishda kuchli motivatsion omilga aylanadi. Ularning faoliyati orqali milliy identiklik nafaqat madaniy meros sifatida, balki psixologik faoliyatning asosiy tamoyili sifatida qaralmoqda.

Muhokama. O'smirlik yoshi shaxs rivojining murakkab va qarama-qarshi kechadigan bosqichlaridan biri bo'lib, bu davrda identiklik — ya'ni o'zlikni anglash, milliy va ijtimoiy mansublikni his etish — shaxsning asosiy psixologik ehtiyojlaridan biriga aylanadi. Globallashuv, texnologik taraqqiyot va turli madaniyatlararo almashinuvlar kuchayib borayotgan hozirgi sharoitda o'smirlarda milliy identiklikni shakllantirish masalasi faqat pedagogik emas, balki chuqur psixologik muammoga ham aylangan. Bunday sharoitda o'smir shaxsida o'zligini anglash, o'z madaniy ildizlariga munosabat bildirish va shaxsiy dunyoqarashini mustahkamlash zaruriyati keskin ortadi.

Milliy identiklik faqat tarixiy xotira yoki milliy timsollarni bilish bilangina emas, balki o'smir shaxsining ichki psixik strukturasi singdiriladigan qadriyatlar majmuasi orqali shakllanadi. Bunga erishishda o'smirning tarbiyaviy muhit, madaniy-estetik ta'sirlar, urf-odatlar, axloqiy normalarga munosabati hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Shaxs o'zini ma'lum bir jamiyatning vakili sifatida qabul qilgan sari, unda ijtimoiy mas'uliyat, madaniy intizom, axloqiy mustahkamlik va kelajakka nisbatan aniq pozitsiya shakllanadi.

Sharqona qadriyatlar tizimi, xususan, mehnatga sadoqat, hayotni kamtarona kechirish, o'zini tiyish, sabr, bosiqlik kabi axloqiy fazilatlar o'smirlarning ruhiy barqarorligini mustahkamlashda muhim rol o'ynaydi. Bunday qadriyatlar asosida o'smirda shaxsiy mas'uliyat, do'stlik, birovga

yordam qo'lini cho'zish, halollik, adolat va bag'rikenglik singari psixologik mezonlar rivojlanadi. Aynan mana shu omillar milliy identiklikni psixik darajada o'zlashtirish uchun qulay zamin yaratadi.

Shuningdek, o'zbek xalqining madaniy merosi – xalq dostonlari, badiiy asarlar, tarixi shaxslar haqida hikoyatlar o'smirning emotsional-intellektual rivojiga, tarixiy ongining uyg'onishiga yordam beradi. O'smir bu orqali o'z ajdodlariga hurmat, vataniga mehr, o'zligiga sadoqat tuyg'ularini chuqur anglab yetadi. Bu esa milliy identiklikni his qilishdan tashqari, uni ongli ravishda saqlash, himoya qilish va rivojlantirishga ichki ehtiyoj uyg'otadi.

Muhim jihatlardan biri — o'smirning aqliy, estetik va ma'naviy ehtiyojlariga mos keladigan tarbiya usullarini qo'llashdir. Mazkur bosqichda yoshlar mustaqil fikr yurita boshlaydi, atrof-muhitga tanqidiy qaraydi, shaxsiy yo'lini tanlashga intiladi. Shu bois, ularga milliy qadriyatlarni singdirishda ta'lim va tarbiya jarayoni psixologik yondashuvlar asosida olib borilishi zarur. Bu orqali milliy o'zlikning shakllanishi ichki motivatsiyaga aylanishi mumkin.

Xulosa qilib aytganda, o'smirlik davri shaxsning milliy identikligini shakllantirish uchun eng muhim va mas'uliyatli bosqich hisoblanadi. Bu jarayonda faqat tashqi belgilar yoki tarixiy timsollar emas, balki ichki psixologik qadriyatlar majmuasi hal qiluvchi ahamiyatga ega bo'ladi. Milliy meros, madaniyat, axloqiy me'yorlar va ijtimoiy muhit o'smirning o'zligini anglashiga, shaxsiy pozitsiyasini shakllantirishiga zamin yaratadi. Shunday sharoitda psixologik yondashuvga asoslangan tarbiya usullari yosh avlodda milliy o'zlikni ongli ravishda qabul qilish va uni mustahkamlash imkonini beradi. Shu orqali o'smir o'zligini anglagan, madaniy ildizlariga sodiq va ijtimoiy jihatdan barqaror shaxs sifatida shakllanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Абу Наср Фаробий. Фазилат, бахт-саодат ва камолот ҳақида. Тошкент: Ёзувчи, 2001, -38 б
2. Мустақиллик: Изоҳли илмий-оммабоп луғат.-Т.: Шарқ, 1998. –Б. 239
3. Абу Райҳон Беруний. “Қадимги халқлардан қолган ёдгорликлар”. Тошкент: Фан, 1972.
4. Хайруллаев М.М. Хулоса. // Буюк сиймолар, алломалар (Ўрта Осиёлик машхур мутафаккир ва донишмандлар). К.1. –Т.: Халқ мероси, 1995. - Б.100.

Rajabov Pahlavon

Buxoro davlat universiteti 2-bosqich magistiri

YOSHLARDA MILLIY TARBIYA SHAKLLANISHINING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK OMILLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada yoshlarda milliy tarbiyaning shakllanish jarayoniga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar tahlil qilingan. Milliy o'zlikni anglash, tarixiy xotira, urf-odatlar va an'analar, oilaviy muhit, ta'lim tizimi hamda ommaviy axborot vositalarining roli kabi omillar milliy tarbiyaning shakllanishida muhim o'rin egallashi asoslab berilgan. Shuningdek, yoshlar ongida milliy qadriyatlarni shakllantirish va ularni ijtimoiy hayotga tadbiiq etish mexanizmlari psixologik yondashuvlar asosida yoritilgan. Maqola yoshlarning ma'naviy-ma'rifiy kamolotiga erishishida milliy tarbiyaning ahamiyatini ochib beradi.

Kalit so'zlar: milliy tarbiya, ijtimoiy omillar, psixologik omillar, yoshlar, milliy qadriyatlar, oila, ta'lim, ommaviy axborot vositalari, ma'naviy kamolot, milliy o'zlik.

Аннотация: В данной статье проанализированы социально-психологические факторы, влияющие на формирование национального воспитания у молодежи. Обоснована важная роль таких факторов, как национальная идентичность, историческая память, обычаи и традиции, семейная среда, система образования и средства массовой

информации в становлении национального воспитания. Также освещены механизмы формирования национальных ценностей в сознании молодежи и их применения в социальной жизни с позиции психологического подхода. Статья раскрывает значение национального воспитания в достижении духовно-нравственного совершенствования молодежи.

Ключевые слова: национальное воспитание, социальные факторы, психологические факторы, молодежь, национальные ценности, семья, образование, средства массовой информации, духовное развитие, национальная идентичность.

Abstract: This article analyzes the socio-psychological factors influencing the formation of national education among youth. It substantiates the essential role of factors such as national identity, historical memory, customs and traditions, family environment, education system, and mass media in shaping national upbringing. The mechanisms of instilling national values in young people's consciousness and their application in social life are examined through psychological approaches. The article highlights the significance of national upbringing in achieving the moral and spiritual development of youth.

Keywords: national education, social factors, psychological factors, youth, national values, family, education, mass media, spiritual development, national identity.

Kirish. Har qanday jamiyatning barqaror taraqqiyoti va ma'naviy yuksalishi, eng avvalo, uning yosh avlodiga berilayotgan tarbiyaning mazmuni va sifatiga bog'liq. Ayniqsa, globallashuv jarayonlari jadallashib borayotgan hozirgi zamonda yoshlarning milliy ongini, o'zlikni anglash tuyg'usini shakllantirish, ularni ajdodlar an'analariga hurmat ruhida tarbiyalash dolzarb masalaga aylanmoqda. Chunki yosh avlod jamiyatning ertangi taraqqiyotini belgilovchi asosiy ijtimoiy guruh bo'lib, ularning milliy qadriyatlarga munosabati – jamiyatning madaniy asoslarini mustahkamlashda hal qiluvchi omildir.

Yoshlar ongida milliy tarbiyani shakllantirish ko'plab ijtimoiy-psixologik omillar bilan uzviy bog'liq bo'lib, ular orasida oila muhitining beqiyos ta'siri, ta'lim tizimining ma'naviy yo'naltiruvchilik vazifasi, tengdoshlar guruhi orqali tarqaluvchi ijtimoiy axborotlar va ommaviy axborot vositalarining roli alohida ahamiyat kasb etadi. Bu omillar ta'sirida yoshlarning dunyoqarashi, qadriyatlar tizimi, o'z millatiga nisbatan hurmati shakllanadi va mustahkamlanadi.

Shu bois, yoshlar ongida milliy tarbiyani shakllantirishga xizmat qiluvchi ijtimoiy-psixologik omillarni ilmiy asosda o'rganish, ularni tahlil qilish hamda amaliyotda samarali qo'llash bugungi kunning dolzarb vazifalaridan biridir. Ushbu maqolada aynan shu omillar tahlil qilinadi va ularning yoshlarning milliy tarbiyasiga ta'siri psixologik yondashuvlar asosida yoritiladi.

Adabiyotlar tahlili: Milliy tarbiyaning shakllanishi va uni yoshlar ongida qaror toptirish masalasi ko'plab olimlar tomonidan ijtimoiy, psixologik va pedagogik nuqtai nazardan tadqiq etilgan. Ushbu sohadagi nazariy asoslar, avvalo, milliy ong, qadriyatlar tizimi va identitet tushunchalari orqali izohlanadi.

A. Qodirov o'zining asarlarida milliy tarbiyani shaxs rivojlanishidagi asosiy omillardan biri sifatida ta'riflab, ayniqsa, oila va mahalla muhitining yoshlar dunyoqarashiga ko'rsatadigan ta'sirini chuqur tahlil qilgan. Uning fikricha, tarbiya jarayoni shaxsni o'z millatiga daxldorlik tuyg'usiga ega bo'lishiga xizmat qilishi kerak [1].

G'. Shoumarov milliy o'zlikni shakllantirish jarayonini ijtimoiy-psixologik omillar bilan bog'lab, yoshlarning shaxsiy identifikatsiyasida urf-odatlar, an'analar, til, tarixiy xotira kabi elementlarning roli muhim ekanligini ta'kidlaydi [2].

I.A. Karimova milliy tarbiya va qadriyatlar tizimi o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni o'rganib, yoshlarning ijtimoiylashtirish jarayonida ta'lim muassasalari asosiy vositachi bo'lib xizmat qilishini asoslaydi. U shuningdek, maktabdagi darslar va sinfdan tashqari mashg'ulotlar orqali milliy qadriyatlarni yosh ongiga singdirish imkoniyatlarini yoritadi [3].

L.S. Vigotskiyning madaniy-tarixiy rivojlanish nazariyasi asosida qaralganda, yoshlarning milliy tarbiyasida sotsiokultural omillar hal qiluvchi o'rin tutadi. Uningcha, shaxs rivojlanishi jamiyatda mavjud bo'lgan ramzlar, qadriyatlar va aloqa vositalari orqali yuz beradi [4].

B. Umarov milliy tarbiyani yoshlar ma'naviyatini shakllantirishda asosiy mexanizm sifatida e'tirof etadi. Uning fikricha, milliy g'urur, tarixiy xotira va ajdodlarga hurmat yoshlarning ichki motivatsiyasi orqali mustahkamlanadi, bu esa ijtimoiy moslashuvda muhim ahamiyat kasb etadi [5].

Z.T. Nishanova esa ijtimoiy psixologik omillarni – oila, jamoa, tengdoshlar guruhi, ommaviy axborot vositalari ta'sirini tahlil qilib, ularning milliy tarbiyaga ta'siri turlicha bo'lishi, ijobiy va salbiy jihatlarini baholash zarurligini ta'kidlaydi [6].

Ushbu tahlillar shuni ko'rsatadiki, yoshlarda milliy tarbiyani shakllantirish kompleks yondashuvni, ya'ni oila, ta'lim, jamoatchilik va psixologik muhit o'rtasidagi uzviy aloqani talab etadi. Milliy tarbiya bu — faqat an'anaviy qadriyatlarni o'rgatish emas, balki ularni yoshlar shaxsida ijtimoiy identitet sifatida shakllantirishdir.

Muhokama. Yoshlarda milliy tarbiyani shakllantirish masalasi ko'p omilli va murakkab psixologik-ijtimoiy jarayon bo'lib, uning samaradorligi bir nechta asosiy omillarning o'zaro ta'siri natijasida yuzaga chiqadi. Tadqiqotlar ko'rsatadiki, bu omillar orasida eng muhimlari — oila muhitining tarbiyaviy quvvati, ta'lim tizimining ma'naviy yo'naltirilganligi, ijtimoiy axborot oqimlari, milliy qadriyatlarning mazmuni va yetkazilish usuli hamda yoshlarning psixologik qabul qilish darajasi hisoblanadi.

Tahlillar shuni ko'rsatmoqdaki, milliy tarbiya jarayonining muvaffaqiyati, birinchi navbatda, yoshlar ongiga ijobiy ijtimoiy model va milliy identitet timsollarini yetkazish samaradorligiga bog'liq. Oila — bu ilk tarbiyaviy muhit bo'lib, unda shakllangan qadriyatlar, dunyoqarash va xulqiy normalar bolaning shaxsiyati poydevorini belgilaydi. Ayni paytda, zamonaviy oilalarda individualizm va materialistik qadriyatlarning kuchayishi milliy tarbiyaning izchil shakllanishiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda.

Ta'lim tizimi esa ushbu tarbiyaviy yo'nalishni tizimli asosda qo'llab-quvvatlovchi ikkinchi muhim omildir. Maktab va oliy ta'lim muassasalari orqali yoshlarning milliy madaniyat, til, tarix, adabiyot, urf-odatlar haqidagi bilimlari boyitiladi. Biroq, bu bilimlar yoshlar uchun shunchaki informatsiya emas, balki shaxsiy e'tiqod va hayotiy qadriyat darajasiga aylanishi uchun psixologik moslashtirish muhimdir.

Tengdoshlar guruhi va ommaviy axborot vositalari esa yoshlarga bevosita yoki bilvosita ta'sir ko'rsatadi. Media muhitida ko'p hollarda g'arbona, kosmopolit madaniyat targ'ib qilinayotganini inobatga olsak, bu holat milliy qadriyatlarga bo'lgan e'tiborni susaytirishi mumkin. Shu boisdan, ijtimoiy tarmoqlar va OAV orqali milliy g'oyalarni zamonaviy shaklda yetkazish zarurati mavjud.

Psixologik jihatdan qaralganda, yoshlar o'zligini anglash, jamiyatdagi o'rnini topish, identitetni shakllantirish bosqichida bo'lishgani sababli, milliy tarbiyaning ularni anglash darajasiga mos yondashuvi zarur. Shaxsning o'zini milliy qadriyatlarga daxldor deb his qilishi — bu uning ijtimoiy motivatsiyasi, o'ziga bo'lgan munosabati va kelajak rejalari bilan bevosita bog'liqdir.

Shunday qilib, yoshlar ongida milliy tarbiya shakllanishi — bu nafaqat ijtimoiy institutlar faoliyati, balki ularning psixologik ta'sir doirasiga mos yondashuvlar majmuasidir. Har bir ijtimoiy-psixologik omil bu jarayonda o'ziga xos funksiyani bajaradi va ular o'zaro uyg'unlikda bo'lgandagina milliy tarbiya samarali natijalar beradi.

Xulosa. Yoshlar ongida milliy tarbiyani shakllantirish – bu murakkab ijtimoiy-psixologik jarayon bo'lib, u bir vaqtning o'zida ijtimoiy institutlar, shaxsiy tajriba va psixologik omillar ta'siri ostida kechadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, milliy tarbiyaning muvaffaqiyati oila, ta'lim muassasalari, ommaviy axborot vositalari, tengdoshlar guruhi hamda tarixiy-madaniy meros singari muhitlar bilan bog'liq omillarning uyg'unlashuvi orqali ta'minlanadi.

Milliy qadriyatlarning shakllanishi faqat bilim berish emas, balki shaxsiy identitetni mustahkamlovchi vosita sifatida ham xizmat qilishi zarur. Shuningdek, zamonaviy axborot

oqimlari orasida yoshlarni milliy ong asosida tarbiyalash, ularni ijtimoiy-madaniy jarayonlarga faol jalb etish, shaxsiy mas'uliyatni oshirish bilan chambarchas bog'liq.

Tavsiyalar:

1. Oila muhitida milliy qadriyatlar targ'ibotini kuchaytirish – ota-onalar uchun psixologik-pedagogik treninglar orqali milliy tarbiyaning ahamiyatini tushuntirish lozim.
2. Ta'lim dasturlariga milliy tarbiyaviy komponentlarni integratsiya qilish – maktab va oliy ta'lim bosqichlarida milliy o'zlikni shakllantiruvchi fanlar va amaliy mashg'ulotlarga keng o'rin berish zarur.
3. Ommaviy axborot vositalarida milliy g'oyalarni targ'ib etuvchi zamonaviy formatlarni yaratish – yoshlar orasida mashhur bo'lgan platformalarda (ijtimoiy tarmoqlar, podkastlar, videobloglar) milliy g'oyalarni ilgari suruvchi loyihalar ishlab chiqilishi kerak.
4. Yoshlar bilan ishlovchi mutaxassislar (psixolog, pedagog, ijtimoiy ishchilar) malakasini oshirish – ular ijtimoiy-psixologik omillarni hisobga olgan holda milliy tarbiyani samarali amalga oshirishlari uchun doimiy o'qitilishi zarur.
5. Yoshlarning milliy ongini shakllantirishda interaktiv metodlardan foydalanish – teatrlar, milliy festivallar, tarixiy ekskursiyalar va bahs-munozara klublari orqali milliy qadriyatlarni jonli ifodalash va his qilish imkoniyatlari yaratilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Qodirov A. (2019). *Milliy tarbiya va ijtimoiy ong shakllanishi*. Toshkent: Ma'naviyat.
2. Shoumarov G'. (2020). *Yoshlar tarbiyasida ijtimoiy-psixologik yondashuvlar*. Toshkent: Fan.
3. Karimova I.A. (2018). *Milliy qadriyatlar tizimi va yoshlar tarbiyasi*. Toshkent: O'zbekiston pedagogika nashriyoti.
4. Vigotskiy L.S. (1982). *Psixologiya razvitiya rebenka*. Moskva: Pedagogika.
5. Umarov B. (2021). *Yoshlar ma'naviyatini shakllantirishda milliy g'oyaning o'rni*. Buxoro: BuxDU nashriyoti.
6. Nishanova Z.T. (2022). *Ijtimoiy psixologiya: nazariya va amaliyot*. Toshkent: Ilm ziyo.
7. G'ulomov A., Inomova M. (2020). *Pedagogik texnologiyalar va tarbiya muammolari*. Toshkent: Yangi asr avlodi.
8. Saidov A.A. (2017). *O'zbekiston Respublikasining milliy g'oya konsepsiyasi*. Toshkent: Sharq.
9. Ergashev A. (2023). *Zamonaviy psixologik yondashuvlar asosida tarbiya samaradorligini oshirish yo'llari*. Jurnal: *Psixologiya va hayot*, 2(18), 45–51.
10. UNESCO (2016). *Global Citizenship Education: Topics and learning objectives*. Paris: UNESCO Publishing.

Ismatova Dilafruz Tuymuratovna

Buxoro davlat universiteti psixologiya kafedrasi dotsenti (PhD)

Tursunova Mohinur Bahodir qizi

Osiyo Xalqaro universiteti

2-bosqich magistranti

**KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI O'QUVCHILARDA KREATIVLIK
XUSUSIYATINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK JIHATLARI**

Annotatsiya: Ushbu maqolada kichik maktab yoshidagi bolalarning o'ziga xos psixologik xususiyatlari, bolaning bilimlarni sistemali tarzda o'zlashtirishi, maktabdagi ta'lim jarayonining bolaning sezgi, idrok, tafakkur, nutq va diqqat kabi bilish jarayonlariga ta'siri, kreativlik tushunchasi va bolada uning shakllanishiga ta'sir etuvchi omillar, boshlang'ich sinf o'quvchilarning kreativ qobiliyatini rivojlantirishda pedagogning o'rni haqida aytib o'tilgan.

Kalit soʻzlar: Kichik maktab yoshi, emotsional-irodaviy xususiyatlar, idrok, xayol, tafakkur, senzitiv davr.

Аннотация: В данной статье рассказывается о специфических психологических особенностях детей младшего школьного возраста, систематическом усвоении ребенком знаний, влиянии образовательного процесса в школе на такие познавательные процессы ребенка, как интуиция, восприятие, мышление, речь и внимание, о концепции креативности и факторах, влияющих на ее формирование у ребенка, о роли педагога в развитии творческих способностей младших школьников.

Ключевые слова: младший школьный возраст, эмоционально-волевые особенности, восприятие, воображение, мышление, сенситивный период.

Annotation: this article mentions the specific psychological characteristics of children of small school age, the systematic assimilation of knowledge by the child, the influence of the educational process at school on cognitive processes such as the child's intuition, perception, thinking, speech and attention, the concept of creativity and factors affecting its formation in the child, the role of an educator in the development.

Keywords: Primary class age, emotional-volitional characteristics, perception, fantasy, thinking, the sensitive period.

Kirish. Kichik maktab yoshidagi bolalar 7 yoshdan 12 yoshgacha boʻlgan bolalar boʻlib, ular boshlangʻich sinf oʻquvchilari hisoblanadi. Bu yillarda bolaning hayoti va faoliyatida muhim oʻzgarishlar roʻy beradi. Binobarin ularning psixikasida oʻzgarishlar sezilarli darajada boʻladi. Bolaning maktabga kirishi uning hayotida burulish chogʻidir. Bola maktabga kirib oʻqiy boshlashi bilanoq uning hayotida asosiy faoliyat oʻqish boʻlib qoladi. Maktabda bola tizimli ravishda yangiliklar oladi, bu oʻquvchilarning kundan kunga orttirib borayotgan xilma-xil mavzudagi bilimlarning manbayidir. Bolaning bilimlarni sistemali tarzda oʻzlashtirishi natijasida undagi bilimning doirasi kengayib boradi, aqliy jarayonlar rivojlanadi shu bilan bir qatorda bolaning emotsional-irodaviy xususiyatlari qayta tarkib topa boshlaydi. Maktabdagi taʼlim jarayonining oʻzi bolaning sezgi, idrok, tafakkur, nutq va diqqatlariga yangi talablar qoʻyadi. Kichik yoshdagi oʻquvchilarning yuqorida koʻrsatilgan xilma-xil qiziqishlari bilan bir qatorda individual qiziqishlari ham tugʻula boshlaydi. Baʼzi oʻquvchilar rassomlikka koʻproq qiziqsalar, baʼzilari musiqa sheʼriyatga muhabbat qoʻyadilar.

Kichik maktab yoshidagi bolaning muhim xususiyatlaridan biri, unda oʻziga xos ehtiyojlarning mavjudligidir. Bu ehtiyojlar oʻz mohiyatiga koʻra, faqat muayyan bilim koʻnikma va malakalarni egallashga qaratilmay, balki oʻquvchanlik istagi aks ettirishda ham iboratdir. Kichik maktab yoshida bolada koʻpgina oʻzgarishlar roʻy beradi. Bu oʻquv faoliyati koʻnikmalarining shakllanishi, oʻz-oʻzini boshqarish, dunyoni bilish munosabati shakllanishi uchun senzitiv davr hisoblanadi. Bola oʻz xulq-atvorini boshqara boshlaydi. Uyda va jamoat joylarida oʻzini qanday tutish kerakligi haqida xulq-atvor normalarini aniq tushunadi, kattalar va tengdoshlari bilan shaxslararo munosabatda oʻz emotsiyalarini boshqara oladi. Xulq-atvor normalari oʻzining ichki talabiga aylanadi, unda uyatchanlik hislari paydo boʻladi.

Kichik maktab yoshi bir qancha bosqichlarni oʻz ichiga oladi. Bularga quyidagilarni misol qilib keltirish mumkin:

- Maktab taʼlimiga psixologik tayyorgarlik va rivojlanishning ijtimoiy shart-sharoitlari;
- Maktabga moslashish;
- Kichik maktab yoshida yetakchi faoliyat;
- Kichik maktab yoshida asosiy psixologik yangiliklar.

Kichik maktab yoshidagi bolalarning asosiy faoliyati oʻqish hisoblanadi. Bolaning maktabga borishi, uning psixologik rivojlanishi va xulq-atvoridagi oʻrni nihoyatda katta. Bu davrda axloqiy xatti-harakat qoidalari oʻzlashtiriladi, shaxsning ijtimoiy yoʻnalishi tarkib topa boshlaydi[1]. Ushbu sifatlarining shakllanishi bolada bilish jarayonlarining faolligi bilan bogʻliqdir. Masalan, kichik maktab yoshidagi bolalar idrokining oʻtkirligi, sofligi bilan farq qiladilar. Shu yoshdagi oʻquvchilar diqqatining asosiy xususiyatlari ixtiyoriy zaifligidadir. Bu yoshda diqqatni iroda kuchi

bilan moslash va uni boshqarish imkoniyati cheklangan bo'ladi. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda birinchi signal sistemasini faoliyatining nisbatan ustunligi tufayli kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda so'z mantiq xotirasi deb atalgan xotiraga qaraganda, ko'rgazmali-obrazli xotira ko'proq rivojlangan bo'ladi. Bu yoshdagi o'quvchining xayoli uning o'quv faoliyatining ta'siri va talablari bilan tarkib topadi. Shuning bilan bir qatorda bevosita taassurotlar (muzeyga sayohat, kinokartinalarni ko'rish, ekskursiyalarga borish, maktab yer uchastkasida ishlash va boshqalar) ham xayolni rivojlantiradi.

Hozirgi paytda jamiyatning ta'lim oldiga qo'yayotgan talablari kun sayin ortib bormoqda va bu talablarga to'g'ri yondashgan holda ularni amalga bajarish har bir pedagogning vazifasidir. Pedagogik faoliyat inson mehnatining eng murakkab sohalaridan biridir. Hozirgi jamiyatimizda pedagog eng faol pozitsiyadagi shaxs sifatida zamonaviy bilimlarini egallab borishi, tinimsiz izlanuvchan va fidoiy bo'lishi lozim chunki, u kechiktirib bo'lmaz jarayon- shaxsni intellektual hamda ma'naviy qashshoqlikdan qutqarib qoladi. Hozirgi zamon standartlarini amalga tadbiq etish pedagogdan nafaqat yuqori malakani va doimiy kasbiy rivojlanishni, balki, o'z ishiga ijodiy yondashishni talab etadi. Pedagogning kreativligi o'z tajribasini qayta ko'rib chiqishi va yaxshilashi hammaga ma'lum narsalarni o'zgartira olishi va ijodiy foydalana olishi, sifat jihatdan yangiliklarni yaratishi juda katta ahamiyatga ega bo'lib bormoqda.

Kreativlik so'zini ilk bor 1922-yilda AQSh olimi D. Simpson tomonidan qo'llanilgan. Ushbu atama orqali shaxs qolipdagi, stereotip, odatiy tafakkurdan voz kechish qobiliyatini ta'riflagan. Kreativlik (lot. creatio – yaratish, vujudga keltirish) – bu insonning noodatiy g'oya, fikr bera olish, muammolarni takrorlanmas, original yechimini topish, tafakkurning an'anaviy shakllaridan voz kecha olishga bo'lgan qobiliyatidir. Kichik maktab yoshidagi bolalarda kreativ tafakkurni rivojlantirish muammosi ko'pgina pedagog va tadqiqotchilarni qiziqtirgan muammo sifatida uzoq yillardan buyon o'rganilib kelinmoqda. Emebaylning fikricha, kreativlik muayyan soha bo'yicha o'zlashtirilgan puxta bilimlar bilan birga yuqori darajada noodatiy ko'nikmalarga ham ega bo'lish demakdir[2]. G'arb kishilari uchun kreativlik, umuman olganda, yangilik sanaladi. Ular kreativlik negizida noan'anaviylik, qiziquvchanlik, tasavvur, hazil - mutoyiba tuyg'usi va erkinlik mavjud bo'lishiga e'tiborni qaratadilar. Sharqliklar esa, aksincha, kreativlikni ezgulikning qayta tug'ilish jarayoni, deb tushunadilar. Garchi g'arblik va sharqliklarning kreativlik borsidagi qarashlari turlicha bo'lsa-da, biroq, har ikki madaniyat vakillari ham mazkur sifat va unga egalikni yuqori baholaydilar. Bolaning kreativligi uning tafakkurida, muloqotida, his-tuyg'ularida, muayyan faoliyat turlarida namoyon bo'ladi. Kichik maktab yoshi davri ijodiy faol shaxsni shakllanishi uchun eng samarali davr. Ta'lim muassasalarida ijodni rivojlantirish bolalarning turli faoliyatlari orqali, masalan, dars jarayonini turli qiziqarli, interfaol o'yinlar yordamida birgalikda olib borilganida amalga oshadi. Kreativlikni ijodga intilish, hayotga ijodiy yondashish, o'ziga doimiy tanqidiy nazar solish va tahlil etish deyish mumkin. Kreativlik insonda mavjud ma'lumotlarni qayta ishlab chiqarish va ularni cheksiz yangi modelini yaratishga javob beradi.

Patti Drepeau tomonidan ham shaxsda kreativlik sifatlarini muvaffaqiyatli rivojlantirishning to'rtta yo'li ko'rsatilgan:

- Kreativ fikrlash ko'nikmasini shakllantirish;
- Amaliy kreativ harakat ko'nikmalarini rivojlantirish
- Kreativ faoliyat jarayonlarni tashkil etish;
- Kreativ mahsulot (ishlanma)lardan foydalanish.

Xorijiy pedagoglar, xususan, Patti Drapeauning fikricha, bir shaxsning ayniqsa o'qituvchining kreativligi boshqalarni ijodiy jarayonini tashkil etishga ruhlantiradi.

Bolalarda kreativlikni rivojlantirishda quyidagilarga e'tibor qaratish zarur:

- 1) ular tomonidan ko'p savollar berilishini rag'batlantirish va bu odatni qo'llab-quvvatlash;
- 2) bolalarning mustaqilligini rag'batlantirish va ularda javobgarlikni kuchaytirish;
- 3) bolalar tomonidan mustaqil faoliyatni tashkil etilishi uchun imkoniyat yaratish;
- 4) bolalarning qiziqishlariga e'tibor qaratish.

Quyidagi omillar esa shaxsda kreativlikni rivojlantirishga to'sqinlik qiladi:

- 1) o'zini tavakkaldan olib qochish;

- 2) fikrlash va xatti-harakatlarda qo‘pollikka yo‘l qo‘yish;
- 3) shaxs fantaziyasi va tasavvurining yuqori baholanmasligi;
- 4) boshqalarga tobe bo‘lish;
- 5) har qanday holatda ham faqat yutuqni o‘ylash.

Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarning kreativ qobiliyatini rivojlantirish usullari va vositalariga ta‘sir qiluvchi muhim omillardan biri o‘qituvchi-o‘quvchilar hamkorligi ekanligini yana bir bor alohida qayd etish joiz. Yuqorida keltirilgan fikrlar asosida quyidagicha xulosa qilishimiz mumkin:

Avvalo, har bir dars jarayoni tashkil etilishida aniqlik bo‘lishi. O‘qituvchi o‘quvchilarga me‘yorida erkinlikni ta‘minlab berishi lozim. Boshlang‘ich ta‘limning o‘ziga xos xususiyatlaridan biri bu -bolalarning maktabga tayyorgarlik darajasi, ijtimoiy tajribasi, psixofiziologik rivojlanishi bir xil emasligidadir. Shunga ko‘ra boshlang‘ich ta‘lim o‘quv fanlari dasturlaridagi topshiriqlarda o‘quvchilarda bilim, ko‘nikma va malakalarni shakllantirishga e‘tibor berilgan bo‘lsa-da, ammo o‘quvchilarda ijodiy faoliyatni rivojlantirish nuqtayi-nazaridan ularni takomillashtirish zarur, ya‘ni o‘qituvchilar mas‘uliyatli va e‘tiborli bo‘lishi lozim. Shuningdek, o‘quvchilarning kreativ qobiliyatlari rag‘batlantirilsa va samimiy muhit yaratilsagina, kreativ fikrlashni odatga aylantira oladilar. Xato qilishdan, muvaffaqiyatsizliklardan cho‘chish, haddan tashqari baholarga e‘tibor qaratish, tanqidga uchrashdan qo‘rqish hissi mavjud o‘quvchilarda kreativlik odatga aylanmaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Davletshin M.G., Do‘stmuhammedova Sh., Mavlanov M., To‘ychiyeva S. Yosh davrlari va pedagogik psixologiya. (O‘quv metodik qo‘llanma). Nizomiy nomidagi TDPU. 2004.
2. Z.T.Nishonova, N.G‘.Kamilova, D.U.Abdullayeva, M.X.Xolnazarova. Toshkent-2019.
3. SH.A.Do‘stmuhammedova, Z.T.Nishonova, S.X.Jalilova, SH.K.Karimova, SH.T.Alimbaeva.Toshkent-2013
4. D.T.Ismatova. Ota-ona va farzandlar o‘rtasidagi emotsional munosabatlar. Pedagogik mahorat // Ilmiy-nazariy va metodik jurnal. Buxoro, 2024.

Ashurov Ramzidin Ramazonovich

Nizomiy nomidagi O‘zbekiston milliy pedagogika universiteti

Psixologiya kafedrası dotsent v.b., psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

BOSHLANG‘ICH SINIF O‘QUVCHILARINI INTELLEKTUAL RIVOJLANTIRISH TA‘LIMNING MUHIM OMILI SIFATIDA

Annotatsiya: Maqolada boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida aqliy va bilish jarayonlarining rivojlanishiga ta‘sir etuvchi xususiyatlar haqida fikr yuritilgan. O‘tkazilgan tadqiqot natijasidan shuni aytishimiz mumkinki, o‘quvchilarda bilish jarayonlari shuningdek, intellektual taraqqiyot omillarini namoyon etilishining o‘ziga xos xususiyatlari ilmiy jihatdan isbotlandi.

Maqolada o‘rganilayotgan muammoning intellektual rivojlantirishdagi o‘rni va ahamiyati haqida fikr yuritilgan.

Kalit so‘zlar: intellektual rivojlantirish, bilish jarayonlari, intellekt nazariyalari, innovatsion jarayonlar.

Annotation: The article discusses the characteristics that affect the development of mental and cognitive processes in elementary school students. From the results of the conducted research, we can say that the specific characteristics of the manifestation of cognitive processes and intellectual development factors in students have been scientifically proven.

The article discusses the role and importance of the studied problem in intellectual development.

Key words: intellectual development, mental arithmetic, cognitive processes, theories of intelligence, innovative processes.

Kirish. Psixologiya fanida aqliy taraqqiyot, intellekt muammosining turlicha yondashuvlar mavjud bo'lib, ular mohiyati jihatidan bir kategoriyaning har xil mezonlar bilan o'lchashda o'z ifodasini topadi. Davlat taraqqiyoti va jamiyat ravnaqi ko'p jihatdan uning intellektual potentsiali va shaxs taraqqiyoti bilan belgilanadi. Chunki, ilmiy potentsiali yuqori darajada rivojlangan mamlakat barcha sohalarda ham har doim ilg'or bo'ladi. Vatanimiz kelajagi islohotlarning taqdiri va ularning natijalari, xalqimizning bilim darajasi davr talabiga va taraqqiyotga qanchalik mosligiga, qanday mutaxassislar yetkazib berib o'rnimizni egallashlariga bog'liqdir. Shuning uchun mamlakatimiz rahbariyati ta'lim tizimini tubdan isloh qilishga katta e'tibor qaratyapti. Shunga ko'ra, yuqori malakali kadrlar tayyorlash davlat siyosati darajasiga ko'tarilmoqda. Intellektual - so'zining lug'aviy ma'nosi aqliy jihatdan yetuklik, fahm-farosat, aql-idrok, zakovat, zukko ya'ni zakovatli inson, zukko bo'lish demakdir. Aqliy taraqqiyot juda ko'p psixologlarni qiziqtiradigan muhim masala bo'lib hisoblanadi. Shuning uchun ham bu muammo ustida juda ko'p tadqiqotlar olib borilgan bo'lsa-da, biroq unga har xil yo'nalishdan turib yondashilgan. Shularni inobatga olgan holda, bu haqida umumiy nuqtai nazar, umumiy mezon yuzasidan mulohaza yuritish mumkin emas. Shuningdek, aqliy taraqqiyotning tarkibiy qismlari bo'yicha ham xuddi shu fikrlarni bildirish mumkin. Inson aqliy taraqqiyotini o'rganish muammosi qadimgi davrlardayoq juda ko'p soha bilimdonlarining e'tiborini tortgan. Hattoki antik davr faylasuflari ham bu muammoga jiddiy yondashishgan. Ularning qarashlariga e'tiborni qaratadigan bo'lsak, ularning qarashlariga ko'ra, „intellekt" termini o'zida lotincha „nus"(aql) tushunchasini ifodalaydi.

Platon va Aristotel kabi faylasuflar „nus", ya'ni "aql" odam ruhining oliy, o'ziga xos aqilli boshi bo'lib, olamni bilishning eng maqbul yo'li deb hisoblashgan. Ijtimoiy taraqqiyotning o'rta asrlariga kelib, "intellekt" terminining mazmuni yanada boyidi.

Mashhur faylafus I.Kant nazariyasiga binoan, "intellekt"(nemischa-verstand), bu bizdagi mavjud tuzilishni bilish qobiliyatidir, "aql"(nemischa-vernunst) esa metafizik, g'oyalar tuzilishi bilish qobiliyatidir. Intellektning mohiyati va taraqqiyotini tushuntirishda qadimdanoq turli oqimlar yuzaga kelganligiga qaramay ma'lum bir fikr asosida birlashganlar va bahslashganlar.

Intellekt mohiyati va taraqqiyotini tushuntirishda qadimdanoq turli oqimlar yuzaga kelganligiga qaramay ma'lum bir fikrlar asosida birlashganlar va bahslashganlar. Intellektning mohiyatini tushuntirishda fan olamida ikki xil yondashuv vujudga kelgan:

1.Birinchi guruh vakillarining qarashlaricha, intellektual xususiyatlar odamga tabiiy ravishda nasliy yo'l bilan ota-onalari tomonidan beriladi. Odam onasidan aqlli yoki aqli zaif bo'lib tug'ilgan bo'ladi.

2.Ikkinchi guruh namoyondalari esa intellektni bola idrokining tezligi va tashqi qo'zg'atuvchilarga nisbatan bo'lgan munosabati bilan bog'lab tushuntirganlar. "Aqliy zakovat va ruhiy ma'naviy salohiyat -ma'rifatli insonning ikki qanotidir" Shunday ekan, insonning aqliy taraqqiyotini o'rganish uchun kechiktirib bo'lmaydigan amaliy ishlar olib borish maqsadga muvofiq. Intellekt muammosi chet el psixologiyasida ham, rus psixologiyasida ham eng ko'p o'rganilayotgan mavzulardan biridir. Intellekt tushunchasini rus psixologlari aqliy iste'dod yoki qobiliyat deb yuritishadi.

Jahonning rivojlangan mamlakatlarida ta'lim sifati avvalambor, o'quvchilarni aqliy va intellektual rivojlantirish masalasi, intellektual salohiyati va kasbiy tashabbuskorlik kabi xususiyatlarning shakllanganlik darajasi bilan belgilanadi. Jumladan, Yaponiya, Germaniya, Angliya, Xitoy, Rossiya, Finlyandiya, Daniya, Norvegiya kabi mamlakatlarda o'quvchilarning intellektual xususiyatlarini shakllantirishga doir qator psixologik, pedagogik amaliy-tadbiqiy izlanishlar amaliyoti keng joriy etilgan. Shuningdek, ta'lim jarayonini baynalmilallashtirish asosida ijtimoiy-iqtisodiy va madaniyatlararo munosabatlarda mas'uliyatli, raqobatbardosh, kreativ, ijtimoiy faol, fidoiy kadrlar tayyorlashga ustuvorlik berilgan.

Shaxsning intellektual rivojlanishi faqat "to'siqlarni", intellektual qiyinchiliklarni yengib o'tish sharoitida amalga oshiriladi. Tadqiqot natijalari D.N. Bogoyavlenskiy, H.A. Menchinskaya, A.A. Lyublinskaya, V.A. Kruteskiy, V.V. Davydova va boshqalar ko'rsatdiki, "ta'limni

boshqarishning asosiy shartlaridan biri va shu bilan birga tafakkur rivojlanishini ta'minlashning asosiy shartlaridan biri bu o'quvchilarning aqliy faoliyatini faollashtiradigan muammoli vaziyatlarni keltirib chiqaradigan vazifalarni oldindan belgilashdir" [5].

Boshlang'inch sinf o'quvchilarida Dj. Ravenning «Progressiv matritsalar» metodikasi orqali olingan natijalar orasidagi korrelyatsion aloqadorlik natijalari (Tajriba guruhi) (n=105)

X2 (Pirson	Juda yuqori intellekt	O'rtachadan yuqori intellekt	O'rtacha intellekt	O'rtachadan past intellekt	Quyi intellekt
Super intellekt	1	0.798**	0.211	0.657**	0.223
O'rtachadan yuqori intellekt		1	0.585**	0.641**	- 0.207
O'rtacha intellekt			1	0.557**	0.508*
O'rtachadan past intellekt				1	0.363
Quyi intellekt					1

Tadqiqot natijalariga ko'ra, tajriba guruhidagi o'quvchilarda dastlabki intellektual rivojlanish omili hisoblangan «o'rtachadan yuqori intellekt» (0.798**), «o'rtachadan past intellekt» (0.657**), «o'rtacha intellekt» (0.585**) va «o'rtachadan past intellekt» (0.557**) omillari o'rtasida ishonchlilik darajasidagi bog'liqligi kuzatildi. Masalan, tajriba guruhidagi o'quvchilarda intellektual rivojlanish omillari namoyon bo'lishi bilan o'quvchilarda divergent fikrlash rivojlanganligini ko'rishimiz mumkin. Bu bevosita o'quvchilarning barcha faoliyatlarida yaqqol namoyon bo'lish tendensiyasi kuzatildi. Boshlang'ich sinf o'quvchilarda murakkab o'quv materiallarini egallashda ma'lum bir qiyinchiliklar tug'diradi. Shuning uchun K. D Ushinskiy bolani faqat o'zini qiziqtirgan narsa bilan emas, balki, uni qiziqtirmagan narsa bilan ham mustahkamroq eslab qoladilar va uzoq muddat esda saqlaydilar. Birinchi va ikkinchi sinf o'quvchilari ta'limiy materiallarning ichki bog'lanishlarga ahamiyat bermay ma'nosida tushunmay quruq eslab qoladilar. O'rganilayotgan materiallarni mantiqiy tahlil qilmay yuzaki o'zlashtiradilar buning sabablari quyidagicha:

- ❖ ularning mexanik xotirasi boshqa xotira turlariga qaraganda durustroq rivojlangani, ma'lumotlarni aynan o'zgarishsiz eslab qolish imkoniyatini yaratadi;
- ❖ o'quvchilar o'qituvchi qo'ygan vazifani anglab yetmaydilar natijada uning to'g'ri tushuntirib ber degan talabini so'zma-so'z takrorlash deb biladilar;
- ❖ ularning nutq boyligi yetishmasligi (ilmiy atamalar va til qonuniyatlarini bilmasligi) materialni ijodiy to'ldirish unga qo'shimcha qilish imkoniyati yo'qligi uni so'zma-so'z qaytarishni osonlashtiradi;
- ❖ o'quvchilar matnni to'g'ri usullar yordamida eslab qolishni bilmaydilar.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. <http://lex.uz/uz/docs/> 2022-2026 йилларга мўлжалланган Янги Ўзбекистоннинг тараққиёт стратегияси тўғрисида.
2. О'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24-iyuldagi «Innovatsion faoliyat to'g'risida»gi O'RQ-630-son qarori.

3. 2021-yil 1-apreldagi «Ilm-fan sohasidagi davlat siyosati va innovatsion rivojlantirishdagi davlat boshqaruvini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida» O'RQ-0270-son qarori.

4. 2020-yil 6-noyabrdagi PF-6108-son «O'zbekistonning yangi taraqqiyot davrida ta'lim-tarbiya va ilm-fan sohalarini rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida» qaror.

5. Менчинская Н.А. Проблемы учения и умственного развития школьника: Избранные психологические труды. -М.: Педагогика, 1989, 224

6. Пиаже Ж. Избранные психологические труды. - М., Просвещение, 1969, 659с.

7. Ashurov R.R. [Mental arifmetika mashg'ulotlari-bolalarda intellektual rivojlanishni ta'minlashning muhim omili sifatida](#). "Ta'lim va innovatsion tadqiqotlar" jurnali 2-son.2023.

8. Ashurov R.R. [O'quvchilarning intellektual rivojlanishida mental arifmetika mashg'ulotlarining tutgan o'rni](#). "Psixologiya" jurnali 1-son.2023 mart.

Kalandarova Madina Baxadirovna

Ma'mun universiteti dotsenti, PhD.

Radjapova Dilnura Anvarbekovna

*Ma'mun universiteti, Psixologiya
yo'nalishi 1-kurs talabasi*

O'QUVCHILAR SHAXSIY SIFATLARIDA TORTINCHOQLIKNING NAMOYON BO'LISHI VA UNING SALBIY OQIBATLARI

Annotatsiya: Maqolada o'quvchilarda tortinchoqlikning psixologik sabablari, namoyon bo'lish shakllari va salbiy oqibatlari tahlil qilingan. Tortinchoqlik o'ziga ishonchsizlik, omma oldida gapirishdan qo'rquv, tashabbussizlik kabi xatti-harakatlarda ko'zga tashlanadi va o'quvchilarning ta'lim jarayoniga salbiy ta'sir qiladi. Ushbu holatga asab tizimining zaifligi, noto'g'ri tarbiya, ortiqcha g'amxo'rlik va ijtimoiy tajribaning yetishmasligi sabab bo'ladi. Shu bilan birga, tortinchoqlikning oldini olishda ijtimoiy-psixologik ko'nikmalarni rivojlantirish muhimligini ta'kidlangan.

Kalit so'zlar: tortinchoqlik, shaxsiy sifatlar, qo'rquv, irodaviy sifatlar.

Аннотация: В статье проанализированы психологические причины, формы проявления и негативные последствия застенчивости у учащихся. Застенчивость выражается в неуверенности в себе, страхе публичных выступлений, отсутствии инициативности и отрицательно влияет на учебный процесс. Причинами данного состояния являются слабость нервной системы, неправильное воспитание, чрезмерная опека и недостаток социального опыта. Также подчеркивается важность развития социально-психологических навыков для профилактики застенчивости.

Ключевые слова: застенчивость, личностные качества, страх, волевые качества.

Annotation: The article analyzes the psychological causes, manifestations, and negative consequences of shyness in students. Shyness is reflected in behaviors such as lack of self-confidence, fear of public speaking, and low initiative, which negatively affect the learning process. This condition may be caused by a weak nervous system, improper upbringing, excessive parental care, and a lack of social experience. The importance of developing socio-psychological skills in preventing shyness is also emphasized.

Keywords: shyness, personal traits, fear, volitional qualities.

Kirish. O'quvchilarning ta'limni yaxshi o'zlashtirishiga ijobiy zamin yaratadigan bir qancha shaxsiy sifatlar borki, bular dadillik, o'ziga ishonch, atrofdagilarning e'tirofiga erishishga harakat qilish, rag'bat olishga intilish, mustaqil fikrlash. Bu sifatlarga qarama-qarshi sifatlar borki, bu sifatlar o'quvchining ta'limni o'zlashtirishi, muvaffaqiyatga erishishiga psixologik to'siq bo'ladi. Bu salbiy sifatlar sirasiga o'ziga ishonmaslik, o'ziga past baho berish, tortinchoqlik, uyatchanlik, omma oldiga chiqishdan qo'rqish kabilar kiradi. Mazkur sifatlardan biri tortinchoqlik bolalar muvaffaqiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatuvchi omildir.

Tortinchoqlik xususiyatini yuzaga kelishiga ko'pgina omillar ta'sir ko'rsatadi. Bulardan bittasi yosh xususiyatidir. Bolalar tortinchoqligini chuqur ilmiy tadqiq etgan mutaxassislar bunday hisning xulq-atvorda quyidagi umumiy alomatlarida namoyon bo'lishini ta'kidlaydilar: notanish odamlar bilan uchrashganda yaqinlashish va uzoqlashish harakatlarini amalga oshirish istagi o'rtasida kurashning kechishi; begonalar va ba'zida tanish kattalar bilan muloqotda noqulaylikni his etayotganlikni namoyon etish; har qanday ommaviy chiqishlardan, shu jumladan, darsda guruh oldida javob berishdan qo'rqish; odamlarga munosabatda tanlovchanlikning yuqori darajasini namoyon etib, begonalar bilan muloqot qilishdan o'zini chetga tortish yoki bunday muloqotga qiyin kirishish. Qolaversa, maxsus eksperimental tadqiqotlar tortinchoq bolalarning boshqa bolalardan tashabbussizligi, kattalarning diqqat-e'tibori qaratilgan vaziyatda, ularning har qanday bahodan uyalishi, muloqotda suhbatdosh nigohidan ko'zini olib qochishi, bunday holatda noqulaylik hissini ifodalovchi ortiqcha xatti-harakatlarni amalga oshirishi, kattalarga ham

murojaat qilishi va ularning savollariga qisqa javob qaytarish bilan cheklanishi, aksariyat fikr va harakatlari ambivalent (ikki bir-biriga qarama qarshi mazmundagi) emotsiyalarga asoslanishi bilan ajralib turishi o'z tasdig'ini topgan. Tortinchoqlik oliy nerv faoliyati bilan bog'liq holat ekanligini ham e'tirof etish mumkin. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilar xulq-atvorida ularning oliy nerv faoliyatini tipologik xususiyatlari yorqinroq va aniqroq namoyon bo'la boshlaydi va keyinchalik odatiy bo'lib qolgan holatlar bilan to'siladi. Tortinchoqlik, odamovilik bevosita nerv sistemasining zaifligi, ta'sirchanligi bo'shligi ko'rinishi, impulsivlik, chidamsizlik tormozlanish jarayonining kuchsizligi, reaksiyalardagi va bir faoliyatdan ikkinchi faoliyatga o'tishdagi, nerv jarayonlaridagi sekinlik ko'rinishi bo'lishi mumkin. I.P.Pavlov ta'kidlashicha, nerv sistemasi birmuncha plastik bo'lib, tashqi ta'sirlar natijasida o'zgarishi mumkin. Shuningdek, bolalarda tipologik xususiyatlarini ong yordamida nazorat etib turish xususiyatini tarbiyalash zarur.

Psixolog E.I.Gasparova fikricha, bolaga ota-onaning haddan ortiq g'amxo'rliqi tortinchoqlikni keltirib chiqarishiga sabab bo'lishi mumkin. Tortinchoq bolalarning himoyalanganligi natijasida hissiyotga beriluvchanlik, ko'ngli noziklik, ta'sirchanlik, turli turdagi o'ziga berilgan baholarga (muhokama, qo'llab-quvvatlash, maqto'v, tanqid, masxara) ortiqcha e'tibor, muloqot ko'nikmalarining kamligi, o'z xatti-harakatlarida ishonchsizlik kabi sifatlar yuzaga keladi. Tortinchoq bolalarning himoyalanganligi ularning ko'ngli nozikligi, ta'sirchanligi, muloqot uchun kerakli malakalarning yo'qligi natijasidir, o'zi va o'z xatti-harakatlariga ishonchning yo'qligi ortiqcha mehribonlik natijasida shakllanib, turli xildagi baholarga (yomonlash, qo'llab-quvvatlash, tanqid qilish, maqtash v h.) nisbatan ortiqcha ta'sirchanlik bilan bog'liq.

O'quvchi shaxsida muloqot malakalarining kamligi atrofdagilarning u yoki bu turdagi munosabatlari sabablarini anglashlariga halaqit beradi. U uni nima uchun yoqtirishlari yoki yomon ko'rishlari mumkinligi sababini bilmaydi va odatdagi o'z hayotiy tajribasini umumlashtiradi, ya'ni "Menda baribir hech narsa chiqmaydi, hamma ustimdan kuladi", deb hisoblaydi.

Tortinchoqlik namoyon bo'luvchi vaziyatlardagi bolalarning psixik holatini o'rganish natijasida mutaxassislar bunday his-kechinmaning to'rt asosiy sababini ajratish mumkinligi haqida xulosa qiladilar:

1) bolaning kattalar tomonidan uning butun faoliyatiga yoki alohida harakatlariga beradigan bahosiga munosabati (tortinchoq bolalarda kattalar bahosini hayiqib kutish va qabul qilish kuzatiladi);

2) bolaning kattalar bahosiga mufoviq ravishda o'z xatti-harakatlariga nisbatan munosabati (tortinchoq, bola faoliyatda muvaffaqiyatsizlikni ehtimol - tuyishi sharoitida tortinishning yuqori darajasini namoyon etadilar);

3) bolaning kattalar tomonidan bildiriladigan ijobiy munosabatiga ishonchsizligi, bir vaqtda ularning e'tiborini tortishni xohlashi va bundan qo'rqishi (bu xususiyat kattalar bilan hamkorlikdagi har qanday faoliyatning boshidayoq namoyon bo'ladi); 4) bolaning o'z ichki olamini tashqi ta'sirlardan saqlashga intilishi (bunday ehtiyoj bolaning kattalarga bo'lgan mehribon munosabati, ular bilan muloqot qilish istagiga uyg'un bo'lishi kuzatiladi).

Demak, umumiy ravishda tortinchoqlik avvalo, bolaning o'ziga o'zining va uning nazarida boshqalarning beradigan bahosiga bog'liq bo'ladi.

Tortinchoq bolalar o'ziga beradigan bahosida quyidagicha ikki xil xususiyat kuzatiladi: Tortinchoq bolalarda butun maktabgacha yosh davrida o'ziga o'zi beradigan umumiy bahoning yuqoriligi, ammo uning nazarida unga boshqalar beradigan bahoning pastligi xos bo'ladi. Tortinchoq bolalarga o'zining alohida xatti-harakatlariga past baho berish xos bo'lib, bunda ushbu harakatlarning qanchalik muvaffaqiyat bilan tugallanishi ahamiyatsiz bo'ladi. Bir qator tadqiqotlarda mehribonlik uyi tarbiyalanuvchilari qatoridan bo'lgan va o'ziga-o'zi beruvchi bahosi pastligi bilan ajralib turuvchi bolalar, shuningdek, tortinchoqlik xususiyatining yuqori darajasi bilan tavsiflanishi aniqlangan. Har qanday murakkab psixik tuzulma kabi tortinchoqlikning ham shakllanishi va rivojlanishiga hal qiluvchi ta'sirni o'tkazuvchi yagona sababni ajratib ko'rsatish mushkul. Ayrim mualliflar irsiy omilning rolga yuqori baho bersa, ba'zi tadqiqotchilar tarbiya shart-sharoitlarining ahamiyatiga e'tibor qaratadilar.

Foydalangan adabiyotlar ro'yxati:

1. E.G'oziyev. Umumiy psixologiya. Toshkent, 2020 yil
2. Z.Nishanova va boshqalar. Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya. Toshkent, 2018 yil
3. Z.Nishanova va boshqalar. Psixologik xizmat. Toshkent, 2014 yil
4. Kalandarova M.B., Tug'ruqdan keyingi emotsional holatlarga ta'sir qiluvchi omillar tahlili. JOURNAL OF «MAMUN SCIENCE» №2 (2023) <http://dx.doi.org/10.26739/2181-0000-2023-2>
5. Kalandarova M.B., Perinatal psixologiyada psixodiagnostik metodikalarni qo'llash. Journal of «Mamun science» №2 (2024), 105-111 b. <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.00000000>

Kamolova Sabrina Habibovna

O'SMIRLARDA TANQIDIY FIKRLASHNI RIVOJLANTIRISH USULLARI

Annotatsiya: Mazkur maqolada o'smirlik davrida tanqidiy fikrlash jarayonining psixologik asoslari va rivojlanish xususiyatlari chuqur tahlil qilingan. Tadqiqotda o'smirlarning tanqidiy fikrlash qobiliyatiga ta'sir etuvchi psixologik omillar, ularning ijtimoiy-psixologik sifatlari bilan o'zaro bog'liqligi yoritilgan. Shuningdek, tanqidiy fikrlashning turli hayotiy vaziyatlardagi namoyon bo'lish shakllari va ijtimoiy muhit bilan o'zaro aloqasi keng ko'lamda tahlil etilgan. Maqola o'smirlarning tafakkur faoliyatini chuqur anglash, ularni mustaqil va asosli fikr yuritishga yo'naltirishda tanqidiy fikrlashning ahamiyatini asoslab beradi.

Kalit so'zlar: tanqidiy fikrlash, o'smirlik davri, psixologik xususiyatlar, ijtimoiy-psixologik sifatlar, mustaqil fikrlash

Аннотация: В данной статье подробно рассматриваются психологические особенности формирования критического мышления у подростков. Исследование освещает психологические факторы, влияющие на развитие способности к критическому мышлению, а также их взаимосвязь с социально-психологическими качествами подростков. Кроме того, в работе анализируется проявление критического мышления в различных жизненных ситуациях и его связь с социальным окружением. Статья обосновывает важность развития критического мышления как средства стимулирования познавательной активности подростков и формирования у них самостоятельного и обоснованного суждения.

Ключевые слова: критическое мышление, подростковый возраст, психологические особенности, социально-психологические качества, самостоятельное мышление

Annotation: This article provides an in-depth analysis of the psychological characteristics involved in developing critical thinking during adolescence. It explores the psychological factors influencing adolescents' ability to think critically and examines the interrelation between these abilities and their socio-psychological traits. Furthermore, the study highlights how critical thinking manifests in various life situations and its connection with the social environment. The article substantiates the significance of fostering critical thinking as a means to enhance adolescents' cognitive activity and guide them toward independent and reasoned judgment.

Keywords: critical thinking, adolescence, psychological characteristics, socio-psychological traits, independent thinking

Kirish. Zamonaviy jamiyatda ijtimoiy, iqtisodiy va texnologik o'zgarishlar tobora jadallashib borayotgan bir paytda, insonlarning muvaffaqiyatli hayot kechirishlari uchun zarur bo'lgan ko'nikmalar ham yangi mazmun kasb etmoqda. An'anaviy yodlash va ko'rsatmalarga amal qilishga asoslangan bilim olish usullari bugungi murakkab axborot muhiti talablariga to'liq

javob bera olmaydi. Ayniqsa, o'sib kelayotgan yosh avlod uchun axborotni tanqidiy tahlil qilish, haqiqat va shaxsiy fikrni ajrata bilish, asosli va mustaqil qarorlar qabul qilish ko'nikmalari alohida ahamiyat kasb etmoqda. Mazkur maqolada o'smir yoshdagilarda tanqidiy fikrlash ko'nikmalarining rivojlanish zarurati va bu jarayonning psixologik jihatlarini tahlil qilinadi. Shuningdek, tanqidiy fikrlashning ijtimoiy-psixologik sifatlar bilan o'zaro bog'liqligi, uni shakllantirishda muhim omillar, ta'limiy va tarbiyaviy jarayonlarda qo'llanishi mumkin bo'lgan yondashuvlar ilmiy asosda yoritib beriladi. Ushbu tadqiqot tanqidiy fikrlashni rivojlantirish orqali yoshlarning kognitiv faoliyatini faollashtirish, ularning shaxsiy va akademik muvaffaqiyatlarini ta'minlashga xizmat qiladi. Tanqidiy fikrlash — bu shaxsning mavjud axborot, g'oya yoki vaziyatlarni tahlil qilish, ularni baholash va asosli xulosa chiqarish qobiliyatidir. Bu jarayon bir nechta nuqtai nazarni ko'rib chiqish, taxminlarni tanqidiy ko'rib chiqish va qarorlar qabul qilishda dalillardan foydalanishni talab etadi. Tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish bolalar va o'smirlar uchun dolzarb ahamiyat kasb etadi, chunki bu ularga katta hajmdagi ma'lumotlar oqimida yo'nala olish, haqiqatni subyektiv fikrdan ajrata bilish, shuningdek, mustaqil fikr yuritish va asosli qarorlar qabul qilish imkonini beradi. Axborotga boy bo'lgan hozirgi zamonda tanqidiy fikrlash shunchaki passiv axborotni qabul qilish emas, balki mazmunli tahlil va ongli baholash jarayonini anglatadi. Shu boisdan, tanqidiy fikrlashning mazmun-mohiyatini chuqur anglash va uni rivojlantirishga qaratilgan samarali pedagogik yondashuvlarni qo'llash orqali yosh avlodni shaxsiy va akademik hayotda muvaffaqiyatli faoliyat yuritishga tayyorlash mumkin.

Asosiy qism. Tanqidiy fikrlash bugungi kunda inson muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir qiluvchi muhim ko'nikmalardan biridir. Bu faqatgina kognitiv qobiliyat emas, balki chuqur tafakkurni, qiziquvchanlikni, ochiq fikrlilikni va mavjud taxminlarni shubha ostiga olish istagini o'z ichiga olgan murakkab aqliy faoliyatdir. Rivojlanayotgan va axborotga boy bugungi dunyoda o'smirlar uchun tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini shakllantirish nihoyatda dolzarb sanaladi. Chunki bu ularga murakkab muammolarni tahlil qilish, mustaqil qarorlar qabul qilish, yangi vaziyatlarga moslashish va fikrini aniq ifodalash imkonini beradi. Tanqidiy fikrlovchi o'smirlar murakkab ma'lumotlarni boshqariladigan qismlarga ajratib, asosli xulosalar chiqarishga qodir bo'lalilar. Bu esa nafaqat o'quv jarayonida, balki kundalik hayotda ham muhim ahamiyat kasb etadi. Ular muammolarga turli nuqtai nazardan yondashishni o'rganadilar, turli yechimlarni tahlil qilib, eng maqbul variantni tanlay oladilar. Bunday yondashuv ularga muammolarni boshqarish, naqshlar va aloqalarni aniqlash hamda ijodiy yechimlar ishlab chiqish imkonini yaratadi.

Tanqidiy fikrlash shaxsga oqilona qarorlar qabul qilishda ham katta yordam beradi. Hayot doimo tanlovlardan iborat, ba'zilar uncha muhim bo'lmasa, boshqalari esa inson taqdiriga bevosita ta'sir qiladi. Tanqidiy fikrlovchi shaxs mavjud axborotlarni, mumkin bo'lgan oqibatlarni va shaxsiy qadriyatlarni inobatga olib, hissiyotlar ta'siridan holi, ongli tanlovlarni amalga oshiradi. Bu esa uni hayotda mustaqil va mas'uliyatli shaxs sifatida shakllantiradi. Shuningdek, tanqidiy fikrlash yosh onglarni muvaffaqiyatsizliklarni o'sish va o'rganish imkoniyati sifatida qabul qilishga o'rgatadi.

Ular hayotdagi o'zgarishlarga moslasha oladi, muvaffaqiyatsizliklarga bardosh beradi va ularni muvaffaqiyat sari qo'yilgan qadam sifatida qabul qiladi. Bunday qarashlar chidamlilikni oshiradi va ruhiy barqarorlikni ta'minlaydi. Fikrlarni aniq va asosli ifodalash tanqidiy fikrlashning ajralmas qismidir. Ushbu ko'nikmaga ega bo'lgan o'smirlar nafaqat o'z fikrlarini aniqlik bilan yetkazadi, balki mazmunli munozaralarda faol ishtirok etadi, qarama-qarshi nuqtai nazarlarni tahlil qiladi va o'z nuqtai nazarini dalillar asosida ishonch bilan himoya qiladi. Tanqidiy fikrlash, shuningdek, hissiyotni boshqarish jarayonida ham muhim rol o'ynaydi. Bu insonlarga o'z his-tuyg'ularini tahlil qilish, irratsional e'tiqodlardan voz kechish va hissiyotlarga asoslangan emas, balki mantiqiy qarorlar qabul qilish imkonini beradi. Bu esa emotsional farovonlikni ta'minlab, ichki barqarorlikni kuchaytiradi. Raqamli axborot makonida noto'g'ri ma'lumotlar va yolg'on xabarlar tez tarqalmoqda. Tanqidiy fikrlash bolalar va o'smirlarga ishonchli va ishonchsiz manbalarni farqlash, fakti fikrdan ajrata olish, axborotni chuqur tahlil qilish va yolg'on ma'lumotlarga uchmaslik qobiliyatini beradi. Shuningdek, tanqidiy fikrlovchilar doimiy o'rganishga tayyor bo'ladi. Ular yangi bilimlarga ochiq, qiziquvchan va o'z-o'zini rivojlantirishga

intiluvchan shaxslardir. Bu fazilatlar ularni bir umr davom etadigan ta'lim sari yo'naltiradi. Tanqidiy fikrlashni rivojlantirish uchun bolalar va o'smirlar bilan mazmunli suhbatlar olib borish muhim. Ularga o'z fikrlarini ifodalash imkonini beradigan savollar bering, turli nuqtai nazarlarni o'rganishga undang. Masalan, "Senga bu nima uchun qiziq tuyuldi?" yoki "Bu voqeani yana qanday talqin qilish mumkin?" kabi savollar orqali ularni chuqurroq mulohazaga chorlang. Shuningdek, ijodiy fikrlashni talab qiladigan o'yinlar va topshiriqlar orqali ularni muammolarni yechishga yo'naltiring. Misol uchun, ularga turli materiallar berib, eng bardoshli konstruksiyani yasashni so'rash orqali ular tanqidiy fikrlashni sinov va tajriba asosida rivojlantiradilar.

O'smirlik davri inson hayotidagi eng murakkab va o'zgaruvchan bosqichlardan biri hisoblanadi. Bu davrda jismoniy o'sish bilan birga ruhiy va emotsional o'zgarishlar ham faol kechadi. O'smirlar o'z shaxsini anglashga, mustaqil fikr shakllantirishga va turli hayotiy vaziyatlarga nisbatan o'z pozitsiyasini aniqlashtirishga intiladilar. Aynan shu jarayonda tanqidiy fikrlash va hissiyotlarni boshqarish qobiliyatining rivojlanishi katta ahamiyatga ega bo'ladi.

Tanqidiy fikrlash – bu axborotni tahlil qilish, turli g'oyalarni baholash, ishonchli dalillarga asoslanib asosli xulosalar chiqarish jarayoni. Bu ko'nikma o'smirlarga voqealarga faqat hissiy jihatdan emas, balki mantiqiy va puxta mulohazalar asosida yondashishni o'rgatadi. O'smirlar tanqidiy fikrlashni egallagani sari ular o'z fikrini aniq, asosli va mustaqil tarzda ifodalashga intiladilar. Bu esa ularning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi va turli ijtimoiy vaziyatlarda mustaqil qarorlar qabul qilishga yordam beradi.

Shu bilan birga, tanqidiy fikrlash hissiyotlarni boshqarishda ham muhim vosita bo'lib xizmat qiladi. O'smirlar ko'pincha kuchli hissiy reaksiyalar bilan yuzlashadilar: jahldorlik, xafa bo'lish, tushkunlik yoki hayajon. Agar bu hissiyotlar ongli ravishda nazorat qilinmasa, ular nojo'ya xatti-harakatlarga sabab bo'lishi mumkin. Tanqidiy fikrlash esa bu hissiy holatlarni tahlil qilish, sabablari ustida fikr yuritish va vaziyatni baholash orqali hissiy javoblarni nazorat qilish imkonini beradi. O'smir, masalan, kimningdir tanqidiga duch kelsa, darhol g'azabga berilmasdan, aytilgan fikrni baholashga, konstruktiv nuqtai nazarni ajratishga harakat qiladi.

Bundan tashqari, tanqidiy fikrlash ijtimoiy muhitda hissiy barqarorlikni ta'minlaydi. O'smirlar ko'pincha do'stlar ta'sirida qolishlari, ommaviy axborot vositalarida ko'rilgan yoki tarmoqlarda o'qilgan har qanday ma'lumotni to'g'ri deb qabul qilishlari mumkin. Tanqidiy fikr yuritishni o'rgangan o'smir esa ma'lumotni tahlil qilish, ishonchligini baholash va hissiy ta'sirga tushmasdan to'g'ri qaror qabul qilish qobiliyatiga ega bo'ladi. U muhitda yuzaga keladigan bosim va manipulyatsiyalarga qarshi turishga, o'z nuqtai nazarini mustahkam saqlashga qodir bo'ladi.

Xulosa va tavsiyalar. O'smirlikda tanqidiy fikrlash va hissiy nazoratni shakllantirish, nafaqat individual taraqqiyot, balki jamiyatda ijtimoiy mas'uliyatli, ongli va barqaror shaxsni tarbiyalashda muhim rol o'ynaydi. Bu ikki ko'nikma bir-birini to'ldiradi: biri tahliliy tafakkurni, ikkinchisi esa emotsional barqarorlikni ta'minlaydi. Ularni uyg'un rivojlantirish orqali o'smirlar nafaqat bilimli, balki o'zini anglagan, vazmin va ijtimoiy muvozanatli yetuk shaxslar sifatida shakllanadilar.

Yuqorida keltirilgan tahlil va tushunchalarga asoslanib, o'smirlarda tanqidiy fikrlash va hissiyotlarni boshqarish ko'nikmalarini samarali rivojlantirish uchun quyidagi tavsiyalarni berish mumkin:

1. Tanqidiy savollar orqali tafakkurni faollashtirish: o'smirlar bilan muloqotda oddiy ha/yo'q javoblardan iborat savollar o'rniga "Nega?", "Qanday qilib?", "Boshqa qanday yechim bo'lishi mumkin?" kabi ochiq savollarni berish orqali ularni chuqurroq fikr yuritishga undash kerak.

2. O'qitish va tarbiyada muammoli vaziyatlardan foydalanish: muammoli vaziyatlar yoki hayotiy voqealarni tahlil qilishga asoslangan topshiriqlar, loyihalar yoki rolli o'yinlar orqali o'smirlar turli nuqtai nazarlarni o'rganish va dalil asosida fikr bildirishga o'rgatiladi.

3. Emotsional ong va o'zini tahlil qilishni rag'batlantirish: o'smirlarga o'z hissiyotlarini tan olish, nomlash va ularni baholashni o'rgatish lozim. Masalan, kundalik yuritish yoki "Bugun qanday his qilding va nega?" kabi savollar bilan refleksiya qilishni odatlantirish foydali bo'ladi.

4. Digital savodxonlikni oshirish: Internetda uchraydigan noto'g'ri yoki manipulyativ ma'lumotlarga nisbatan tanqidiy yondashuvni o'rgatish zarur. O'quvchilarga ishonchli manbalarni qanday aniqlash va ma'lumotlarni tahlil qilishni ko'rsatish kerak.

5. Modellash va namuna ko'rsatish: ota-onalar va ustozlar o'zlari tanqidiy fikr yuritish va hissiyotlarni boshqarish jarayonini ochiq namoyon qilib, o'smirlarga real hayotda bu ko'nikmalar qanday ishlashini ko'rsatishlari muhim.

6. Xatolarga ijobiy yondashuvni shakllantirish: o'smirlarga har bir xatolik — bu o'sish va o'rganish imkoniyati ekanligini tushuntirish kerak. Bu ularni muvaffaqiyatsizliklardan qo'rqmaslikka va tajriba asosida qaror qabul qilishga undaydi.

7. Jamoaviy faoliyat va munozaralarda ishtirokni qo'llab-quvvatlash: munozaralar, guruhli loyiha ishlari yoki tanqidiy fikrlashni talab qiluvchi bahs-munozaralarda qatnashish o'smirlar uchun turli fikrlarni eshitish, muhokama qilish va o'z pozitsiyasini asoslash ko'nikmasini rivojlantiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Dahlberg, M. & Moss, P. (2018). Theories and Practices of Early Childhood Education. 2nd ed. London: Sage Publications.

2. Brookfield, S. D. (2012). Teaching for Critical Thinking: Tools and Techniques to Help Students Question Their Assumptions. San Francisco: Jossey-Bass.

3. Zulkarnay, N. (2021). O'smirlar psixologiyasida tanqidiy tafakkurning o'rni. Tashkent: Ma'naviyat va ma'rifat.

4. Aizikovitsh-Udi, E., & Amit, M. (2011). Developing the skills of critical and creative thinking by probability teaching. *Procedia Social and Behavior sciences*, 15, 1087-1091.

5. Burke, L. A., & Williams, J. M. (2012). The impact of a thinking skills intervention on children's concepts of intelligence. *Thinking skills and creativity*. In press.

6. Chaffee, J. (1988). *Thinking critically* (2nd ed.). Boston, MA: Houghton Mifflin.

7. Cohen, J. W. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

8. Cropley, A. J. (2005). *Creativity in education & learning: A guide for teachers and educators*. Oxon: Routledge Falmer.

Xuseynova Abira Amonovna
Falsafa fanlari doktori, professor
Tolibova Marjona Tolib qizi
Buxoro davlat universiteti 1-bosqich magistranti

DEVIANT XULQLI O'SMIRLARDA KASB TANLASH MOTIVATSIYANING NAMOYON BO'LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada, deviant xulqli o'smirlarda kasb tanlash motivatsiyaning namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari ilmiy jihatdan o'rganilgan. Shuningdek maqolada, o'smirning hayotda muvaffaqiyatli bo'lishi, o'zini to'laqonli anglab yetishi va jamiyatga moslashuv jarayonlari tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: O'smirlik yoshi, deviant xulq, kasb, faoliyat, individuallik, motivatsiya.

Аннотация: В данной статье с научной точки зрения изучены психологические особенности проявления мотивации выбора профессии у подростков с девиантным поведением. В статье также анализируются процессы успеха подростка в жизни, его полноценного самосознания и адаптации к обществу.

Ключевые слова: Подростковый возраст, девиантное поведение, профессия, деятельность, индивидуальность, мотивация.

Abstract: *In this article, the psychological features of the manifestation of career choice motivation in adolescents with deviant behavior are scientifically studied. The article also analyzes the processes of adolescent success in life, full self-awareness, and adaptation to society.*

Keywords: *Adolescence, deviant behavior, profession, activity, individuality, motivation.*

Kirish. O'smirlik yoshi inson hayotining eng muhim va murakkab bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda shaxs shakllanishining intensiv jarayoni yuz beradi, o'smir o'zini anglash, jamiyatda o'z o'rnini topish, kelajakdagi hayot yo'lini belgilash kabi dolzarb masalalar bilan to'qnashadi. Ayniqsa, kasb tanlash jarayoni bu davrda muhim ahamiyat kasb etadi. O'smirning hayotda muvaffaqiyatli bo'lishi, o'zini to'laqonli anglab yetishi, jamiyatga moslashuvi ko'p jihatdan aynan ushbu tanlovga bog'liq. Biroq, ayrim o'smirlar ijtimoiy qoidalarga zid bo'lgan, ya'ni deviant xatti-harakatlar bilan ajralib turadigan holatlarda bo'lishi mumkin. Ularning psixologik holati, jamiyat va oilaviy muhit bilan bo'lgan o'zaro munosabatlari, ichki motivatsion jarayonlar kasb tanlashdagi qarorlariga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Deviant xulq — bu jamiyatda umumqabul qilingan me'yor va qadriyatlardan chetga chiqadigan xatti-harakatlar yig'indisidir. Bunday xatti-harakatlar o'z-o'ziga qaratilgan (masalan, o'zini izolyatsiya qilish, o'ziga shikast yetkazish) yoki ijtimoiy jihatdan salbiy (jinoyatchilik, tajovuzkorlik, noto'g'ri doiralarga qo'shilish) bo'lishi mumkin. Ushbu xulq-atvor shakllari ko'pincha bolalikda yuzaga kelgan ruhiy-psixologik muammolar, oilaviy ziddiyatlar, yetarli darajadagi emotsional qo'llab-quvvatlashning yo'qligi, maktab muhitidagi salbiy tajribalar, ijtimoiy tengdoshlarga moslasha olmaslik kabi omillar natijasidir. Shunday sharoitda ulg'aygan o'smirlar kasb tanlashda sog'lom motivatsion asosga ega bo'lmaydi, bu esa ularning kelajakdagi mehnat faoliyatida va ijtimoiy moslashuvda muammolar keltirib chiqaradi.

Motivatsiya — bu inson faoliyatini boshqaruvchi ichki psixik jarayon bo'lib, maqsadga erishish yo'lida harakatga undovchi omil hisoblanadi. Kasb tanlash motivatsiyasi esa o'smirning o'z imkoniyatlarini anglagan holda, mehnat bozoridagi ehtiyojlar, ijtimoiy maqom, shaxsiy qiziqish va qadriyatlar asosida hayotiy yo'lini belgilash jarayonidir. Deviant xulqli o'smirlar esa bu motivatsion jarayonlarda turli buzilishlar bilan yuzlashadilar. Ularning ba'zilar uchun kasb tanlash ijtimoiy maqomni tiklash vositasi bo'lishi mumkin bo'lsa, boshqalari uchun bu jarayon mutlaqo ahamiyatsiz bo'lib qoladi. Bu holatni chuqur tahlil qilish psixologik yondashuvni talab etadi.

Deviant xulqli o'smirlarning kasb tanlashdagi psixologik xususiyatlarini o'rganish bugungi kunda dolzarb ilmiy-amaliy muammodir. Bunday o'smirlar orasida kasb tanlash motivatsiyasi zaif, noaniq yoki mos kelmaydigan yo'nalishlarda shakllanadi. Ular ko'pincha real imkoniyatlarini noto'g'ri baholaydilar, o'zlarini jamiyatda yetarli darajada tasdiqlay olmasliklari natijasida kasbiy yo'nalishlarda chalkash qarorlar qabul qiladilar. Psixologik jihatdan ularning motivatsion tizimi beqaror, ichki nizolar bilan to'la bo'lib, bu holat ularning tanlovini barqaror qilishga to'sqinlik qiladi. Shuningdek, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimining zaifligi va individual psixik muammolar bu jarayonda hal qiluvchi omillardan hisoblanadi.

Mazkur mavzuni chuqur o'rganish orqali deviant xulqli o'smirlarning kasb tanlashdagi psixologik holatlarini aniqlash, ularga tegishli korreksion yondashuvlarni ishlab chiqish imkoniyati yaratiladi. Shu orqali nafaqat ularning individual rivojlanishiga, balki jamiyatda sog'lom ijtimoiylashuvlariga xizmat qiluvchi muhim shart-sharoitlar ta'minlanadi. Psixologlar, pedagoglar, ijtimoiy ishchilar va ota-onalar o'rtasidagi samarali hamkorlik o'smirning kelajagini to'g'ri yo'naltirishda muhim rol o'ynaydi. Kasb tanlashga oid motivatsion psixologiyani chuqur tahlil qilish esa nafaqat ilmiy-nazariy ahamiyatga, balki real ijtimoiy foydaga ham ega bo'ladi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. O'smirlarning kasb tanlash motivatsiyasiga ta'sir qiluvchi psixologik omillarni tahlil qilishda, ularning o'zini anglash darajasi, o'ziga bo'lgan ishonch va kelajakdagi muvaffaqiyatga bo'lgan umidlarining ahamiyati katta. O'smirlar o'zlarini qanday anglashlari va o'ziga bo'lgan ishonchlari, ularning kelajakdagi kasb tanlash motivatsiyasiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Agar o'smir o'ziga ishonmasa yoki o'zini jamiyatda tasdiqlay olmasa, u kasb tanlashda noaniqlik va qaror qabul qilishda qiyinchiliklarga duch kelishi

mumkin. Shu bilan birga, o'smirlarning kelajakdagi muvaffaqiyatga bo'lgan umidlari, ularning kasb tanlash motivatsiyasini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Agar o'smir kelajakda muvaffaqiyatga erishishiga ishonmasa, u kasb tanlashda passivlik va qiziqishning yo'qolishi mumkin.

Marjona Tolibovanning 2024-yilda chop etilgan maqolasida deviant xulqli o'smirlarda kasb tanlash motivatsiyasining shakllanishi va uning namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari tahlil qilingan. Maqolada o'smirlarning shaxsiy va ijtimoiy omillari, oila, ta'lim muassasalari va psixologik maslahatlarning ahamiyati muhokama qilinadi. Shuningdek, deviant xulqning motivatsion strukturasiga ta'sir etuvchi faktorlar, psixodiagnostik va psixokorreksion metodlar bayon etilgan. Tadqiqotning amaliy ahamiyati shundaki, unda o'smirlarni mehnat faoliyatiga yo'naltirish orqali ularda ijobiy motivatsiyani rivojlantirish usullari haqida tavsiyalar berilgan.

Hafiza Bekmurodova va Shahnoza Toshkanovanning 2024-yilda chop etilgan maqolasida o'smirlarni kasbga yo'naltirishda tarbiya jarayonining psixologik mohiyati o'rganilgan. Maqolada o'smirlarning kasbga yo'nalganligi modeli, kasb tanlashga ta'sir etuvchi asosiy va quyi omillar, kasbiy tiplar muvofiqligi, kasbni tanlash va kasbiy faoliyatda o'zini mukammallashtirishga qadar bo'lgan bosqichlar tahlil qilingan. Shuningdek, kasbiy motivlarning shakllanish omillari to'g'risida ilmiy xulosalar berilgan.

Shahzodjon Zokirjonovich Abdullayevning 2022-yilda chop etilgan maqolasida o'smirlar, xususan maktab bitiruvchilari va kasb tanlash yoshidagi yoshlarning ushbu tanlov jarayonidagi yuzaga keladigan muammolari va ularning kasbiy psixologiya fani yordamida yechish masalalari tahlil qilingan. Maqolada o'smirlarning kasb tanlash motivatsiyasining shakllanishining ijtimoiy-psixologik tamoyillari muhokama qilinadi.

O'smirlarning kasb tanlash motivatsiyasiga ta'sir qiluvchi psixologik omillarni tahlil qilishda, ularning o'zini anglash darajasi, o'ziga bo'lgan ishonch va kelajakdagi muvaffaqiyatga bo'lgan umidlarining ahamiyati katta. O'smirlar o'zlarini qanday anglashlari va o'ziga bo'lgan ishonchlari, ularning kelajakdagi kasb tanlash motivatsiyasiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Agar o'smir o'ziga ishonmasa yoki o'zini jamiyatda tasdiqlay olmasa, u kasb tanlashda noaniqlik va qaror qabul qilishda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Shu bilan birga, o'smirlarning kelajakdagi muvaffaqiyatga bo'lgan umidlari, ularning kasb tanlash motivatsiyasini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Agar o'smir kelajakda muvaffaqiyatga erishishiga ishonmasa, u kasb tanlashda passivlik va qiziqishning yo'qolishi mumkin.

Deviant xulq — bu jamiyat tomonidan belgilangan me'yorlardan chetga chiqadigan xatti-harakatlar yig'indisidir. O'smirlar orasida deviant xulqning mavjudligi, ularning kasb tanlash motivatsiyasiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Masalan, o'smirlar o'zlarini jamiyatdan ajralgan yoki e'tibordan chetda qolgan his qilishlari natijasida, kasb tanlashda ijtimoiy maqomni tiklashni maqsad qilishi mumkin. Biroq, bu motivatsiya ko'pincha qisqa muddatli bo'lib, uzoq muddatda muvaffaqiyatli kasbiy faoliyatga olib kelmasligi mumkin. Shu sababli, deviant xulqli o'smirlarning kasb tanlash motivatsiyasini tahlil qilishda, ularning ijtimoiy va psixologik holatini inobatga olish zarur.

Muhokama. Deviant xulqli o'smirlarning kasb tanlash jarayoniga psixologik jihatdan yondashish nafaqat individual xatti-harakatlarni, balki ularning ong ostida yotgan motivatsion kuchlarni ham tahlil qilishni talab etadi. Jamiyat me'yorlariga zid harakat qiladigan o'smirlar, odatda, o'zini oqlash, qabul qilinish va e'tiborni jalb qilishga qaratilgan alternativ motivatsiya tizimiga ega bo'lishadi. Bu holat ularning kasb tanlashda ham an'anaviy qadriyatlardan chetga chiqish ehtimolini oshiradi. Masalan, deviant xulqli o'smirlar o'zlariga "erkin", "chegarasiz" deb ko'ringan kasblarga moyil bo'lishi mumkin. Bunday sharoitda kasb tanlash jarayoni o'smir shaxsi uchun ichki kurash, qabul qilinmaslik qo'rquvi va o'zini tasdiqlash ehtiyoji bilan murakkab tarzda bog'langan bo'ladi.

Kasb tanlash – bu shunchaki mehnat faoliyatini belgilash emas, balki shaxsning ichki dunyosini, qiziqishlarini va ehtiyojlarini aks ettiruvchi muhim qarordir. Deviant xulqli o'smirlarning psixologik salomatligi odatdagi holatdan farq qilgani sababli, ularning kasbiy qarorlari ham ba'zida impulsiv, rejasiz yoki noratsional bo'lishi mumkin. Ichki stress, oilaviy

beqarorlik, doimiy bahslar va o'ziga nisbatan ishonchsizlik ularni jamoaviy qadriyatlarni inkor etishga olib keladi. Shu sababli, psixologik muammolar chuqurlashgani sari kasb tanlashdagi motivatsion mezonlar buziladi va bunday o'smirlar jamiyatga yot yoki zararli ko'rinadigan sohalarga qiziqishi mumkin. Bu esa ular bilan profilaktik ishlash zaruratini kuchaytiradi.

Deviant xulqli o'smirlarning kasb tanlashdagi muvaffaqiyati ko'pincha ularning atrof-muhitdan olgan psixologik qo'llab-quvvatlash darajasiga bog'liq. Ijtimoiy institutlar – maktab, oila, mahalla va yoshlar tashkilotlari tomonidan ko'rsatiladigan e'tibor ularning ijobiy motivatsiyasini rag'batlantirishi mumkin. Aksincha, e'tiborsizlik yoki rad etilish holatlari o'smirning ichki agressiyasini kuchaytiradi va salbiy motivatsiyalarga olib keladi. Shu jihatdan olib qaraganda, deviant xatti-harakatlarga ega o'smirlar uchun moslashtirilgan kasbga yo'naltirish dasturlari – psixologik maslahatlar, mentorlik, kasb tanlash testlari va amaliy mashg'ulotlar – juda zarur hisoblanadi.

O'smirlik davri inson rivojlanishida eng nozik bosqich bo'lib, aynan shu davrda shaxsiy qiziqishlar shakllana boshlaydi. Biroq deviant xulqli o'smirlar bu qiziqishlarini jamiyatning stereotiplari bilan muvofiqlashtirishda qiyinchilikka uchraydi. Odatda, ular tanlagan soha "noto'g'ri", "muvaffaqiyatsiz" yoki "ijtimoiy xavfli" deb baholanadi. Bu esa o'smirda ichki konfliktga olib keladi. Shu nuqtai nazardan qaraganda, o'smirlar bilan ishlashda ularning individual imkoniyatlarini aniqlash va shaxsiy qiziqishlarini inobatga olgan holda yo'l-yo'riq ko'rsatish juda muhimdir. Chunki kasb tanlash faqat iqtisodiy zarurat emas, balki shaxsiy o'zini anglash jarayoni hamdir.

Deviant xulqli o'smirlarda kasb tanlash motivatsiyasini to'g'ri shakllantirish uchun maxsus psixokorreksion uslublardan foydalanish talab etiladi. Bular orasida – motivatsion intervyu texnikasi, kognitiv xulq-atvor terapiyasi, kasbiy rol o'yinlari, hamda shaxsiy kuchli tomonlarni aniqlovchi treninglar samarali hisoblanadi. Shu bilan birga, zamonaviy texnologiyalar asosida tuzilgan kasbiy yo'naltirish dasturlaridan (masalan, virtual kasb tanlash platformalari) foydalanish, o'smirlar o'z qobiliyatlari va qiziqishlariga mos keladigan yo'nalishlarni ko'rsatishda katta yordam beradi. Yana bir muhim omil – o'smirlarning mustaqil tanlov qilish huquqini hurmat qilish va ularni shaxs sifatida qabul qilishdir.

Xulosa. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, deviant xulq-atvorning shakllanishi va o'smirlarning kasb tanlashdagi motivatsiyalari bevosita bir-biriga bog'liq. O'smirlik davri — bu shaxsning o'zini anglash, ijtimoiy rolini topish va mustaqil qarorlar qabul qilish bosqichidir. Biroq deviant xulqli o'smirlar ko'pincha bu jarayonlarda ijtimoiy qo'llab-quvvatlashdan mahrum bo'lgan yoki noto'g'ri yo'naltirilgan bo'lishadi. Bu esa ularning kasb tanlash motivatsiyasida beqarorlik, o'ziga ishonchsizlik va noratsional qarorlar qabul qilish kabi holatlarga olib keladi. Shuning uchun bu ikki holatni birgalikda tahlil qilish zarur.

Kasb tanlash motivatsiyasining shakllanishida oilaviy muhit, ta'lim tizimi va ijtimoiy institutlar hal qiluvchi rol o'ynaydi. Deviant xulqli o'smirlar odatda mehrsiz, nizoli yoki beqaror oilalarda voyaga yetadi, bu esa ularning hayotga, kelajak rejalarga bo'lgan ishonchini susaytiradi. Agar o'smir kasb tanlashda ijobiy model yoki turtkiga ega bo'lmasa, u noan'anaviy, ba'zida esa jamiyatga zid kasblarga intilishi mumkin. Shu sababli, ularni to'g'ri yo'lga solish uchun oilaviy muhitni sog'lomlashtirish, maktabda psixologik xizmatni kuchaytirish va ijtimoiy institutlar bilan tizimli ish olib borish muhimdir.

Deviant xulqli o'smirlarning kasbga bo'lgan qiziqishini aniqlash va mustahkamlashda psixokorreksion dasturlar, kasbiy yo'naltirish mashg'ulotlari, motivatsion intervyu uslublari va treninglar samarali natijalar beradi. Bu vositalar orqali o'smirlar o'z kuchli tomonlarini tan oladi, qiziqishlarini ochadi va real hayotga mos kasblarni tanlashga harakat qiladi. Bunday yondashuv ularning ijtimoiy moslashuvchanligini oshiradi, ijobiy xulq-atvorni shakllantiradi va jamiyatga qayta integratsiyasini ta'minlaydi.

Xulosa shuki, deviant xulqli o'smirlar orasida kasb tanlash motivatsiyasini rivojlantirishda nafaqat psixologik yondashuv, balki mehnat bozorining real talablarini ham inobatga olish kerak. O'smirning qiziqishini jamiyat ehtiyojlariga mos ravishda yo'naltirish orqali nafaqat shaxsiy muvaffaqiyat, balki ijtimoiy barqarorlikka ham erishish mumkin. Demak, kasb tanlash

motivatsiyasini shakllantirish jarayoni ikki tomonlama — shaxsiy va ijtimoiy ehtiyojlar muvozanati asosida olib borilishi zarur.

Deviant xulqli o'smirlarning kasb tanlashiga oid motivatsiyalarini o'rganish nafaqat psixologik, balki ijtimoiy va siyosiy masala hamdir. Ushbu yo'nalishda olib borilayotgan ilmiy izlanishlar, amaliy dasturlar va davlat siyosati uyg'unlashgan taqdirda, natijalar samarali bo'ladi. Davlat tomonidan ko'rsatilayotgan kasbiy orientatsiya dasturlari, ijtimoiy rehabilitatsiya markazlari, psixologik maslahat xizmatlari bu boradagi bo'shliqlarni to'ldira oladi. Asosiysi, har bir o'smirlarning individual xususiyatlarini inobatga olgan holda ishlash zarur. Bu esa, oxir-oqibatda, jamiyatdagi umumiy ijtimoiy sog'lomlikni ta'minlashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Abduraxmonova R.B. "Pedagog va psixologlarda kasbiy yo'nalganlikning kamol topishi" mavzusidagi dissertatsiya ishi. Toshkent. 2008. – 64 b.
2. Axmadov N.R. "Dezadaptatsiyalashgan o'smirlarni rehabilitatsiya qilishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari" mavzusidagi dissertatsiya ishi. - Buxoro., 2024. – 75 b.
3. Asomova R.Z. "Kasb tanlash motivatsiyasi va uning dinamikasi". Psix.f.n..dis.- T., 2002. – 137 b.
4. Asadov Yu, Musurmonov. R. O'smirlar deviant xatti-harakatining ijtimoiy – psixologik xususiyatlari. Toshkent: 2011. – 154 b

Xasanova Gulnoza Raxatjanovna,
Urganch davlat universiteti tayanch doktoranti
gulnoza.khasanova3110@mail.ru

MUSTAQIL TA'LIM JARAYONIDA TALABALARDA KASBIY KOMPETENSIYALARNI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada oliy ta'lim tizimida talabalarining mustaqil ta'lim faoliyatini tashkil etish orqali kasbiy kompetentsiyalarni shakllantirishning pedagogik asoslari tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: mustaqil ta'lim, kasbiy kompetentsiya, talabalar faolligi, pedagogik yondashuv, shaxsga yo'naltirilgan ta'lim, tahliliy fikrlash, innovatsion ta'lim texnologiyalari.

Аннотация. В данной статье проанализированы педагогические основы формирования профессиональных компетенций путем организации самостоятельной учебной деятельности студентов в системе высшего образования.

Ключевые слова: самостоятельное обучение, профессиональная компетенция, активность студентов, педагогический подход, лично-ориентированное обучение, аналитическое мышление, инновационные образовательные технологии.

Abstract. This article analyzes the pedagogical foundations of the formation of professional competencies through the organization of students' independent educational activities in the higher education system.

Keywords: independent learning, professional competence, student activity, pedagogical approach, personality-oriented learning, analytical thinking, innovative educational technologies.

Kirish. Jahon iqtisodiyotida yuzaga kelayotgan zamonaviy tendensiyalar, jumladan, bilimga asoslangan iqtisodiyot ("bilim iqtisodiyoti")ning shakllanishi, yuqori malakali va raqobatbardosh inson kapitalini eng muhim strategik resurs sifatida namoyon etmoqda. Bu esa oliy ta'lim tizimidan yangi sifat darajasini talab etmoqda. Ta'lim sohasida global miqyosda kuzatilayotgan o'zgarishlar natijasida ta'lim sifatini oshirish, innovatsion yondashuvlarni joriy etish va talabalarining mustaqil fikrlash hamda bilim olish faoliyatini rag'batlantirish dolzarb vazifalardan biriga aylanmoqda.

Zamonaviy oliy ta'lim tizimida kasbiy tayyorgarlikning samaradorligi talabalarda nafaqat nazariy bilimlarni o'zlashtirish, balki real hayot muammolarini hal qilishga qodir bo'lgan kompetent shaxsni shakllantirish bilan chambarchas bog'liq. Bunda talabalarning mustaqil ta'limi pedagogik jarayonning muhim tashkil etuvchi qismi sifatida namoyon bo'lib, kasbiy kompetentsiyalarni shakllantirishning asosiy vositasiga aylanmoqda.

Ayniqsa, raqobatbardosh mutaxassislarni tayyorlashda ta'lim mazmunini kompetentsiyalar asosida qayta ko'rib chiqish, o'quv jarayonida talabaning bilim, ko'nikma va malakalarini muammoli vaziyatlar orqali rivojlantirishga qaratilgan yondashuvlar muhim ahamiyat kasb etmoqda. Bunda ta'lim mazmuni nafaqat nazariy bilimlarni o'zlashtirish, balki talabaning iqtisodiy, siyosiy, madaniy, axborot va boshqa sohalardagi real muammolarni hal qilish qobiliyatini shakllantirishga xizmat qilishi lozim.

Hozirgi kunda oliy ta'lim tizimida "o'qitish paradigmasi"dan "o'rgatish va o'zlashtirishga yo'naltirilgan ta'lim paradigmasi"ga bosqichma-bosqich o'tish jarayoni kechmoqda. Bu esa mustaqil ta'lim (MO'I)ning rolini tubdan qayta ko'rib chiqishni taqozo etadi. Mustaqil ta'lim endi faqat yordamchi vosita emas, balki talabaning faol bilish jarayonini shakllantiruvchi, kasbiy mustaqillik va uzluksiz ta'limga tayyorgarlikni ta'minlovchi asosiy komponent sifatida namoyon bo'lmoqda.

Shunday ekan, bugungi kunda oliy ta'lim muassasalarida ta'lim jarayonini samarali tashkil etish, fan dasturlari va ta'lim texnologiyalarini qayta ko'rib chiqish, shuningdek, talabalarning mustaqil faoliyatini maqsadli va tizimli yo'lga qo'yish ta'limni modernizatsiya qilishning asosiy shartlaridan biriga aylanmoqda.

Asosiy qism. Mustaqil ish – bu talabaning o'z o'quv faoliyatini rejalashtirish, boshqarish, baholash va takomillashtirish qobiliyatini rivojlantiradigan faoliyat turidir. Talabalarning mustaqil ta'limi – bu rejalashtirilgan yakka tartibdagi yoki jamoaviy shaklda amalga oshiriladigan o'quv va ilmiy faoliyat bo'lib, u o'qituvchining uslubiy va ilmiy rahbarligi hamda nazorati ostida tashkil etiladi. U ta'lim jarayonining uzviy qismi sifatida, talabaning bilish faolligini yuksaltirishga, tahlil va muammo yechish qobiliyatini shakllantirishga xizmat qiladi. Mustaqil ta'lim shu jihatdan bilim olishning yuqori shakli bo'lib, o'z-o'zini o'qitish va rivojlantirish mexanizmini o'z ichiga oladi.

Shu bilan birga, mustaqil ta'limni rejalashtirish, tashkiliy shakllari, amalga oshirish usullari hamda natijalarni baholash tizimi ta'limni modernizatsiya qilish nuqtai nazaridan yetarli darajada ilmiy asoslangan holda o'rganilmagan. Ayniqsa, pedagogik ta'lim jarayonida mustaqil ishni to'g'ri tashkil etish masalasi murakkab va dolzarb hisoblanadi. Buning zahirida nafaqat metodik yondashuv, balki shaxsiylashtirilgan, faol ta'lim muhitini yaratish zarurati ham mujassamdir.

Hozirgi ta'lim tizimida talabalarda kommunikativ, tahliliy va ijodiy kompetentsiyalarni shakllantirish talab etiladi. Bu esa mustaqil ishga bo'lgan yondashuvni o'zgartirish, uni shaxsga yo'naltirilgan, faol ta'lim texnologiyalari asosida tashkil etishni taqozo etadi. Mustaqil ishning samaradorligi uni yaxlit, tizimli va bosqichma-bosqich shaklda tashkil etilganda ta'minlanadi. Uning mazmun va shakl jihatdan boy bo'lishi, talabaning shaxsiy rag'bat va ichki motivatsiyasiga suyanigan holda tashkil etilishi lozim.

Ma'lumki, motivatsiya shaxsni muayyan faoliyatga undaydigan omillar majmuasidir. U o'quv faoliyatida turtki (undavchi), ma'no (shaxsiy mazmun) va tashkiliy (maqsadni shakllantiruvchi) funktsiyalarni bajaradi. Aynan bilish motivatsiyasining to'g'ri shakllanishi talabaning mustaqil ta'limga intiluvchanligini ta'minlaydi. Bu esa ta'lim jarayonining asosiy maqsadi – "talabani o'qishga o'rgatish" g'oyasini amalda ro'yobga chiqaradi.

Mustaqil ish jarayonida talabalarning bilish faolligi individual holatga ega: ayrim talabalarda bu tug'ma xususiyat bo'lsa, boshqalarida u maqsadli tashkil etilgan ta'lim orqali shakllantiriladi. Ta'lim faoliyatining vazifasi esa talabaning mavjud bilimsizligini aniqlash emas, balki uning aqliy, ruhiy, ijodiy va motivatsion zaxirasini ishga solishga yo'naltirilishi lozim.

Oliy ta'lim muassasalarida mustaqil ta'lim jarayoni to'liq ta'minlangan moddiy-texnik baza, metodik resurslar, axborot manbalari hamda yuqori malakali pedagog kadrlarning mavjudligi kabi obyektiv omillarga tayanadi. Subyektiv omillar esa o'quv jarayoni ishtirokchilarining islohotlarga tayyorligi, o'z-o'zini rivojlantirishga intilishi bilan belgilanadi. Bu holatda shaxsga yo'naltirilgan

ta'limni amalga oshirish, o'qituvchi va talabaning hamkorlikdagi ijodiy munosabatini ta'minlash zarur bo'ladi.

Mustaqil ishni tashkil etishning subyektiv shart-sharoitlari o'quv jarayoni ishtirokchilariga, avvalo ularning islohotlarga va o'z-o'zini rivojlantirishga tayyorligiga bog'liq.

Mustaqil ta'limga urg'u berish "tayyor" bilimlarni yetkazuvchi va fikrlashning takroriy turini ("namunaga ko'ra harakat qilish") shakllantiradigan o'qituvchi yetakchilik qiladigan an'anaviy o'qitish tizimidan talaba faol va yuqori motivatsiyaga ega subyekt sifatida qatnashadigan ta'lim tizimiga o'tishni talab etadi. O'qituvchi talabaning o'quv faoliyatini tashkil etadi va boshqaradi, kelajakdagi innovatsion faollik uchun juda zarur bo'lgan ijodkorlikni rivojlantirishni rag'batlantiradi.

Shaxsga yo'naltirilgan ta'lim eng avvalo, shaxsga yo'naltirilgan bo'lib, ta'limning eng keng ma'noda (topshiriqlarning muqobilligi, muqobil kurslar va h.k.) o'qituvchilar va talabalar o'rtasidagi munosabatlarning demokratik turi bo'lib, u birinchisining ustunligi va ikkinchisining bostirilishiga emas, balki hamkorlik, o'zaro muvofiqlashtirish, birgalikda ijod qilish va o'zaro yordamga qaratilgan ta'lim turi hisoblanadi. Bunday yondashuv shaxsga o'z intellektual qobiliyatlarini maksimal darajada ro'yobga chiqarish va jamoada ishlashni o'rganish imkonini beradi. Ta'lim beruvchi va ta'lim oluvchining birgalikdagi faoliyatining muvaffaqiyati ko'p jihatdan mustaqil ishni tashkil etish uchun mashg'ulotlarning maqbul shakllari va turlarini tanlashga bog'liq.

Oliy ta'lim jarayonida mustaqil ishni tashkil etish uchta o'zaro bog'liq shaklning uyg'unligini ta'minlashi lozim:

- Auditoriyada bajariladigan mustaqil ish.
- Auditoriyadan tashqarida bajariladigan mustaqil ish.
- Ijodiy faoliyat, shu jumladan ilmiy-tadqiqot ishi.

O'qituvchi mustaqil ishni tashkil etishning eng samarali usullarini tanlaydi, bunda u o'quvchilarning o'rganishga bo'lgan ishtiyoqini oshirishga, topshiriq hajmini aniq belgilashga va har bir talabaning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda uni bajarish uchun maqbul vaqtni aniqlashga intiladi. Talabaning kuchi yetmaydigan darajada katta hajmdagi topshiriq va haddan tashqari yuqori talablar ta'lim samaradorligini keskin pasaytiradi.

Hozirgi kunda pedagogika fanlarini o'qitish amaliyotida kasbiy malakani, mustaqil ta'lim olishga tayyorgarlikni shakllantirishni ta'minlaydigan zamonaviy shaxsga yo'naltirilgan texnologiyalardan samarali foydalanilmoqda.

Muammoli - o'rganilayotgan sohani faol o'zlashtirish va undan foydalanish maqsadida talabadan muammoli-izlanish vazifalarini hal qilish zarurligini talab qiladigan samarali yechim va vaziyatlarni yaratishni nazarda tutuvchi qidiruv texnologiyalari hisoblanadi.

Samarali mustaqil ishning yana bir keng qo'llaniladigan turi keys-tahlil deb ataladi. Keyslar ko'pincha biznes sohasidagi haqiqiy vaziyatlar bo'lib, ular munozara uchun asos va mavzu beradi, muammoni, uning sabablarini, ichki mantiqini va mumkin bo'lgan oqibatlarini baholaydi (baholash keyslari) yoki muqobil yechimlarni tahlil qilishni va optimal variantni tanlashni o'z ichiga oladi (qaror qabul qilishni o'z ichiga olgan keyslar).

Ijodiy loyiha ustida ishlash jarayoni barcha ilgari shakllanganlardan foydalanish imkonini beradi. Ko'nikma va malakalar, muammoli masalani qo'yish, tanlash kabi shaxsning ijodiy imkoniyatlarini maksimal darajada jalb qilish, uni hal etish tartibini, dastlabki axborotni to'plash va tahlil qilish, muammoni hal etishning asosiy variantlarini aniqlash, xulosalar va ularni mantiqiy shaklda rasmiylashtirish, ularni omma oldida taqdim etishga undaydi.

Ushbu yondashuvlar talabalarda tahliliy tafakkur, muammoli fikrlash, qaror qabul qilish, ijtimoiy-kasbiy yechimlarni ishlab chiqish qobiliyatlarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Xulosa sifatida shuni ta'kidlash lozimki, mustaqil ta'lim – bu faqatgina o'quv jarayonining tashkiliy shakli emas, balki talabalarda kasbiy kompetentsiyalarni shakllantirish va rivojlantirishga xizmat qiluvchi tarkibiy tizimdir. U ta'lim jarayonini shaxsga yo'naltirilgan, innovatsion va faol shaklda tashkil etishni talab qiladi. Mustaqil ish orqali talabalarda o'z-o'zini boshqarish, tahlil

qilish, ijodiy fikrlash, bilimlarni amalda qo'llash, zamonaviy mehnat bozorida raqobatbardosh mutaxassis sifatida shakllanish kabi muhim qobiliyatlar rivojlanadi.

Mustaqil ta'lim samaradorligini ta'minlash uchun uni to'g'ri rejalashtirish, pedagogik va tashkiliy jihatdan puxta yo'lga qo'yish zarur. Bu jarayonda faqat mustaqil ish soatlarini ko'paytirish emas, balki uning mazmun, maqsad va uslub jihatdan maqbulligini ta'minlash, ta'limning barcha shakllari bilan integratsiyalashtirish muhim hisoblanadi. Shu boisdan, mustaqil ish ta'limning strategik maqsadlariga xizmat qiluvchi, talabani shaxsiy va kasbiy rivojlanishini ta'minlovchi omilga aylanishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Oliy ta'lim tizimini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 2909-sonli Qarori, Qonun hujjatlari to'plami, 9-son.
2. Topolskiy, V. O. Problemi organizatsii samostoyatelnoy raboti studentov universiteta v protsesse kreditno-modulnoy sistemy obucheniya / V. O. Topolskiy. — Tekst : neposredstvenniy // Molodoy ucheniy. — 2014. — № 3 (62). — S. 1039-1043. — URL: <https://moluch.ru/archive/62/9549/> (data obrasheniya: 16.10.2023).
3. Baynazarova A.V. Ispolzovanie informatsionno-kommuni-katsionnoy texnologii v organizatsii samostoyatelnoy raboti studentov / A. V. Baynazarova, I. K. Proskurina Yaroslavskiy pedagogicheskiy vestnik. — 2012. — № 3. — Tom II (Psixologo-pedagogicheskie nauki). — S. 170–174. 2.
4. Morozova N. V. Innovatsionnie sredstva organizatsii samostoyatelnoy raboti studentov / N. V. Morozova // Molodoy ucheniy. — 2011. — № 2. T.2. — S. 102–104.
5. B. N. Guzanov, N. V. Morozova, Ko'p darajali ta'lim modelini tashkil ettirish bo'yicha universitet talabalarini mustaqil ishini tashkil ettirish, Monografiya, Ekaterinburg, 2014.
6. Pichkova L.S. Talabalarning mustaqil ishini tashkil etish kasbiy ahamiyatga molik kompetensiyalarni shakllantirish omili sifatida / L.S. Pichkova // Globalashuv sharoitida Rossiya iqtisodiyotining raqobatbardoshligini oshirish yo'llari, Konferentsiya materiallari. MGIMO (U) Rossiya Federatsiyasi Tashqi ishlar vazirligi. - M.: MGIMO-Universiteti, 2008.

Erkayeva Dilfuza Muxtor qizi

Osiyo Xalqaro universiteti 2-bosqich magistranti
BuxDU psixologiya kafedrasida dotsenti,(PhD)

BOSHLANG'ICH TA'LIM O'QITUVCHILARNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARINI RIVOJLANTIRISHNING NAZARIY JIHATLARI

Anotatsiya: Ushbu maqolada boshlang'ich ta'lim o'qituvchisining o'quvchi bolalarga nisbatan munosabati hamda o'qituvchi shaxsining psixologik xususiyatlari va o'qituvchi shaxsining kasbiy ahamiyatli xususiyatlari to'g'risida fikr-mulohazalar keltirilgan. Shuningdek, psixolog olimlarning o'qituvchi shaxsiga kasbiy hamda shaxsiy xislatlari, pedagogik xususiyatlari to'g'risida ilmiy nazariyalari ham keltirib o'tilgan. Bundan tashqari, ta'limning muvaffaqiyati bevosita o'qituvchi shaxsiga, uning kasbiy va umumiy madaniy tayyorgarligiga, ijodiy salohiyatiga bog'liqligi to'g'risida bir qancha mulohazalar ham maqoladan o'rin egallagan.

Kalit so'zlar: motiv, ehtiyoj, moyillik, o'z-o'zini anglash, estetik his-tuyg'ular, ichki motivatsiya, pedagogik irodaviy ta'sir.

Аннотация: В статье представлены мнения об отношении учителя начальных классов к ученикам, а также о психологических особенностях личности учителя и профессионально значимых характеристиках личности учителя. Приводятся также научные теории психологов о профессиональных и личностных качествах и педагогических

характеристиках учителя. Кроме того, в статье содержится ряд наблюдений о том, что успешность образования напрямую зависит от личности педагога, его профессиональной и общекультурной подготовки, творческого потенциала.

Ключевые слова: мотив, потребность, влечение, самосознание, эстетические чувства, внутренняя мотивация, педагогическое волевое воздействие.

Annotation: This article presents opinions on the attitude of a primary school teacher towards students, as well as on the psychological characteristics of the teacher's personality and the professionally significant characteristics of the teacher's personality. Also, scientific theories of psychologists about the professional and personal qualities of the teacher's personality, pedagogical characteristics are presented. In addition, the article also contains a number of comments on the fact that the success of education directly depends on the personality of the teacher, his professional and general cultural preparation, and creative potential.

Keywords: motive, need, inclination, self-awareness, aesthetic feelings, internal motivation, pedagogical volitional influence.

Kirish. O'qituvchi kasbining o'ziga xos xususiyati shundaki, u odamlar bilan muvaffaqiyatli o'zaro munosabatda bo'lgan bilim, ko'nikma va ko'nikmalarga muhtoj: o'quvchilar, hamkasblar bilan munosabatlarini tashkil etish, sinfdoshlarning bir-biri bilan munosabatlarini normallashtirishga yordam berish, muloqot qobiliyatlarini rivojlantirish kabilarni o'z ichiga oladi. O'qituvchi psixologik madaniyatining o'zagini hamkorlik pedagogikasida amalga oshirilgan pedagogik muloqot tashkil etadi, desak mubolag'a bo'lmaydi. Zamonaviy boshlang'ich sinf o'qituvchisining shaxsiga bir qator jiddiy talablar qo'yiladi. Boshlang'ich sinf o'qituvchisining shaxsiy fazilatlarini aniqlash kasbiy o'zini o'zi belgilash jarayonining nazariy asoslanishiga tayanishni o'z ichiga oladi. O'qituvchining shaxsiyati, uning o'quvchiga nisbatan ta'siri juda katta bo'lib, uning o'rnini hech qachon pedagogik texnika egallamaydi. Maktabning mavjud ustavida o'qituvchining kasbiy majburiyatlari belgilanib qo'yilgandir.

Har doim ta'limning muvaffaqiyati bevosita o'qituvchi shaxsiga, uning kasbiy va umumiy madaniy tayyorgarligiga, ijodiy salohiyatiga bog'liqdir. O'qituvchi faoliyatining muvaffaqiyati nafaqat uning ta'lim berishida balki uning tarbiya usullari bilan ham belgilanadi, lekin ko'p jihatdan uning shaxsiyati, xarakteri va mahorati, o'quvchilar bilan munosabatlari, mehnatga ijodiy munosabati bilan belgilanadi. Ko'pincha maktab o'quvchilarining aqliy va shaxsiy rivojlanishi qanchalik to'liq bo'lishi, ularning motivlari va ehtiyojlari, qiziqishlari va moyilliklari, mustaqil ijodiy fikrlash, ularning o'z-o'zini anglashi, ijtimoiy faolligi va axloqiy tarbiyasi ko'p jihatdan o'qituvchi shaxs sifatida ham, kasb egasi sifatida ham bog'liqdir. Hozirgi bosqichda o'qituvchining, ayniqsa boshlang'ich sinf o'qituvchisining kasbiy mahoratining asosi, bizning fikrimizcha, uning boshqa odamlarni, xususan, o'quvchilarni o'zlarining individual xususiyatlari bilan, o'zlari kabi qabul qilish qobiliyati va tayyorligi kabi o'ziga xosliklarini o'rgatish mumkin.

Boshlang'ich sinf o'qituvchilari o'z o'quvchilariga nisbatan o'ziga xos ilqlik va mehr-oqibat, onalik mehri bilan ajralib turadi. Bizning tadqiqotimizga ko'ra, boshlang'ich sinf o'qituvchisi yuqori aql-zakovat, umumiy madaniyat va so'zsiz axloqiylik bilan ajralib turadi, ular kommunikativ va tashkiliy faoliyatga faol intiladi, qiyin vaziyatlarda tezda harakat qiladi, mustaqil qarorlar, har xil o'yinlarni, tadbirlarni tashkil qilishni yaxshi ko'radi. Pedagogik faoliyat uslubida ular ko'plab afzalliklari bilan ajralib turadi. Shuningdek, yuqori darajadagi bilim, aloqa, tushuncha, yuqori metodiklik, talabchanlik, o'quv materialini qiziqarli tarzda o'qitish qobiliyati, o'quvchilarni faollashtirish qobiliyati, mohirona foydalanish va o'zgaruvchanlik. o'qitish shakllari va usullari albatta sezilarli darajadagi mahorat hisoblanadi.

L.V.Zankovning eksperimental tizimida boshlang'ich sinf o'qituvchisining an'anaviy o'qitishi bilan bergan vazifalarning natijasi qabul qilinadi. Birinchi o'rinda o'quvchilarning bilim va ko'nikmalarni muvaffaqiyatli egallashining asosi sifatida rivojlanishi hisoblanadi U bolaning rivojlanishining ichki qonuniyatlarini hisobga olish asosida qurilgan (uning ichki dunyosiga, individualligiga ko'proq e'tibor beriladi). Eng muhimi - rivojlanish axloqiy fazilatlar va estetik his-tuyg'ular, iroda, o'rganish uchun ichki motivatsiyani shakllantirishdan iboratdir.

L.V.Zankovning ta'kidlashicha boshlang'ich sinf o'qituvchisining xususiyatlariga ijodkorlik, hamkorlik, hamdardliklarni ham kiritish mumkindir. O'qituvchi bolalarning savollariga ochiq, ularning xatolarini to'g'rilaydigan va yangi bilimlarni yoki harakat qilishning yangi usullarini o'zlashtirishga yordam beradigan shaxs sifatida o'z belgisini ko'rsatadi, shuningdek, bir bolani boshqasi bilan taqqoslamaydi.

L.V. Zankov, birinchi navbatda, o'quv jarayonida o'qituvchi va o'quvchilarning boy ichki holatining ahamiyatiga e'tibor qaratadi. Chunki har bir boshlang'ich sinf o'qituvchisining ruhiy holati har bir bolaning dunyoqarashiga o'z ta'sirini o'tkazmasdan qo'ymaydi. Shuning uchun ham boshlang'ich sinf o'qituvchisi har bir o'quvchining hayotida katta rol o'ynaydi.

P.P.Blonskiy boshlang'ich sinf o'qituvchisining berayotgan ta'limi bola taraqqiyotidagi o'rniga alohida ahamiyat beradi. Shuning uchun o'quvchilarning aqliy rivojlanishi to'g'ridan-to'g'ri maktab dasturi mazmuniga bog'liq ekanligini ta'kidlaydi. Uning fikricha, ta'lim jarayonida bolalar ma'lum qoida asosida faoliyat qilishga odatlanadilar. Ta'lim ta'siri natijasida o'quvchilarda o'z-o'zini va o'zining aqliy faoliyatini nazorat qilish orqali yuzaga keladi.

Gonobolin boshlang'ich sinf o'qituvchilarini individuallik xususiyatlarini aniqladi, uning tuzilishi pedagogik qobiliyatlarning asosiy tarkibiy qismlarining haqiqiy tuzilishini tashkil qiladi:

1. ma'lumotlarni o'quvchilar uchun ochiq qilish qobiliyati;
2. o'qituvchining o'quvchi haqidagi tushunchasi;
3. bolalarga pedagogik irodaviy ta'sir;
4. bolalar jamoasini tashkil etish qobiliyati;
5. bolalarga qiziqish;
6. nutqning mazmuni va yorqinligi;

Har bir mutaxassislik bo'yicha o'qituvchining ixtisoslashgan xarakteristikasini nazarda tutgan professiogrammasi tuziladi. Jumladan, maktabning o'qituvchi-murabbiysi professiogrammasini misol kilib keltiramiz. Professiogrammada muhim xislatlaridan borgan sari birmuncha ortib borishini hisobga olgan holda o'qituvchining quyidagi shaxsiy xislatlari mavjud.

- bolalarni yaxshi ko'rish, ularni sevish;
- amaliy-psixologik aql-farosatlilik;
- mehnatsevarlik;
- jamoat ishlarida faollik;
- mehribonlik;
- kamtarlik; .:
- odamiylik, dilkashlik;
- uddaburonlik, mustahkam xarakterga ega bo'lish;
- o'z bilimni oshirishga intilish.

Shuningdek, boshlang'ich sinf o'qituvchisining kasbiy xislatlariga quyidagilar kiradi:

- ta'lim va tarbiya jarayoni mohiyati bilan univg maqsad va vazifalarini tushunishi;
- etnopsixologik bilimlarni egallash;
- hozirgi zamon pedagogikasi asoslarini bilishi;
- hozirgi zamon pedagogikasining metodologik asoslarini egallanganligi;
- maktab yoshida bolalarning psixologik-pedagogik xususiyatlarini tushunishi;
- o'z fanini o'qitish metodikasini bilish;
- o'quvchilarga tarbiyaviy ta'sir etishning samaradorligini bilishi;
- ota-onalar va jamoatchilik bilan olib boriladigan tarbiyaviy ishlarning mazmunini bilishi.

Xulosa qilib, shuni aytish joizki, o'qituvchining barcha ijobiy, umuminsoniy axloq me'yorlariga mos keluvchi xislatlari katta ahamiyatga ega. Agar biz quyidagi xislatlarini olib qaraydigan bo'lsak, ularning barchasi ham o'ta muhim omillardir. Jumladan, o'qituvchining tashqi qiyofasi uning obro'si shakllanishiga ta'sir etadi.

O'qituvchining ozodaligi, ixchamligi, uning pokizaligi, sarishta-saramjonligi, sipogarchiligi, uning qiliqlari, o'zining chiroylik tutishi, qaddi-qomati va yurish-turishlari o'quvchilarda juda yaxshi taassurot qoldiradi.

Pedagog hamma vaqt odamlar orasida bo'larkan, u birinchidan, odamlarni ko'pdan beri qiziqtirib kelayotgan haqiqatni o'z qarashlari bo'yicha to'g'ri tushuntirib berishi lozim. Albatta, o'qituvchidagi bu tariqa qarashlar ko'p yillar davomidagi mehnat va xayot faoliyati jarayonida shakllanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Ibragimov X.I., Abdullayeva Sh.A. Pedagogika nazariyasi. - T.: "Fan va texnologiyalar" nashriyoti, 2008.
2. Hashimov K., Nishonova S. Pedagogika tarixi. G.: O'zhokislon Milliy kutubxonasi nashriyoti, 2005
3. Hoshimov K., S.Ochil. O'zbek pedagogikasi antologiyasi. T.: O'qituvchi. 2010.
4. Афанасев В.Г Проектирование педагогических технологий // Высшее образование в России. – 2001. № 4. – С. 147-150.
5. Бабанский Ю.К Избранные педагогические труды.М.:Педагогика,2008.– 500с.

Ismatova Dilafruz Tuymuratovna
Buxoro davlat universiteti psixologiya kafedrası dotsenti (PhD)
Karimova Nilufar Zohidjon qizi
Osiyo Xalqaro universiteti
2-bosqich magistranti

BOSHLANG'ICH TA'LIMDA SOG'LOM PSIXOLOGIK MUHITNI YARATISHDA PEDAGOGLARNING ROLI

Annotatsiya: Ushbu maqolada shakllanib kelayotgan yosh avlodning ma'naviyatini sog'lomlashtirish, ruhan sog'lom, aqlan barkamol, o'z fikri hamda qarashlariga ega bo'lgan yoshlarni tarbiyalash, boshlang'ich sinfda tahsil oluvchi bolalarning fiziologik, ijtimoiy, psixologik, ma'naviy holatini, mazkur yosh davriga xos bo'lgan xususiyatlarni inobatga olgan holda yondashish lozimligi, boshlang'ich sinf o'quvchilarini o'qitish va tarbiyalashda pedagogning roli haqida so'z boradi.

Kalit so'zlar: Adaptatsiya, idrok, didaktik qobiliyat, akademik qobiliyat, stress, muvaffaqiyat.

Аннотация: В данной статье рассматриваются вопросы оздоровления духовности формирующегося подрастающего поколения, воспитания психически здоровой, психически развитой молодежи со своими мыслями и взглядами, физиологического, социального, психологического, духовного состояния детей, обучающихся в начальных классах, о роли педагога в обучении и воспитании учащихся начальных классов.

Ключевые слова: адаптация, восприятие, дидактические способности, академические способности, стресс, успех.

Annotation: this article will talk about the need to improve the spirituality of the emerging young generation, educate mentally healthy, mentally competent, young people with their own opinion and views, approach the physiological, social, psychological, spiritual state of children studying in the primary school, taking into account the characteristics characteristic of this age period, the role of an educator in the education.

Keywords: adaptation, perception, didactic ability, academic ability, stress, success.

Kirish. Mustaqillikka erishilgandan keyin nafaqat ijtimoiy-siyosiy hayotda, balki, ta'lim-tarbiya jarayonida ham jiddiy o'zgarishlar amalga oshirila boshlandi. Endilikda ta'lim amaliyotida tarbiyalanuvchilarga bilimlarni tayyor holda berishdan voz kechilib, shakllanib kelayotgan yosh avlodning ma'naviyatini sog'lomlashtirish, ularni ijrochilikdan erkin ishtirokchi darajasiga ko'tarishning yangi-yangi yo'llari qidirilmoqda. O'qitishning asosiy vositalari bo'lmish konsepsiya, ta'lim standartlari, dastur, darslik, metodik hamda o'quv qo'llanmalarni yangilash va takomillashtirish bilan birga ruhan sog'lom, aqlan barkamol, o'z fikri hamda qarashlariga ega bo'lgan yoshlarni tarbiyalash ustuvorlik kasb etmoqda. Yoshlar tarbiyasida bir xil fikrlaydigan yagona xulosaga keladigan avlodni shakllantirishdan voz kechilib, o'rniga ma'naviy sifatlarning yetakchiligiga, milliy an'analarga tayangan holda erishishga alohida diqqat qaratilmoqda.

Prezidentimiz Shavkat Miromonovich Mirziyoyev "Biz yoshlarga doir davlat siyosatini hech og'ishmasdan, qat'iyat bilan davom ettiramiz. Nafaqat davom ettiramiz, balki, bu siyosatni eng ustuvor vazifamiz sifatida bugun zamon talab qilayotgan yuksak intellektual va ma'naviy salohiyatga ega bo'lib, dunyo miqyosida o'z tengdoshlariga hech qaysi sohada bo'sh kelmaydigan insonlar bo'lib kamol topishi, baxtli bo'lishi uchun davlatimiz va jamiyatimizning bor kuch va imkoniyatlarini safarbar etamiz" - deb ta'kidlab o'tganlar.

Shu o'rinda, ta'lim tizimidagi islohotlarning boshlang'ich nuqtasi bo'lib maktabgacha ta'lim tashkilotlari xizmat qilsa, boshlang'ich ta'lim jarayoni esa O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 3-fevraldagi "2017-2021 yillarda O'zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo'nalishi bo'yicha Harakatlar strategiyasini "Yoshlarni qo'llab-quvvatlash va aholi salomatligini mustahkamlash yili"da amalga oshirishga oid davlat dasturi

to'g'risida" gi PF-6155-sonli Farmoni bolaning keyingi ta'lim shakllarini o'zlashtirishi uchun pillapoya rolini o'ynaydi. Yuqoridagi fikrlarni davom ettirib, boshlang'ich sinfda tahsil oluvchi bolalarning fiziologik, ijtimoiy, psixologik, ma'naviy holatini, mazkur yosh davriga xos bo'lgan xususiyatlarni inobatga olgan holda yondashish – bolaning shaxsiy kamolotga erishishiga zamin yaratadi.

Maktabga borish bolalarning hayotida juda katta voqeadir. Maktab hayoti bolalarga yangi bir dunyoni ochib beradi, maktab davrida bolalarning siyosiy faoliyati o'zgaradi[1]. Endi bolalarning asosiy faoliyatlari, asosiy vazifasi va ijtimoiy burchi o'qish bo'lib qoladi. 6-7 yoshli bolalar uchun yangi faoliyat bo'lgan o'qish ulardan yangi sifat, yangi xususiyatlarga ega bo'lishlarini talab etadi. O'qish faoliyati uchun bolalardan barqaror diqqat, o'tkir zehn, mustaqillik ishchanlik va batartiblik xislatlari bo'lishi kerak. Bolalarning maktablarga o'tishlari bilan yuzaga keladigan ana shunday jiddiy o'zgarishlarni nazarda tutib, ularni maktabdagi yangi har tomonlama tayyorlash kerak. Shu narsa diqqatga sazovarki, hamma bog'chalardagi maktab yoshiga to'lgan bolalar maktabdagi o'qishga bab-baravar tayyor bo'lavermaydilar. Ayrim bolalar maktabga borgach, yangi sharoitga tez kirishib keta olmaydilar. Ularda o'qish uchun qandaydir bir xususiyat yetishmayotgandek ko'rinadi. Xuddi ana shu davrdan boshlab bolalarda o'z-o'zini anglash tarkib topa boshlaydi. Bolalarda 6-7 yoshdan boshlab shaxsiy ong tarkib topa boshlaydi. Bu shunday hollarda ko'rinadiki, bolalar o'zlari yashab turgan ijtimoiy muhitdan o'z o'rinlarini belgilashga, kattalar bilan yanada yaqinroq, yanada to'laroq munosabatlar sistemasini o'rgatishga intiladilar. Bolalarning maktabga o'tishlari bilan yuzaga keladigan ana shunday jiddiy o'zgarishlarni nazarda tutib, ularni maktabdagi yangi har tomonlama tayyorlash kerak. Shunday qilib bolalarning maktabdagi o'qishga tayyorligi shaxsning ijtimoiy yetuklik bosqichiga bola o'z-o'zidan ko'tarilmaydi. Uni bu bosqichga bog'chadagi va oiladagi butun ta'lim tarbiya ishi ko'taradi. Yetti yoshli bolalarning his-tuyg'ulari ancha o'sadi. Xayrixohlik, rahmdillik, o'rtoqlik kabi his-tuyg'ular mustahkamlana boshlaydi. Yetti yoshga to'lib, maktabga chiqqan bolalarning psixik jihatdan bundan keyingi o'sishi maktabda oilada olib boriladigan ta'lim-tarbiya ishi jarayonida amalga oshiriladi[2].

Maktab ta'limiga avval psixologik jihatdan tayyorlanadi. Maktab ta'limiga tayyorlanayotgan bolada diqqat nisbatan uzoq muddatli va shartli barqaror bo'ladi. Bola diqqatning xususiyatlari roli va syujeti o'yinlarda, rasm chizish va kurish yasash mashg'ulotlarida, loy hamda plastindan uyinchoklar tayyorlashda, o'zgalar nutqini idrok qilish va tushunishda, matematik amallarni yechishda, hikoya tinglash va tizishda ko'rinadi. Bola o'z diqqatini muayyan obyektga to'plashga intiladi. Shuningdek, ta'lim uchun psixik o'sish darajasidan tashqari, bola turmushi va faoliyatining tafovutlari, sharoitlari, o'ziga xosligi, uning sixat-salomatligi, usuliy jihatdan tayyorgarligi muhimdir. Bola maktab ta'limida psixologik tayyorlanishning subyektiv tomoni ham mavjuddir. Uning muloqatga kirishish istagi mazkur tayyorgarlik bilan uzviy bog'liqdir.

O'qituvchi ta'lim-tarbiya jarayoning asosiy ishtirokchilaridan biridir. O'qituvchi- yosh avlodni hayotga, mehnatga tayyorlash uchun xalq oldida, davlat oldida javob beradigan, bolalarga ta'lim-tarbiya berishga maxsus tayyorlangan shaxs. Pedagog quyidagi qobiliyatlarga ega bo'lishi kerak;

1. Didaktik qobiliyat. – o'quv materialini aniq va ravshan tushuntira bilish.
2. Akademik qobiliyatlar – o'z fanidan tashqari boshqa sohalar bo'yicha ham keng bilimga ega bo'lish.
3. Pertseptiv qobiliyatlar – o'quvchi ichki dunyosiga kira bilish, kuzatuvchan bo'lish.
4. Nutqiy qobiliyatlar – o'z fikrini, his– tuyg'usini nutq yordamida ifodalab bera olish.
5. Tashkilotchilik qobiliyati - o'quvchilar jamoasini uyishtira olish, jipslashtira olish, ishini tashkil etish.
6. Avtoritar qobiliyatlar – o'quvchilarga bevosita emotsional- irodaviy ta'sir ko'rsata bilish.
9. Diqqatni taqsimlash olish qobiliyati – bir vaqtning o'zida diqqatni bir qancha faoliyatga, o'quvchiga qarata olish.

Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarning axloqiy onglari 1 va 4 sinfdagi o'qish mobaynida muhim o'zgarishlarga uchraydi va axloqiy sifatlar, bilim va tasavvurlar sezilarli darajada boyiydi. Bola o'quv faoliyatida o'qituvchi rahbarligida insoniy an'analar asosida harakat qilishga o'rganadi, o'z irodasini o'quv maqsadlariga erishish uchun mashq qildiradi. O'quv faoliyati boladan nutq, diqqat, xotira, tasavvur va tafakkurini kerakli darajada rivojlanishini talab etgan holda, bola xulq-atvorining rivojlanishi uchun yangi sharoitlarni yaratadi. Kichik maktab davri bu anglanilgan va ixtiyoriy xatti-harakatlarga o'tish davridir. Bola faol ravishda o'zini o'zi boshqarishga, qo'yilgan maqsadlarga ko'ra o'zining faoliyatini tashkil etishga o'rganish davridir. Kichik maktab davrida xatti-harakatlarning yangi shakllarini paydo bo'lishi bevosita o'quv faoliyati bilan bog'liqdir. Hech bir o'qituvchi maktabga birinchi bor kelgan boladan o'zi o'rgatmagan arifmetik misol va masalalarni yechishni talab etmaydi, lekin afsuski, juda ko'p o'qituvchilar ulardan qunt bilan o'qishni, uyushqoqlikni, ma'suliyatlilikni, tartibga aniq rioya etishni talab etadilar.

Boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan munosabatda bo'lishda sabr-toqat, vazminlik zarur. Bolaning ijodiy imkoniyatlariga salbiy ta'sir ko'rsatadigan vaziyatli omillar quyidagilar:

- vaqt chegarasi;
- stress holati;
- yuqori tashvish holati;
- tezda yechim topish istagi;
- muayyan yechim uchun qat'iy chegaralarning mavjudligi;
- oldingi muvaffaqiyatsizliklardan kelib chiqadigan ishonchsizlik;
- qo'rquv;

Boshlang'ich sinf o'quvchilarini o'qitish va tarbiyalashning eng muhim nazariy va amaliy jihatlari bilish pedagog faoliyati uchun eng muhim omildir. Buning uchun pedagoglar, avvalo, quyidagi psixologik - pedagogik muammolarni tushunib olmog'imiz lozim:

- ❖ o'quvchi shaxsining psixologik rivojlanganlik darajasi;
- ❖ o'quvchi shaxsining shakllanishi va o'quv-mehnat faoliyati mazmuni;
- ❖ o'quvchi shaxsi tabiatining tavsifnomasi va ijtimoiy-psixologik xususiyatlari.

O'quvchi shaxsining psixologik rivojlanganlik darajasini to'la yoritish uchun uning rivojlanish xususiyatlari borasida muayyan ma'lumotlarga ega bo'lish ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Davletshin M.G., Do'stmuhamedova Sh., Mavlanov M., To'ychiyeva S. Yosh davrlari va pedagogik psixologiya. (O'quv metodik qo'llanma). Nizomiy nomidagi TDPU. 2004.
2. Davletshin M.G. Zamonaviy maktab o'qituvchisining psixologiyasi.«Pedagogika va psixologiya» (ilmiy ommabop seriya).- T., Nizomiy nomidagi TDPU, 1999.
3. Adizov B.R.Boshlang'ich ta'limni ijodiy tashkil etishning nazariy asoslari. Toshkent: Fan, 1997.
4. Azizxodjaeva N.N. Pedagogicheskie texnologii i pedagogicheskoe masterstvo.-T. Fan va axborot texnologiyalari, 2006.

Yusupova Maxmudaxon Egamnazarovna
Oriental universiteti magistranti

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA TAFAKKUR OPERATSIYALARINING RIVOJLANISH BOSQICHLARI

Annotatsiya: Ushbu maqola maktabgacha yoshdagi bolalarda tafakkur operatsiyalarining rivojlanish bosqichlarini o'rganadi va 3-7 yoshdagi bolalarda tafakkurning predmetli-amaliy

rivojlanishini tahlil qiladi. Tafakkur bolalarda tug'ma emas, balki rivojlanadigan psixik faoliyat ekanligi ta'kidlanadi. Har bir yosh davrida bola yangi aqliy operatsiyalarni egallab boradi, bu jarayonni ko'rsatish uchun turli amaliy mashg'ulotlar tavsiya etiladi. Mashg'ulotlar, bolalarda ob'ektlar bilan o'zaro aloqalar va ularning funksiyalarini tushunishni rivojlantirishga yordam beradi. Maqola, bola tafakkurining bosqichma-bosqich rivojlanishini, shuningdek, o'yinlar va amaliy faoliyatlar orqali mantiqiy fikrlash va ijtimoiy-emotsional rivojlanishni rag'batlantirishni ko'rsatib beradi.

Kalit so'zlar: tafakkur, bolalar rivojlanishi, maktabgacha yosh, predmetli-amaliy tafakkur, mantiqiy fikrlash, o'yinlar, psixologik rivojlanish, egotsentrizm

Kirish. Tafakkur bolalarda tug'ma emas, balki rivojlanadigan psixik faoliyatdir. Uning rivojlanishi ma'lum bosqichlardan iborat bo'lib, har bir bosqichda bola yangi aqliy operatsiyalarni egallab boradi. Bu jarayon bolalarning o'rganish, tushunish va dunyoqarashlarini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Maktabgacha yoshdagi bolalarda tafakkur operatsiyalarining rivojlanish bosqichlari quyidagicha tavsiflanadi.

Sensor-motor bosqich (0–2 yosh). Bu bosqichda bola dunyoni o'z sezgilari orqali tushunadi. Sensor-motor faoliyatida bola ko'proq tajriba orttirish orqali obyektlar va hodisalar haqida tasavvurlar hosil qiladi. Ular obyektlarni manipulyatsiya qilish, o'z harakatlarini boshqarish orqali dunyo haqidagi bilgilarini kengaytiradilar. Bu davrda tafakkurning asosiy shakli – sezgilar va harakatlar bilan bog'liq bo'ladi.

Preoperatsion bosqich (2–7 yosh). Bu bosqichda bolalar tasavvurlarni rivojlantira boshlaydilar, lekin ular mantiqiy operatsiyalarni to'liq bajarishga qodir emaslar. Bola tasavvurlarni yaratishi mumkin, ammo ular mantiqiy jihatdan mustahkam bo'lmaydi. Bu davrda bolalarda:

Egotsentrizm (o'z nuqtai nazaridan boshqa nuqtai nazarlarni tushunmaslik)

Konservatsiya tushunchasining yo'qligi (obyektlarning miqdori yoki sifatining o'zgarishsiz qolishi haqidagi tushuncha hali rivojlanmagan)

Sinifikatsiya (tasavvurlarni ifodalashda ularni real dunyodan ajratib ko'rishning qiyinligi) kabi xususiyatlar mavjud bo'ladi.

Operatsion bosqich (7–11 yosh). Bu davrda bolalar mantiqiy tafakkur qila olishni boshlaydilar. Bular obyektlar va hodisalar o'rtasidagi munosabatlarni mantiqan tushunishadi. Ular endi konservatsiya, tasavvurda o'zgartirishlarni to'g'ri baholash va mantiqiy ketma-ketliklarni amalga oshirishni biladilar. Masalan, ular obyektlarning miqdori yoki shakli o'zgarishini tushunadilar, lekin ular hali ham faqat real va aniq obyektlar bilan ishlashadi.

Formal operatsiyalar bosqichi (11+ yosh). Bu bosqichda tafakkur yanada rivojlanadi va bolalar abstrakt fikrlash, hipotetik holatlarni tushunish va murakkab masalalarni hal etishda mantiqiy fikrlashni qo'llash qobiliyatiga ega bo'ladilar. Formal operatsiyalarni amalga oshirishda ular nafaqat real, balki tasavvur qilingan yoki ehtimoliy holatlar bilan ham ishlashlari mumkin. Bu davrda bola yaxshilangan analitik tafakkur va mulohazalash qobiliyatiga ega bo'ladi. Tafakkur operatsiyalarining rivojlanishi har bir bolada individual ravishda, atrof-muhit ta'siri va ijtimoiy o'zaro aloqalar orqali shakllanadi. Har bir bosqichda bola yangi darajadagi aqliy qobiliyatlarni rivojlantiradi, bu esa uning dunyoni tushunishi va unga munosabatini o'zgartiradi. Tafakkurning rivojlanish jarayoni nafaqat o'z ichiga mantiqiy fikrlashni oladi, balki bolaning hissiy va ijtimoiy rivojlanishiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi.

– 3-4 yosh: predmetlarga berilgan nomlarni yodlash, rang va shakllarni tanish, sodda tahlil va sintez harakatlari.

– 4-5 yosh: tasniflash (guruhlash), o'xshashlik va farqlilikni ko'ra olish.

– 5-6 yosh: sabab-oqibat aloqalarini anglash, umumlashtirish, mantiqiy xulosalar chiqarish.

– 6-7 yosh: murakkab tahlil, mantiqiy fikrlash, xayoliy vazifalarni hal qilishga tayyorgarlik.

Predmetli-amaliy tafakkur (3–4 yosh) – bu yoshdagi bolalarda o'zining atrofidagi dunyoni anglashda, predmetlar va ularning funksiyalarini tushunishda muhim bosqichdir. Bu davrda bolalar, asosan, amaliy faoliyatlar orqali dunyoqarashlarini shakllantiradilar va obyektlar bilan

o'zaro aloqalarini rivojlantiradilar. Ularning tafakkuri predmetli, ya'ni, obyektlar va ularning amaliy qo'llanishi bilan bog'liq bo'ladi.

Bu yoshdagi bolalar uchun predmetli-amaliy tafakkurni rivojlantirishga yordam beradigan ba'zi amaliy mashg'ulotlar quyidagicha bo'lishi mumkin:

1. "Obyektlarni joylashtirish" o'yini. Maqsad: Bola obyektlar o'rtasidagi munosabatlarni va ularning amaliy qo'llanishini tushunishi kerak. Amalga oshirish: bola turli xil predmetlar (masalan, idishlar, ko'rinishlari o'xshash, lekin farq qiladigan narsalar: qalin va yupqa toshlar, kichik va katta kichkina o'yinchoqlar)ni tanlaydi. Uni ma'lum bir joyga joylashtirishni so'raysiz. Misol uchun, "Kichkina toshni katta toshning yoniga qo'y", "Bu o'yinchoqni katta qutiga joylashtir", "Kichik idishni katta idishning ichiga qo'y" kabi topshiriqlar berasiz. Bola qanday qilib predmetlar orasida kattalik, shakl yoki turga qarab tanlov qilishni o'rganadi.

2. "O'xshashlik va farqlarni topish" o'yini. Maqsad: Bola predmetlar o'rtasidagi o'xshashliklar va farqlarni ajrata olishi kerak. Amalga oshirish: bir nechta predmetlar (masalan, rangli bloklar, o'yinchoqlar)ni ko'rsatasiz. Bola har bir predmetni tekshirib chiqib, ularning qanday o'xshashliklari yoki farqlari borligini aniqlaydi. Masalan, "Qaysi ikkita o'yinchoq bir xil rangda?" yoki "Bu bloklar qanday farq qiladi?" Bola obyektlar o'rtasidagi farqlarni tushunishni o'rganadi va tasavvurini rivojlantiradi.

3. "Qanday qilib ishlaydi?" o'yini. Maqsad: Bola predmetning amaliy qo'llanishini tushunishi kerak. Amalga oshirish: bola kundalik hayotda uchraydigan oddiy predmetlar bilan tanishtiriladi: qoshiq, idish, to'pponcha, tayoqcha va boshqalar. Har bir predmetni qanday ishlatishni tushuntiring. Masalan, qoshiqni ovqatni yeganda, to'pponchani sport o'yinlarida, tayoqchani daraxtni to'kilgan barglardan tozalashda ishlatishni ko'rsating. Bola predmetlarning funksiyasini tushunib, ularni amalda qanday ishlatish kerakligini anglaydi.

4. "Rangli suv bilan tasvirlar yaratish" o'yini. Maqsad: bola ranglarni va obyektlarni bir-biriga bog'lashni o'rganadi. Amalga oshirish: Bola uchun bir nechta idishlarga rangli suv tayyorlang. Har bir idishda turli rangdagi suv bo'ladi. Unga o'xshash ranglarni birlashtirish, rangli suvni boshqa idishlarga quyish, aralashtirish yoki bo'yoqlar bilan tasvirlar yaratish imkonini bering. Bola ranglarni ajratishni o'rganadi va ranglar o'rtasidagi farqlarni ko'rish orqali tafakkurini rivojlantiradi.

5. "Konstruktiv qurilish" o'yini. Maqsad: bola amaliy tafakkur orqali qurilish jarayonini tushunishi kerak. Amalga oshirish: kichik bloklar yoki konstruktiv o'yinchoqlar yordamida bola turli shakllar yaratishi kerak (masalan, uy, minora, mashina va boshqalar). Bola qaysi qismlarni qaysi tartibda joylashtirish kerakligini tushunishi va bu orqali amaliy tafakkurini rivojlantirishi mumkin. Bu mashg'ulot bolaga o'zi qurayotgan obyektning shakli, joylashuvi va funksiyasini tushunishda yordam beradi.

6. "Tafakkur qilishda yordam beradigan tabiatni kuzatish" mashg'uloti. Maqsad: Bola tabiiy predmetlar bilan tanishib, ularga amaliy o'rganishlar orqali tafakkurini rivojlantirishi kerak. Amalga oshirish: bolani tabiatga olib chiqing (bog' yoki o'rmon). Tabiatdagi turli obyektlarni (gullar, barglar, toshlar, daraxtlar) kuzatib, ularni nomlang va nima uchun ular bir-biridan farq qiladi deb muhokama qiling. Masalan, "Qaysi gul ko'proq o'xshash?" yoki "Toshlarni qaysi biri ko'proq og'ir?" kabi savollar bilan tafakkurini rivojlantiring. Bu mashg'ulot bolaga predmetlar o'rtasidagi farqlarni aniqlashda yordam beradi va tabiiy obyektlar bilan o'zaro aloqalarini kuchaytiradi.

3-4 yoshdagi bolalarda predmetli-amaliy tafakkurni rivojlantirishda, ular ob'ektlar va ularga bog'liq amaliy faoliyatlarni o'rganish orqali mantiqiy va amaliy tafakkur qobiliyatlarini rivojlantiradilar. Bunday mashg'ulotlar bolalar uchun o'yin shaklida bo'lishi, ularni qiziqtirishi va rivojlantirish jarayonini samarali qilish kerak.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda tafakkur operatsiyalari asta-sekin konkret predmetlardan obrazlarga, so'ngra mantiqiy fikrlashga o'tadi. Har bir bosqichda bolaning faol o'yinlari, rasmi mashqlar, mantiqiy savollar va kichik topshiriqlar orqali tafakkurini rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu yoshdagi bolalar uchun tasavvurlarni shakllantirish, o'zgaruvchilarni ajratish va amaliy tajriba orttirish orqali tafakkur jarayonlari rivojlanadi. Buning uchun turli xil o'yinlar va

faoliyatlar bolalar uchun qiziqarli va foydali bo'lishi kerak. Bu turdagi mashg'ulotlar bolalarga o'ziga xos mantiqiy fikrlashni shakllantiradi va ularning tafakkurini rivojlantirishga muhim hissa qo'shadi. Shuningdek, ular bolalarning ijodiy tafakkurini oshirib, o'rganish jarayonini qiziqarli va samarali qiladi. Bolalar uchun predmetli-amaliy tafakkur faqat bilim olish jarayonining asosiy qismiga aylanishi emas, balki ularning ijtimoiy va hissiy rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Выготский Л.С. Книга: «Психология мышления». Издательство Академии Педагогических Наук, 1960 г.
2. Запорожец А.В. «Детская психология». Просвещение, 1986 г.
3. Эльконин Д.Б. «Психология и педагогика детского возраста». Издательство Московского государственного университета, 1992 г.
4. Карпов А.В. «Когнитивное развитие ребенка». Институт психологии РАН, 2002 г.
5. Леонтьев А.Н. «Психология развития». Издательство Московского государственного университета, 1997 г.

Shadiyev Feruz Djaxonovich

Buxoro davlat universiteti psixologiya kafedrası dotsenti,

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Fattoyeva Mashhura Bahodir qizi

Buxoro davlat universiteti

1-bosqich magistranti

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALAR NUTQIY RIVOJLANISHIDA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARNING TA'SIRI

Annotatsiya: Ushbu maqolada, maktabgacha yosh davrida nutqiy rivojlanishning murakkab psixologik va ijtimoiy omillar bilan chambarchas bog'liqligi ilmiy jihatdan o'rganilgan. Shuningdek, maqolada aynan maktabgacha yoshdagi bolalarning nutqiy rivojlanishiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar chuqur tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Rivojlanish bosqichlari, maktabgacha yoshdagi bolalar, ijtimoiy muhit, psixologik omillar, nutq, emotsiya, lingvistik jarayonlar.

Аннотация: В данной статье научно исследована тесная связь речевого развития в дошкольном возрасте со сложными психологическими и социальными факторами. Также в статье глубоко проанализированы социально-психологические факторы, влияющие на речевое развитие детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: Этапы развития, дети дошкольного возраста, социальная среда, психологические факторы, речь, эмоции, языковые процессы.

Abstract: In this article, the close connection of speech development in preschool age with complex psychological and social factors is scientifically studied. The article also deeply analyzes the socio-psychological factors influencing the speech development of preschool children.

Keywords: Stages of development, preschool children, social environment, psychological factors, speech, emotions, linguistic processes.

Kirish. Inson hayoti davomida nutq – uning shaxsiyati, tafakkuri va ijtimoiy faoliyatining muhim ko'rsatkichlaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, maktabgacha yosh davri bola shaxsining shakllanishida asosiy bosqich bo'lib, bu davrda nutqiy rivojlanish nafaqat lingvistik jarayon sifatida, balki murakkab psixologik va ijtimoiy omillar bilan chambarchas bog'liq bo'lgan holatda kechadi. Bola atrof-muhit bilan muloqotda bo'lish, o'z fikrini ifodalash, his-tuyg'ularini ifoda etish orqali ijtimoiy tajribani o'zlashtiradi va bu jarayonda nutqning tutgan o'rni beqiyosdir.

Bugungi kunda pedagogika va psixologiya sohalarida olib borilayotgan tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, bolaning nutqiy rivojlanishida biologik omillar bilan bir qatorda ijtimoiy-psixologik omillar – ya'ni oila muhiti, ota-onaning emotsional yondashuvi, bolaning atrofida kommunikativ muhit, tarbiyachilarning yondashuvi, tengdoshlar bilan bo'lgan muloqot kabi jihatlar hal qiluvchi ahamiyatga ega. Aynan mana shu omillar bola nutqining boyishi, grammatik tuzilmalarning o'zlashtirilishi, talaffuzning shakllanishi va umuman kommunikativ kompetensiyaning rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi.

Bola rivojlanishida eng sezilarli taraqqiyot maktabgacha yoshda kuzatiladi. Shu bois, bu davrda psixologik holat, emotsional barqarorlik va ijtimoiy munosabatlar nutq shakllanishining asosiy omillari sifatida qaraladi. O'z navbatida, nutqning to'laqonli shakllanishi bola intellektual salohiyati, ijtimoiy moslashuv darajasi va keyingi ta'lim jarayonlarida muvaffaqiyatga erishishida muhim rol o'ynaydi.

Mavzuning dolzarbligi shundaki, hozirgi kunda ko'plab bolalarda nutqiy kechikishlar, muloqotga kirishishdagi qiyinchiliklar ko'zga tashlanmoqda va bu holatlar ko'pincha ijtimoiy-psixologik muhitdagi yetishmovchiliklar bilan bog'liq bo'lmoqda. Shu sababli, bu mavzuni chuqur o'rganish, mavjud muammolarni aniqlash va ularni bartaraf etishga qaratilgan ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqish zarurati tug'ilmoqda.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Maktabgacha yoshdagi bolalar nutqiy rivojlanishida ijtimoiy-psixologik omillarning ta'siri haqida xorijiy olimlarning ilmiy izlanishlariga asoslangan ma'lumotlar juda ko'plab uchraydi. Ushbu izlanishlar bolalar nutqining ijtimoiy-psixologik aspektlarini, nutq rivojlanishida atrof-muhitning va muloqotning qanday ahamiyatga ega ekanligini o'rganishga qaratilgan.

Lev Vigotskiy, rus psixologi va ta'limshunosi, nutqning rivojlanishidagi ijtimoiy omillarni ilmiy jihatdan chuqur o'rgangan olimdir. Vigotskiy tomonidan ishlab chiqilgan "Ijtimoiy muloqot orqali rivojlanish" nazariyasiga ko'ra, nutq va fikrlash jarayonlari insonning atrofida ijtimoiy muhit bilan o'zaro aloqada rivojlanadi. U bolaning nutqiy rivojlanishini ijtimoiy muloqot jarayonida bo'lishini va bolaning atrofida kattalar va tengdoshlar bilan bo'ladigan kommunikatsiyalar nutqiy qobiliyatlarini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega ekanligini ta'kidlaydi. Bu nazariyaga ko'ra, bola o'z dunyosini atrofida odamlar bilan muloqotda bo'lish orqali anglab yetadi, shu bilan birga nutq shakllanadi va rivojlanadi.

Vigotskiy fikricha, nutq – faqat muloqot vositasi emas, balki tafakkur vositasi hamdir. Bola atrofida ijtimoiy muhit (oil, maktab, jamiyat) nutq rivojlanishida asosiy rol o'ynaydi. Oila a'zolarining bola bilan muloqoti uning nutqiy salohiyatini shakllantirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Amerikalik psixolog Jerom Bruner nutqning rivojlanishini kognitiv va ijtimoiy jarayon sifatida o'rganib, uning shakllanishida ijtimoiy omillarning kuchli ta'sirini ko'rsatdi. Brunerning ta'kidlashicha, bolalar o'z nutqiy ko'nikmalarini rivojlantirishda ijtimoiy muhitdan, ayniqsa oila va tarbiyachilardan o'rgangan bilimlaridan foydalanadilar.

Bruner ko'ra, nutq rivojlanishida quyidagi ijtimoiy-psixologik omillar muhim:

- **Ijtimoiy muloqot:** Bolalar oila a'zolaridan va tarbiyachilardan mustahkam ijtimoiy o'rganish orqali nutqiy ko'nikmalarni rivojlantiradilar.
- **Kognitiv rivojlanish:** Nutq, bolaning kognitiv jarayonlari bilan uzviy bog'liq. Bolalar nutq orqali dunyoni anglashadi va o'rgangan bilimlarini ijtimoiy kontekstda qo'llaydilar.
- **Interaktiv ta'lim:** Ota-onalar va tarbiyachilar bolalar bilan faol muloqotga kirishib, ularning nutq rivojlanishiga yordam berishlari kerak.

A.N. Leontev nutqni rivojlantirishda ijtimoiy muhitning ahamiyatini ta'kidlagan. Uning fikricha, nutqning shakllanishi faqat biologik omillarga bog'liq emas, balki ijtimoiy faoliyat va muloqot jarayonlarida rivojlanadi. Bola atrofida kattalar bilan muloqoti va o'yin faoliyati orqali nutqiy ko'nikmalar shakllanadi. Bu jarayonlarda ijtimoiy ehtiyojlar va muloqot usullarining rivojlanishi til qobiliyatining shakllanishiga olib keladi.

M.I. Lisina va F.A. Soxin nutq rivojlanishida muloqotning o'rni haqida ilmiy izlanishlar olib borganlar. Ularning tadqiqotlariga ko'ra, bola nutqi dastlab muloqot vositasi sifatida shakllanadi,

keyinchalik esa fikrlash va o'z xulqini boshqarish vositasi sifatida rivojlanadi. Nutqni rivojlantirish nafaqat bolani atrofda olam bilan tanishtirish, balki umumiy psixik rivojlanishning asosi bo'lib ham hisoblanadi.

Shadiyev Feruz Djaxonovichning tadqiqotlariga ko'ra, maktabgacha yoshdagi bolalar nutqiy rivojlanishida ijtimoiy-psixologik omillar muhim rol o'ynaydi. Uning ilmiy izlanishlari nutq rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillarni aniqlashga qaratilgan bo'lib, maktabgacha ta'lim muassasalarida bolalarni tashxislash bosqichlari va logopedik tekshiruv metodikalarini ishlab chiqishga yo'naltirilgan.

Choriyeva Durdona Anvarovna va Raxmonova Nilufar Rustam qizining tadqiqotlariga ko'ra, maktabgacha yoshdagi bolalarni hissiy va ijtimoiy rivojlantirish bolalarning to'g'ri hissiy tajribalari, o'z-o'zini anglash, boshqalar bilan munosabatlarni o'rnatish va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish jarayonidir. Ushbu jarayonda ota-onalar va tarbiyachilarning roli katta bo'lib, ular bolalarga o'z hissiyotlarini aniqlash, boshqarish va ifodalashni o'rgatishlari zarur.

Muhokama. Maktabgacha yoshdagi bolalarning nutqiy rivojlanishi o'ziga xos jarayon bo'lib, unga ko'plab ijtimoiy-psixologik omillar ta'sir ko'rsatadi. Bu omillar bolalarning nutqni o'zlashtirishida, so'z boyligini oshirishda, nutqni anglash va ifodalash qobiliyatini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi.

1. Oila va unga yaqin atrofning roli.

Bolalar nutqi birinchi navbatda oilada rivojlanadi. Oila — bolaning birinchi ijtimoiy muhiti bo'lib, unda bolalar so'zlashishni, nutqni o'zlashtirishni o'rganadilar.

- Ota-onaning nutqiga ta'sir: Ota-ona bilan muntazam muloqot qilish bolalarning so'z boyligini kengaytiradi. Agar ota-ona bolaga so'zlarni to'g'ri talaffuz qilish, yangi so'zlar o'rgatish va savollar berish orqali nutqni rivojlantirsa, bu bolada nutqiy ko'nikmalarni shakllantiradi.

- Oila ichidagi ijtimoiy munosabatlar: Oiladagi emotsional atmosfera ham bolalarning nutqiy rivojlanishiga bevosita ta'sir qiladi. Ijobiy va mehr-muhabbatga asoslangan muhitda tarbiyalangan bolalar o'z fikrlarini erkin ifodalashda osonroq bo'lishadi.

2. Maktabgacha ta'lim va tarbiya.

Maktabgacha ta'lim muassasalari (bolalar bog'chalari, doimiy tarbiyachilar) bolalarning nutqiy rivojlanishida muhim omil hisoblanadi.

- Tarbiyachilarning nutqiy ta'siri: Tarbiyachilar bolalar bilan muntazam ravishda muloqot qilib, nutqni rivojlantirish bo'yicha maxsus mashg'ulotlar o'tkazadilar. Tarbiyachilarning tilga va so'zlashuvga oid yondashuvlari bolalarning nutq qobiliyatlarini rivojlantirishda katta ahamiyatga ega.

- Nutqiy mashg'ulotlar: Bolalar uchun nutqiy rivojlanishiga qaratilgan maxsus o'yinlar, hikoya qilish, qo'shiqlar, she'rlar o'qish, savollar berish bolalarning so'z boyligini oshiradi.

3. Ijtimoiy muloqot va o'yinlar.

Ijtimoiy muloqot va o'yinlar maktabgacha yoshdagi bolalar uchun muhim trening maydonidir. Bolalar o'yin orqali boshqalar bilan muloqot qilishni, nutqiy qobiliyatlarini sinashni o'rganadilar.

- Boshqalar bilan muloqot: Bolalar o'z tengdoshlaridan va kattalardan o'rganadilar. O'yin davomida turli rol va vazifalarni bajarish orqali bolalar so'zlarni to'g'ri ishlatishni, turli so'z va iboralarni o'zlashtirishni o'rganadilar.

- Ijtimoiy muloqotning rivojlanishi: Bolalar o'z fikrlarini ifodalash, tushuntirish va bahslashish orqali nutqiy qobiliyatlarini rivojlantiradilar.

4. Atrof-muhit va madaniy ta'sir.

Bolalarning nutqiy rivojlanishiga atrof-muhit va madaniyatning ta'siri ham katta ahamiyatga ega. Bolalar o'zlarining yashash muhiti, madaniy qoidalarga, milliy va diniy an'analarga qarab nutqni o'zlashtiradilar.

- Atrof-muhitdagi nutqiy stimuli: Bolalar o'zlarini o'rab turgan nutqiy muhitga ta'sir qiladi. Ko'pincha bu nutqiy stimuli bolalar uchun yangilik sifatida paydo bo'lib, nutqni tez va samarali o'rganishga yordam beradi.

• Madaniyat va til: O'zbek xalqining an'anaviy o'yinlari, xalq qo'shiqlari, hikoyalar bolalarning nutqni rivojlantirishda muhim vositalardir. Madaniy aspektlar bolalarga tilni va so'z boyligini kengaytirishda yordam beradi.

5. Psixologik omillar.

Bolalarning nutqiy rivojlanishiga psixologik omillar, xususan, ularning emotsional holati, stress darajasi, o'zini tutish xususiyatlari ta'sir ko'rsatadi.

• Emotsional muhit: Bolalarning emotsional barqarorligi, o'zini erkin ifodalash qobiliyati, o'zgalar bilan muloqotda bo'lishdagi ishonch nutqiy rivojlanishga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Katta miqdordagi stress yoki xavotir bolalarning nutqiy rivojlanishiga to'sqinlik qilishi mumkin.

• Ijtimoiy ishonch va qo'llab-quvvatlash: Ota-onalar va tarbiyachilar tomonidan ko'rsatilgan ijtimoiy qo'llab-quvvatlash bolalar nutqini rivojlantirishga yordam beradi. Bolalar o'zlarini erkin va xotirjam his qilishsa, ularning nutqiy rivojlanishi osonroq bo'ladi.

Maktabgacha yoshdagi bolalar nutqiy rivojlanishida ijtimoiy-psixologik omillar juda muhimdir. Oila, maktabgacha ta'lim, o'yinlar va ijtimoiy muloqot bolalarning nutqiy ko'nikmalarini shakllantiradi. Bolaning atrof-muhiti va psixologik holati nutqni o'rganishda ajralmas omil hisoblanadi. Shuningdek, madaniy qoidalar va o'zaro munosabatlar ham bolalarning nutq rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi.

Xulosa. Maktabgacha yoshdagi bolalar nutqiy rivojlanishida ijtimoiy-psixologik omillar juda katta ahamiyatga ega. Oila, maktabgacha ta'lim muassasalari, ijtimoiy muloqot va atrof-muhit bolalar nutqining shakllanishi va rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Bolalar o'zlarining ilk nutqiy ko'nikmalarini oila a'zolaridan, ayniqsa ota-ona va tarbiyachilardan o'rganadilar. Oila ichidagi ijtimoiy munosabatlar, bolalar bilan muloqot qilish, savollar berish va yangi so'zlarni o'rgatish orqali nutq rivojlanadi.

Maktabgacha ta'lim muassasalari bolalarning nutqiy rivojlanishiga bevosita ta'sir etadi, chunki tarbiyachilar o'z nutqiy ko'nikmalarini bolalar bilan o'ynash, hikoya qilish va mashg'ulotlar orqali rivojlantiradilar. Shuningdek, bolalar o'z tengdoshlaridan va kattalardan o'ynash orqali so'z boyligini oshirib, ijtimoiy muloqotga kirishadilar.

Emotsional muhit va psixologik holat ham bolalar nutqiga ta'sir ko'rsatadi. Ijobiy, mehr-muhabbatli muhitda tarbiyalangan bolalar erkinroq va to'liqroq nutq ifodalaydilar. Atrof-muhit va madaniyatning ta'siri ham bolalar nutqi rivojlanishida o'z aksini topadi, chunki bolalar o'zlarining madaniy qoidalariga asoslangan nutqni o'rganadilar.

Umuman olganda, bolalar nutqining rivojlanishida ijtimoiy-psixologik omillar bir-birini to'ldirib, bolalarga o'z fikrlarini erkin ifodalash va muloqot qilish qobiliyatini shakllantiradi. Nutqiy rivojlanishdagi bu omillarni to'g'ri yo'naltirish va qo'llab-quvvatlash bolalarning psixologik va ijtimoiy rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Nishonova Z., Alimova G. Bolalar psixologiyasini va uni o'qitish metodikasi. Toshkent " Ozbekiston Yozuvchilari uyushmasi Adabiyot jamg'armasi" 2006-B.68.
2. Babayeva D.R. Nutq o'stirish nazaryasi va metodikasi. Toshkent-2018.
3. Yusupova, Z., Saminov, A., & Sayramov, F. (2022). salvia-l marmarak turkumi vakillarining o'zbekistonda tarqalishi, hayotiy shakllari va ishlatilishi. Science and innovation, 1(D6), 13-19.
4. Haydarov, M., Yusupova, Z., Sayramov, F., & Rahmonova, O. (2022). oila vakillarining biz bilgan va bilmagan dorivorlik xususiyatlari. Science and innovation, 1(D7), 89-94.
5. Пирог, Г. В. (2021). Психологические особенности жизненных перспектив современной молодежи. Узбекистонда психологияни ривожлантириш муаммолари: назария ва амалиёт уйғунлиги, 4-6.
6. Nasirovna, M. R. (2022). THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL DIAGNOSIS IN CLINICAL PRACTICE. Conferencea, 4-6.

G'aybullayev Alisher Asadovich
Buxoro davlat universiteti,
Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi

"MAKTAB O'QUVCHILARIDA ZO'RAVONLIK (BULLING) XULQ- ATVORINING IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILLARI"

Annotatsiya: Mazkur maqolada maktab o'quvchilari orasida uchraydigan zo'ravonlik (bulling) holatlari va ularning ijtimoiy-psixologik omillari tahlil qilinadi. Bullingning shakllari, tarqalish sabablari va uning o'quvchilar psixikasiga ta'siri ilmiy nuqtai nazardan ko'rib chiqiladi. Shuningdek, bullingga olib keluvchi ijtimoiy va psixologik omillar, jumladan, oilaviy muhit, tarbiya uslublari, sinfdoshlar va o'qituvchilar bilan munosabatlar, shaxsiy xususiyatlar va zamonaviy texnologiyalarning ta'siri tahlil qilinadi. Maqolada bullingni oldini olish va uning salbiy oqibatlarini kamaytirish bo'yicha tavsiyalar ham berilgan.

Kalit so'zlar: maktab zo'ravonligi, bulling, ijtimoiy-psixologik omillar, o'quvchilar, ta'lim muhit, oldini olish.

Аннотация: В данной статье анализируются случаи насилия (буллинга) среди школьников и их социально-психологические факторы. Рассматриваются формы буллинга, причины его распространения и влияние на психику школьников с научной точки зрения. Также анализируются социальные и психологические факторы, приводящие к буллингу, включая семейную атмосферу, стили воспитания, отношения с одноклассниками и учителями, личностные особенности и влияние современных технологий. В статье также предлагаются рекомендации по предотвращению буллинга и снижению его негативных последствий.

Ключевые слова: школьное насилие, буллинг, социально-психологические факторы, школьники, образовательная среда, профилактика.

Abstract: This article analyzes the cases of violence (bullying) among school students and their socio-psychological factors. The forms of bullying, its causes, and its impact on students' psychology are examined from a scientific perspective. Additionally, the social and psychological factors contributing to bullying are analyzed, including family environment, parenting styles, relationships with classmates and teachers, personal characteristics, and the influence of modern technologies. The article also provides recommendations for preventing bullying and reducing its negative consequences.

Keywords: school violence, bullying, socio-psychological factors, students, educational environment, prevention.

Kirish. Zamonaviy ta'lim muhitida o'quvchilarning ruhiy va jismoniy xavfsizligi dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Maktablarda kuzatilayotgan zo'ravonlik (bulling) hodisasi nafaqat o'quvchilarning psixologik holatiga, balki ularning o'qish motivatsiyasi, shaxsiy rivojlanishi va ijtimoiy moslashuviga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bulling – bir yoki bir necha shaxs tomonidan boshqa o'quvchilarga nisbatan muntazam ravishda tajovuzkorlik, kamsitish yoki tahqirlash orqali amalga oshiriladigan zo'ravonlik shaklidir.

Ushbu maqolada maktab zo'ravonligining kelib chiqish sabablari, uning turlari va ijtimoiy-psixologik omillari chuqur tahlil qilinadi. Ayniqsa, oilaviy muhit, tarbiya uslublari, maktab jamoasi ichidagi o'zaro munosabatlar va zamonaviy omillar, jumladan, internet va ijtimoiy tarmoqlarning bullingga ta'siri ko'rib chiqiladi. Shuningdek, bullingni oldini olish va uni kamaytirish bo'yicha samarali strategiyalar va tavsiyalar keltiriladi.

Maqola bulling muammosiga chuqur yondashgan holda, uni ijtimoiy va psixologik jihatdan o'rganish orqali maktab muhitida sog'lom psixologik muhitni yaratishga qaratilgan muhim taklif va echimlarni ilgari suradi.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi kunda maktab o'quvchilari orasida zo'ravonlik (bulling) muammosi global va mahalliy miqyosda dolzarb masalalardan biri bo'lib qolmoqda. Bulling

nafaqat o'quvchilarning ruhiy holatiga, balki ularning ijtimoiy moslashuvi, ta'lim jarayonidagi faolligi va kelajakdagi shaxsiy rivojlanishiga ham jiddiy ta'sir ko'rsatadi.

Bullingning o'sib borayotgan tendensiyasi. Bugungi kunda bolalar va o'smirlar o'rtasidagi zo'ravonlik holatlari nafaqat an'anaviy maktab muhitida, balki ijtimoiy tarmoqlar va internet platformalarida ham keng tarqalmoqda. Kibberbulling (internet orqali tahqirlash) o'quvchilarning ruhiyatiga jiddiy ta'sir ko'rsatib, stress, depressiya va hatto o'z joniga qasd qilish kabi oqibatlariga olib kelishi mumkin.

O'quvchilarning psixologik salomatligi. Bulling qurbonlari odatda o'ziga bo'lgan ishonchini yo'qotadi, o'qish motivatsiyasi pasayadi va jamiyatga integratsiyalashishda qiyinchiliklarga duch keladi. Bu esa ularning kelajakdagi hayotiga va jamiyatdagi o'rniga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, ushbu masalani erta bosqichda aniqlash va oldini olish dolzarb vazifa hisoblanadi.

Ota-onalar va o'qituvchilarning xabardorligi. Ko'pgina ota-onalar va o'qituvchilar bullingni oddiy nizolar yoki yosh bolalar o'rtasidagi tushunmovchilik deb qabul qiladi. Bu esa muammoning chuqurlashishiga olib keladi. Shuning uchun ham ta'lim muassasalarida bullingga qarshi kurash bo'yicha profilaktik tadbirlar, treninglar va psixologik yordam dasturlarini yo'lga qo'yish zarur.

Huquqiy va ijtimoiy jihatlar. Ko'pgina davlatlarda maktab zo'ravonligi muammosiga qarshi maxsus qonuniy chora-tadbirlar ishlab chiqilgan. O'zbekistonda ham bu masala bo'yicha normativ-huquqiy asoslarni kuchaytirish, pedagog va psixologlar hamkorligida samarali strategiyalar ishlab chiqish zarurati mavjud.

Global va milliy muammo sifatida o'rganish zarurati. Dunyo miqyosida olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bullingni kamaytirish uchun kompleks yondashuv zarur. Bu jarayonga maktab jamoasi, ota-onalar, psixologlar va huquq-tartibot organlari birgalikda jalb qilinishi lozim.

Xulosa qilib aytganda, bulling – maktab muhitida sog'lom psixologik muhit shakllanishiga to'sqinlik qiluvchi jiddiy muammolardan biri bo'lib, uning oldini olish va bartaraf etish bo'yicha kompleks yondashuv zarur. Ushbu mavzuni chuqur o'rganish va tegishli choralarni ko'rish orqali yosh avlodning barkamol rivojlanishi va xavfsiz muhitda ta'lim olishini ta'minlash mumkin.

Adabiyotlar tahlili. Maktab o'quvchilari orasida bulling muammosi bo'yicha o'zbek va chet ellik olimlar tomonidan ko'plab ilmiy izlanishlar olib borilgan. Quyida ushbu mavzu doirasida tadqiqot olib borgan ba'zi olimlarning ishlari keltirilgan.

O'zbekistonlik psixolog olimlaridan biri N.Karimova bo'lib, u o'zining ishlarida o'quvchilarning psixologik holati, maktab muhitidagi ijtimoiy munosabatlar va bolalar psixologiyasiga oid tadqiqotlar olib borgan. U tadqiqotlari davomida o'quvchilarning stress omillari, oila va maktabning bola ruhiyatiga ta'siri haqida fikr bildirgan.

Yana bir o'zbek olimi A.Tursunov – O'zbekistonda bolalar va o'smirlar psixologiyasiga bag'ishlangan tadqiqotlar olib borgan olim. U maktab zo'ravonligi muammosining psixologik omillarini o'rganib, uning profilaktikasi bo'yicha tavsiyalar bergan.

Pedagogik psixologiya sohasida ilmiy ishlar olib borgan olim Sh.Xodjayev esa o'quvchilarning o'zaro munosabatlari va agressiv xulq-atvorining kelib chiqish sabablari haqida tadqiqotlar olib borgan.

Bu borada bir qator chet el olimlari ish olib borganlar.

Bulardan Norveg olimi D.Olevius, Avstraliyalik olim K.Rigby, AQSh olimi D.Espeleyj, Angiyalik olim P.K.Smit va Finland olimi Ch.Salmivalilarning tadqiqot ishlarida ko'rishimiz mumkin.

Norveg olimi Dan Olweus bulling bo'yicha eng mashhur tadqiqotchilardan biri bo'lib, u bulling hodisasini ilk bor ilmiy asosda tahlil qilgan va uning oldini olish bo'yicha "Olweus Bulling Prevention Program" nomli dastur ishlab chiqqan.

Avstraliyalik olim Kenneth Rigby maktabda bulling muammosiga bag'ishlangan tadqiqotlari bilan mashhur. U bullingning psixologik oqibatlari va uning jamiyatga ta'sirini chuqur o'rgangan.

AQSh olimi Doroty Espeleyj bulling va maktab ijtimoiy muhitining o'quvchilarga ta'sirini tadqiq qilgan. U ayniqsa bullingning gender jihatlarini va oilaviy muhit bilan bog'liqligiga e'tibor qaratgan.

Angliyalik olim Peter K. Smit maktablardagi bulling va zo‘ravonlikni o‘rganish bo‘yicha yetakchi mutaxassis. Uning tadqiqotlari bolalarning ruhiy salomatligi va bullingga qarshi samarali strategiyalarni ishlab chiqishga qaratilgan.

Finland olimasi Kristina Salmivalli o‘z ishlarida o‘quvchilar o‘rtasida bullingning tarqalishi va unga qarshi kurashish usullari bo‘yicha tadqiqot olib borgan olim. U Finlyandiyada amalga oshirilgan “KiVa” (Kiusaamista Vastaan – “Bullingga qarshi”) dasturini ishlab chiqishda ishtirok etgan.

Ushbu olimlarning ishlari bulling muammosini turli jihatlar bilan o‘rganishga va unga qarshi samarali usullarni taklif qilishga yordam beradi. O‘zbekiston olimlari tomonidan ham ushbu yo‘nalishda ilmiy tadqiqotlar olib borilmoqda, ammo bu sohada yanada kengroq tadqiqotlar o‘tkazish zarurati mavjud.

Xulosa. Maktab o‘quvchilari orasida bulling (zo‘ravonlik) muammosi global va mahalliy miqyosda dolzarb masala bo‘lib, u bolalarning psixologik salomatligi, o‘qish motivatsiyasi va ijtimoiy rivojlanishiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Bullingning asosiy omillari orasida oilaviy tarbiya, maktab muhitidagi ijtimoiy munosabatlar, shaxsiy xususiyatlar va zamonaviy texnologiyalarning ta‘siri mavjud. Statistik ma‘lumotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘quvchilarning sezilarli qismi bullingga duch keladi va uning oqibatlari ruhiy salomatlik, ijtimoiy moslashuv va akademik natijalarga jiddiy zarar yetkazadi.

Bulling faqat qurbonlar uchun emas, balki butun jamiyat uchun ham xavf tug‘diradi. Agar unga qarshi chora-tadbirlar ko‘rilmasa, kelajakda tajovuzkorlik va ijtimoiy moslashmovchilik muammolari kuchayishi mumkin. Shuning uchun bullingni oldini olish va unga qarshi kurashish maktab va jamiyatning muhim vazifalaridan biridir.

Tavsiyalar

1. Maktab muhitida profilaktika va targ‘ibot ishlari

- Bullingning oldini olish uchun maktablarda maxsus dasturlar ishlab chiqish va amalga oshirish zarur.

- O‘quvchilar o‘rtasida do‘stona va hamkorlik muhitini shakllantirish uchun sinf ichida jamoaviy faoliyatlarni rivojlantirish lozim.

- O‘qituvchilar va psixologlar uchun bullingni erta aniqlash va unga qarshi kurashish bo‘yicha treninglar o‘tkazish kerak.

2. Ota-onalar va pedagoglarning rolini kuchaytirish

- Ota-onalar bolalarining xulq-atvori va maktabdagi munosabatlarini muntazam kuzatib borishlari kerak.

- Maktab va oilalar o‘rtasida hamkorlikni kuchaytirish va ota-onalarga bullingni tanish va oldini olish bo‘yicha ma‘lumot berish lozim.

- O‘qituvchilar bolalarga zo‘ravonliksiz muhit yaratishda o‘rnak bo‘lishlari va bullingga befarq bo‘lmashliklari lozim.

3. Huquqiy va psixologik yordam mexanizmlarini shakllantirish

- Bullingga qarshi qonunchilik bazasini takomillashtirish va uni nazorat qilish tizimini mustahkamlash zarur.

- O‘quvchilarga maxsus psixologik yordam markazlari va ishonch telefonlari tashkil etish lozim.

- Bulling bilan shug‘ullanuvchi o‘quvchilar uchun maxsus psixokorreksion dasturlar ishlab chiqish va ularga yordam berish zarur.

4. Kibberbullingga qarshi kurashish

- Ijtimoiy tarmoqlarda zo‘ravonlik va tahqirlashga qarshi chora-tadbirlarni kuchaytirish lozim.

- Bolalarni internet xavfsizligi qoidalariga o‘rgatish va ularning onlayn faolligini nazorat qilish muhim.

5. Xalqaro tajribalarni joriy etish

- Skandinav davlatlarining "Olweus Bulling Prevention Program" yoki Finlyandiyaning "KiVa" dasturlarini mahalliy ta'lim tizimiga moslashtirish orqali bullingga qarshi kurashish mexanizmlarini rivojlantirish mumkin.

Bullingga qarshi kurashish va uni oldini olish uchun maktab, oila va jamiyat hamkorlikda harakat qilishi zarur. O'quvchilar uchun xavfsiz va sog'lom ijtimoiy muhit yaratish – ularning kelajakdagi muvaffaqiyati va psixologik farovonligini ta'minlashning eng muhim omillaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Shukronova, D. (2020). *Zo'ravonlik va bullying: O'quvchilar o'rtasidagi ijtimoiy-psixologik ta'sirlar*. Toshkent: O'zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti.
2. Xolmatova, L., & O'tkirjonova, N. (2019). *Psixologik zo'ravonlik va uning ta'sirlari: O'quvchilarning ijtimoiy muhitida* // Psixologiya va ijtimoiy fanlar jurnali, 35(2), 45-60.
3. Muratov, D., & Qodirov, A. (2018). *O'quvchilarda zo'ravonlik xulq-atvori va unga qarshi kurashish usullari*. Toshkent: Akademiya nashriyoti.
4. Husniddinova, R. (2017). *Bullying va uning bolalar psixikasiga ta'siri: ijtimoiy-psixologik jihatlar*. O'zbekiston Psixologlar jamiyati, Toshkent.
5. Kuzieva, Z., & Tursunova, M. (2021). *Maktabda bullying: Boshqaruv va oldini olish strategiyalari*. Tashkent: Ijtimoiy fanlar institutining nashriyoti.
6. Mammadova, S., & Iskandarov, B. (2022). *O'quvchilarda bullying va uning oqibatlari: Psixologik va ijtimoiy omillar*. Journal of Psychological Studies, 3(1), 22-30.
7. Tolipov, D. (2016). *Psixologiya va pedagogikada zo'ravonlik: Maktab o'quvchilari o'rtasidagi muammolar*. Toshkent: Pedagogika nashriyoti.

III SHO‘BA

OILALARNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLARI VA SOG‘LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHDA ZAMONAVIY TEXNOLOGIYALARNI QO‘LLASH

Xuseynova Abera Amanovna
Falsafa fanlari doktori, professor

“YANGI O‘ZBEKISTON SHAROITIDA XOTIN-QIZLAR FAOLLIGINI RIVOJLANTIRISHNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI”

Annotatsiya: Mazkur maqolada Yangi O‘zbekiston sharoitida xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini rivojlantirishning psixologik va ijtimoiy asoslari tahlil qilinadi. Xotin-qizlarning o‘z-o‘zini anglash darajasi, ijtimoiy rol identifikatsiyasi, motivatsion omillar, shuningdek, gender tenglik tamoyillari asosida ularning ijtimoiy hayotdagi ishtirokini kengaytirishga xizmat qiluvchi psixologik yondashuvlar yoritib berilgan. Shuningdek, davlat siyosati, ta’lim tizimi, OAV va fuqarolik jamiyati institutlarining xotin-qizlar faolligini oshirishdagi o‘rni va ta’siri ijtimoiy-psixologik nuqtai nazardan tahlil qilinadi.

Kalit so‘zlar: Yangi O‘zbekiston, xotin-qizlar faolligi, ijtimoiy-psixologik mexanizmlar, gender tengligi, motivatsiya, o‘zini anglash, liderlik, ijtimoiy rol, psixologik omillar, ayollar huquqi.

Аннотация: В данной статье рассматриваются психологические и социальные основы повышения социальной активности женщин в условиях Нового Узбекистана. Раскрываются психологические подходы, способствующие расширению участия женщин в общественной жизни на основе принципов гендерного равенства, уровня самосознания, идентификации социальной роли и мотивационных факторов. Также с социально-психологической точки зрения анализируется роль и влияние государственной политики, системы образования, средств массовой информации и институтов гражданского общества в повышении активности женщин.

Ключевые слова: Новый Узбекистан, активность женщин, социально-психологические механизмы, гендерное равенство, мотивация, самосознание, лидерство, социальная роль, психологические факторы, права женщин.

Annotation: This article analyzes the psychological and social foundations for enhancing women’s social activity in the context of New Uzbekistan. It highlights psychological approaches that promote women’s participation in public life based on principles of gender equality, self-awareness, social role identification, and motivational factors. The article also examines the role and influence of state policy, the education system, the media, and civil society institutions in increasing women’s activity from a socio-psychological perspective.

Keywords: New Uzbekistan, women’s activity, socio-psychological mechanisms, gender equality, motivation, self-awareness, leadership, social role, psychological factors, women’s rights.

Kirish. Yangi O‘zbekiston taraqqiyot strategiyasi doirasida gender tengligi va ayollar huquqlarini ta’minlash masalasi davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri sifatida e’tirof etilmoqda. Bugungi kunda jamiyatda xotin-qizlarning ijtimoiy-siyosiy, iqtisodiy, madaniy va ilmiy hayotdagi faolligini oshirish borasida qator islohotlar amalga oshirilmoqda. Shu bilan birga, ayollar faolligini rivojlantirish nafaqat huquqiy va iqtisodiy choralarni, balki chuqur ijtimoiy-psixologik yondashuvlarni ham talab qiladi.

Xotin-qizlarning o‘z shaxsiga bo‘lgan munosabati, ijtimoiy rolini anglash darajasi, psixologik barqarorlik, motivatsiya va liderlik salohiyati ularning jamiyatdagi faol ishtirokiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, yangi ijtimoiy-siyosiy sharoitda xotin-qizlarning o‘zini namoyon etish ehtiyoji, tashabbuskorlik darajasi va ijtimoiy muhit bilan o‘zaro ta’siri muhim ahamiyat kasb etmoqda. Ushbu omillarni tizimli o‘rganish va tahlil qilish orqali xotin-qizlar faolligini yanada oshirishga xizmat qiluvchi psixologik mexanizmlarni ishlab chiqish dolzarb masala hisoblanadi.

Mazkur maqolada Yangi O‘zbekiston sharoitida xotin-qizlar faolligining psixologik jihatlari, ularni rag‘batlantiruvchi va to‘sqinlik qiluvchi ijtimoiy omillar, shuningdek, ayollarning

o'zini anglash va yetakchilik fazilatlarini shakllantirishga xizmat qiluvchi mexanizmlar tahlil qilinadi.

Mavzuning dolzarbligi. Bugungi kunda Yangi O'zbekiston taraqqiyotining asosiy maqsadlaridan biri – har bir fuqaroning, ayniqsa, xotin-qizlarning jamiyat hayotida faol ishtirokini ta'minlashdan iboratdir. Ayollar faolligini oshirish, ularning ijtimoiy, iqtisodiy va siyosiy jarayonlardagi ishtirokini kuchaytirish masalasi davlat siyosatining markaziy yo'nalishlaridan biriga aylangan. Prezident tomonidan ilgari surilayotgan islohotlar, jumladan, "Ayollar daftari", "Xotin-qizlarni qo'llab-quvvatlash jamg'armasi", "Ayollar maslahat kengashlari" kabi tashabbuslar ushbu yo'nalishdagi harakatlarni tizimli ravishda amalga oshirishga xizmat qilmoqda.

Shu bilan birga, xotin-qizlarning faolligini faqat tashqi ijtimoiy-iqtisodiy omillar bilan emas, balki ularning psixologik holati, o'ziga bo'lgan ishonchi, o'z-o'zini anglash darajasi, ichki motivatsiyasi va ijtimoiy rolga munosabati bilan bog'liq jihatlarda ham chuqur o'rganish talab etiladi. Ayniqsa, ayollarning jamiyatdagi mavqei, tashabbuskorligi va liderlik fazilatlarini ularning ijtimoiy-psixologik tayyorgarligiga bevosita bog'liqdir.

Mazkur mavzuning dolzarbligi shundan iboratki, u xotin-qizlarning faolligini kuchaytirish orqali jamiyatda gender tengligini ta'minlash, ijtimoiy barqarorlikka erishish hamda yangi bosqichdagi taraqqiyot strategiyasini samarali ro'yobga chiqarishda muhim ahamiyat kasb etadi. Shu sababli, xotin-qizlar faolligini rivojlantirishga xizmat qiluvchi ijtimoiy-psixologik mexanizmlarni aniqlash va amaliyotga joriy etish zamonaviy psixologik tadqiqotlar uchun dolzarb ilmiy muammo hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini o'rganish bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar, avvalo, shaxsning ijtimoiy psixologik xatti-harakatlari, ijtimoiy rolga moslashuvi va liderlik salohiyatini rivojlantirish muammolari bilan uzviy bog'liq. A. G. Kovaleva [1] ayollarning ijtimoiy rolini o'zlashtirish darajasi ularning o'z-o'zini anglash va ijtimoiy o'zini baholash mezonlari bilan chambarchas bog'liq ekanligini ta'kidlaydi. Unga ko'ra, ayollarning o'zini jamiyatda ijobiy tutishi avvalo ularning ichki motivatsiyasi, kommunikativ kompetensiyasi va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash mexanizmlari bilan belgilanadi.

O'zbekistonlik olim G'. B. Shoumarova [2] ayollar psixologiyasining o'ziga xos jihatlari tahlil qilgan holda, ularning ijtimoiy faolligini oshirishda psixologik maslahat va psixokorreksion yondashuvlarning muhimligini ko'rsatadi. U ayollarning ijtimoiy hayotda faol bo'lishi ularning o'ziga ishonchi, avtosamomobilizatsiya va o'z-o'zini anglash darajasi bilan bevosita bog'liq ekanligini asoslab bergan.

Tadqiqotchi A. A. Derkach [3] ayollarda liderlik kompetensiyalarining shakllanish mexanizmlarini o'rganar ekan, bu jarayon jamiyatdagi gender stereotiplar, ijtimoiy madaniyat va axborot ta'siri bilan murakkab o'zaro aloqada ekanligini ta'kidlaydi. Ayollarni faol ijtimoiy subyekt sifatida shakllantirishda motivatsion omillar va psixologik yordam tizimining ahamiyati alohida urg'u bilan ko'rsatiladi.

Shuningdek, N. S. Pryazhnikov [4] ayollar faolligini rivojlantirishda ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'sir, ijtimoiy tarmoqlar orqali o'zini ifodalash va kommunikativ kompetensiyani kuchaytirish asosiy psixologik omillar qatorida tahlil qiladi.

Mahalliy tadqiqotlarda, xususan, Z. Nishanova [5] tomonidan ayollarning ijtimoiy-psixologik faolligini ta'minlovchi omillar qatorida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi, ayollarning ijtimoiy himoyasi, oila va jamiyat bilan aloqasi chuqur o'rganilgan.

YUNESKO va BMT tomonidan e'lon qilingan xalqaro hisobotlarda ham [6] ayollar faolligini ta'minlashda ta'lim tizimi, axborot vositalari va fuqarolik jamiyati institutlarining o'rni asosiy ijtimoiy determinant sifatida alohida ko'rsatib o'tilgan. Bu omillar, o'z navbatida, psixologik qo'llab-quvvatlash tizimi va ayollarning ruhiy holati bilan chambarchas bog'liqdir.

Muhokama. Yangi O'zbekiston davrida xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini oshirishga qaratilgan islohotlar nafaqat huquqiy va iqtisodiy jihatdan, balki psixologik yondashuvlar nuqtai nazaridan ham tub o'zgarishlarni talab qilmoqda. Mazkur jarayonda ayol shaxsining ichki resurslari – ya'ni o'ziga bo'lgan ishonch, motivatsiya, psixologik tayyorgarlik va liderlik

qobiliyatlarining roli beqiyosdir. Ayollarning faollik darajasi ko'plab hollarda ularning ijtimoiy rolga bo'lgan munosabati va bu roldagi o'zini tutishi bilan belgilanadi.

Empirik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, xotin-qizlarning ijtimoiy hayotda faol ishtirok etishlari uchun ular o'z imkoniyatlariga ishonishlari, tashabbus ko'rsatish qobiliyatiga ega bo'lishlari va psixologik qo'llab-quvvatlovchi muhitda shakllanishlari zarur. Shuningdek, jamiyatda gender stereotiplarining saqlanib qolishi ko'plab ayollarning faol ijtimoiy hayotga kirib borishini cheklab kelmoqda. Shu boisdan, psixokorreksion treninglar, yetakchilik ko'nikmalarini rivojlantiruvchi dasturlar va psixologik maslahat xizmatlari muhim ahamiyatga ega.

Munosib shart-sharoitlar yaratilgan taqdirdagina ayollar o'z salohiyatini to'laqonli namoyon eta oladi. Bu esa, bir tomondan, jamiyat taraqqiyoti uchun salmoqli ijtimoiy resurs bo'lsa, ikkinchi tomondan, oilaviy barqarorlik va farovonlikning asosiy omilidir. Biroq, faollikni shakllantirishda ayollarning shaxsiy ijtimoiy-psixologik holati, o'z-o'zini anglash darajasi va o'z hayotiga nisbatan mas'uliyatni his qilishi muhim omillar sifatida doimo inobatga olinishi lozim.

Shunday ekan, Yangi O'zbekiston sharoitida xotin-qizlar faolligini rivojlantirishning samarali yo'llaridan biri bu – ularni shaxs sifatida ijtimoiy jihatdan tayyorlash, o'z salohiyatini anglashga undash va ijtimoiy psixologik qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini takomillashtirishdan iboratdir. Bu esa, o'z navbatida, mustahkam ijtimoiy struktura va barqaror fuqarolik jamiyatining shakllanishiga xizmat qiladi.

Xulosa. Yangi O'zbekiston sharoitida xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini oshirish masalasi jamiyat taraqqiyotining strategik yo'nalishlaridan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Ayollar faolligi ularning shaxsiy psixologik resurslari – o'ziga ishonch, ijtimoiy rolni anglash, yetakchilik kompetensiyalari va ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'siri orqali shakllanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ayollar faolligini ta'minlashda nafaqat tashqi sharoitlar, balki ichki motivatsion omillar va ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash tizimlari muhim rol o'ynaydi.

Xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini cheklovchi omillar qatoriga jamiyatda mavjud gender stereotiplari, o'z-o'zini past baholash, kommunikativ cheklovlar va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yetarli emasligi kiradi. Shu bois, psixologik xizmatlar, motivatsion treninglar, psixokorreksion dasturlar va ijtimoiy institutlar faoliyati orqali bu holatlarni bartaraf etish lozim.

Ayollarni faol fuqarolik subyekti sifatida shakllantirish – nafaqat ularning shaxsiy rivoji, balki jamiyatning demokratiklashuvi va barqaror taraqqiyoti uchun muhim shartdir.

Tavsiyalar:

1. Psixologik tayyorgarlikni kuchaytirish – xotin-qizlar orasida o'ziga ishonch, yetakchilik, muammoli vaziyatlarda mustaqil qaror qabul qilish kabi psixologik fazilatlarni rivojlantirishga qaratilgan treninglar tashkil etish.

2. Ta'lim tizimida genderga oid yondashuvlarni mustahkamlash – ayollarning ijtimoiy rolini qadrlovchi, ularni yetakchilikka yo'naltiruvchi o'quv dasturlarni joriy etish.

3. Axborot-ta'sir vositalaridan samarali foydalanish – OAV orqali ijobiy ayol obrazlarini targ'ib qilish, stereotiplarni buzuvchi motivatsion materiallar yaratish.

4. Psixologik xizmatlarni ommalashtirish – oliy o'quv yurtlari, mahallalar va korxonalarda ayollar uchun maxsus psixologik maslahat markazlarini faollashtirish.

5. Fuqarolik jamiyati institutlari bilan hamkorlik – ayollarni ijtimoiy loyihalar, jamoat ishlariga keng jalb qilish orqali ularning faolligini oshirish.

Ismatova Dilafruz Tuymuratovna

Buxoro davlat universiteti psixologiya kafedrası dotsenti (PhD)

Sunnatova Xurshida Zafar qizi

Buxoro davlat universiteti

Psixologiya ta'lim yo'nalishi 1-bosqich magistranti

OILAGA PSIXOLOGIK XIZMAT KO'RSATISH USULLARINI TAKOMILLASHTIRISH MEXANIZMLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada oila inson uchun muqaddasligi, jamiyatining ijtimoiy poydevori ekanligi, ota-onalar munosabatlarda namoyon bo'luvchi o'zaro hurmat, oliy toifadagi qadriyatlar oilada o'zaro munosabatlar maromini vujudga keltirishi, yosh avlodning ma'naviy qiyofasi, ularning xatti-harakati, xulq-atvori dastlab oilaviy munosabat madaniyatida shakllanishi, oilaviy hayot masalalari hozirgi davr fani tadqiqot yo'nalishining ustuvor sohalaridan biriga aylanib borayotganligi haqida so'z boradi.

Kalit so'zlar: Oilaviy munosabatlar, qadriyat, tarbiya, psixologik yordam, dunyoqarash, nikoh.

Аннотация: В данной статье рассматриваются вопросы святости семьи для человека, социальной основы его общества, взаимного уважения, которое родители проявляют в отношениях, ценности высшего класса порождают в семье ритуал взаимоотношений, духовный образ подрастающего поколения, их поведение, поведение изначально формируются в культуре семейных отношений, вопросы семейной жизни являются важнейшими аспектами направления исследований науки современности. одной из приоритетных отраслей.

Ключевые слова: семейные отношения, ценность, воспитание, психологическая поддержка, мировоззрение, брак.

Annotation: this article tells about the holiness of the family for a person, the fact that society is the social foundation, mutual respect that parents show in relationships, values of the highest category give rise to the rhythm of interaction in the family, the spiritual image of the younger generation, their behavior, behavior are initially formed in the culture of family Relations, family life issues

Keywords: family relationships, value, upbringing, psychological support, worldview, marriage.

Kirish. Oila inson uchun muqaddas maskan, kishilik jamiyatining ijtimoiy poydevoridir. Oilaviy turmushning asosiy maqsadi - bu farzand ko'rish orqali aholini qayta tiklash, avlodlar bilan ajdodlar vorisligi va davomiyligini hamda yer yuzida insoniyat tarixiy taraqqiyotini ta'minlashdan iboratdir. Darhaqiqat, oila - har bir shaxsda ilk yoshligidan boshlab shakllanadigan insoniy fazilatlar, ezgu-istaklar, qadriyatlar takomil topadigan, ming yillar davomida shakllangan o'zbek xalqining qadriyatlari va ma'naviy merosi ravnag'ini ta'minlovchi tarbiya maskanidir. Ota-onalar munosabatlarda namoyon bo'luvchi o'zaro hurmat, mehr-oqibat, halollik, poklik, mehnatsevarlik, insonparvarlik kabi oliy toifadagi qadriyatlar ularning o'zaro munosabatlarida uyg'unlasha borib, oilada o'zaro munosabatlar maromini vujudga keltiradi. Oiladagi ushbu ijtimoiy jarayon yosh avlodning moddiy olam, ijtimoiy turmush haqidagi tasavvurlari, nuqtayi nazarlari, tushunchalari, dunyoqarashlari va sharqona odob-axloq qoidalari va ularga amaliyotda rioya etishning to'g'ri yo'l-yo'riqlarini ko'rsatadi. Yosh avlodning ma'naviy qiyofasi, ularning xatti-harakati, xulq-atvori dastlab oilaviy munosabat madaniyatida shakllanadi.

Tarixiy ma'lumotlarning guvohlik berishicha, oilaviy munosabatlar madaniyati sharq xalqlarida juda qadimdan rivojlangan ijtimoiy voqelik ekanligini ko'rsatadi[1]. Oilaviy turmush bilan jamiyat taraqqiyotining doimiy mushtarakligi tufayli jamiyat taraqqiyotining barcha davrlarida ham oilaviy muammolar uning ilg'or vakillari diqqat-e'tiborida bo'lgan. Oilaviy hayot jamiyat taraqqiyotida va farzandlarning kamolotida uchun shu qadar muhimki, xuddi shu bois uni

biror soniya ham diqqat-e'tibordan chetda qoldirib bo'lmaydi. Agar oila sog'lom va mustahkam bo'lsa, mahallada tinchlik va hamjihatlikka erishiladi. Binobarin, mahalla, yurt mustahkam bo'lsagina, davlatda osoyishtalik va barqarorlik hukm suradi. Ko'rinib turibdiki, oilaviy hayot masalalari hozirgi davr fani tadqiqot yo'nalishining ustuvor sohalaridan biriga aylanib bormoqda.

Afsuski, oila-nikoh munosabatlarining hozirgi davrga kelib zaiflashib borayotganligi dunyoning deyarli ko'pchilik mamlakatlarida: Amerika Qo'shma shtatlari, Angliya, Fransiya, Germaniya, Boltiq bo'yi davlatlari, Rossiya va boshqa qator davlatlarda yaqqol namoyon bo'lmoqda. O'zbek oilalari hayotida oila-nikoh munosabatlarining zaiflashuvi va uning buzilishlari yuqorida qayd etilgan davlatlardagiga qaraganda ancha kam bo'lsa-da, afsuski ajralishning asoratlari oila a'zolari va qarindosh-urug'lar o'rtasida nihoyatda ayanchli oqibatlar, noxush holat va hodisalar keltirib chiqarayotganligi kuzatilmoqda. 2020-yil 9-dekabr kuni Senat raisi boshchiligidagi oilaviy ajrimlarning oldini olish, farzand ta'lim-tarbiyasida ota-onas mas'uliyatini oshirish, aliment tayinlash va to'lash tizimini takomillashtirish masalalari tahlil qilingan. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, oilada farzandlar qancha ko'p bo'lsa, ajralish xavfi shunchalik kamayadi. Shu bilan birga joriy yilda oila qurganlar soni o'tgan yilga nisbatan kamaygan. Hozirda ajrim yoqasiga kelib qolgan oilalar soni 13 ming 188 tani, noqonuniy nikoh asosida yashayotganlar 8996 tanini tashkil qilmoqda. Ajrimlar natijasida joriy yilning o'zida respublika bo'yicha 11 ming nafardan ortiq voyaga yetmagan bola ota yoki ona mehridan mahrum bo'lgan. Oilaviy ajrimga oilaviy kelishmovchilik, farzandsizlik, uzoq muddat bir oila bo'lib yashamaslik, xiyonat, ichkilik va giyohvandlikka ruju qo'yish sabab bo'lmoqda. Mamlakatimizdagi mavjud oilalarning 0,03 foizining taqdiri ajralish bilan yakun topgan. Yuzaga kelgan mazkur ajrimlar natijasida voyaga yetmagan bolalar ota yoki ona mehridan mahrum bo'lgan. Oilada er-xotinning kelishmovchiliklariga eng ko'p sabab bo'luvchi holatlar quyida keltirilgan:

- Farzandsizlik;
- Oilaviy kelishmovchiliklar;
- Sog'lig'iga e'tiborsizlik;
- Yoshlarimizning oila qurishga tayyor emasligi;
- Xiyonat, uzoq vaqt birga yashamaslik;
- Yigitlarning oilani boshqarishni, ro'zg'orni moddiy ta'minlash, farzandlarni ma'nan hamda jismonan sog'lom qilib tarbiyalashni o'z burchlari, deb bilmasliklari;
- Qizlarning esa uy bekasi, onalik vazifasini tushunmasligi, aksariyat hollarda qaynona va kelin o'rtasidagi mojarolar tufayli yuzaga kelayotganligi.

Xo'sh, oilalarni saqlab qolish, ajrimlarning oldini olish uchun qanday ta'sirli chora ko'rish lozim? Islom nikoh va oilaga munosabat deganda dinimizning oilaga e'tibori va jamiyatda oilaning o'rni nazarda tutiladi. Islom dini oila sha'nini qanchalik himoya qilishini, oila Qur'oni karimda ham bosh mavzulardan ekanini anglash uchun Niso surasidan ikki oyat va ularning tafsiri bilan tanishish kifoyadir. "Erkaklar xotinlar ustidan (oilaga boshlig'i sifatida doimiy) qoim turuvchilardir. Sabab – Alloh ularning ayrimlari (erkaklar) ni ayrimlari (ayollar)dan (ba'zi xususiyatlarda) ortiq qilgani va (erkaklar o'z oilasiga) o'z mol-mulkalaridan sarf qilib turishlaridir. (Ayollar ichida) solihalari – bu (Allohgaga va eriga) itoatli, g'oyibga Alloh saqlaganicha himoyatli (ya'ni, erlarining sirlari, mulklari va obro'larini saqlovchi) lardir. Xotinlarning itoatsizligidan qo'rqsangiz, avvalo, ularga nasihat qiling, so'ngra (bu ta'sir qilmasa,) ularni o'rinlarda (aloqasiz) tark eting, so'ngra (bu ham kor qilmasa) ularni (majruh bo'lmagudek darajada) uring. Ammo sizlarga itoat qilsalar, ularga qarshi (boshqacha) yo'l axtarmang. Albatta, Alloh oliy va ulug' zotdir" (34-oyat). Endi oyatlarni batafsil tahlil qilib ko'raylik. Ha, jamiyat xayr-baraka ila rivoj topib borishi uchun unda tartib-intizom, tinchlik-omonlik hukm surishi, rahbar bo'lishi lozim. Islom ta'limotiga ko'ra, oila jamiyatning asosidir. Shunday ekan, oilaning ham rahbari bo'lishi kerak. Ana shu rahbarlik erkakka berildi. Nima uchun? Demak, erkak kishi oilaga rahbar qilinganining ikkita sababi bor. Birinchisi, Alloh taolo erkakni ayoldan afzal qilib yaratganidir. Darhaqiqat, erkak kishi jismonan ham, ichki va tashqi qiyofasi, irodasining mustahkamligi, ruhiy-nafsoniy va boshqa taraflardan ham oila rahbari bo'lishga mos qilib yaratilgan. Ikkinchi sabab oila qurish va bu yo'ldagi barcha

sarf-xarajatlar erkak kishi zimmasida ekanidir. Bunday rahbarlik ulkan mas'uliyatdir. Ushbu mas'uliyat erkak kishi zimmasiga oilaga, jumladan, ayolga homiylik qilish, uni boqish, muhofaza qilish vazifalarini yuklaydi.

Mustahkam oila sog'lom turmush tarzi asosida shakllanadi. Bugungi kunda ijtimoiy-iqtisodiy hayotimizda yuz berayotgan jadal o'zgarishlar, yutuqlar bilan bir qatorda oilaviy munosabatlar tizimida ajralishlar, yoshlar orasida deviant xulq-atvor ko'rinishlarining ko'payganligi, ota-onalar va farzandlar o'rtasida ziddiyatlarning paydo bo'lishi, tirik yetimlar sonining oshishi kuzatilmoqda[2]. Oilaning jamiyatdagi mavqeini saqlab qolish, uning mustahkamligini saqlash va kuchaytirish, uning muqaddasligini kelajak avlodlar ongiga singdirish hozirda dolzarb muammolardan hisoblanadi. Chunki, oila ijtimoiy-psixologik butunlik sifatida me'yoriy va informatsion ta'sir vositasi sifatida shaxsga ijtimoiylashtiruvchi ta'sir ko'rsatadi. Oilada jipslik, inoqlikning yo'qligi uni tashqi negativ omillarga ta'sirchan qilib qo'yadi. Shuning uchun, o'tish davrida oila-nikoh munosabatlarida barqarorlikni saqlash muhim ahamiyat kasb etadi.

Oil va nikohning paydo bo'lishiga sababchi omillardan biri, ayniqsa, bizning sharoitimizda, farzand tug'ilishidir. Farzandsiz er-xotin aloqalarini, umuman oilaviy munosabatlarini tasavvur qilish mushkul. Ilmiy manbalar tarixan insoniyat ota-ona va farzandlar munosabatlari o'ziga xos bosqichlar va rivojlanish qonuniyatlarini boshidan kechirganligidan guvohlik beradi. Bashar tarixi shundan dalolat beradiki, zamonlar osha ota-onaning bolaga nisbatan xususiy mulkday qarab, uning ustidan hukmronlik qilishi borgan sari farzand ehtiyojlari bilan hisoblashish, uning barcha istaklarini bajo keltirib, unga cheksiz g'amxo'rlik ko'rsatishgacha bo'lgan munosabatlarga aylangan. Ota-ona - bola munosabatlarini agar tarixiy davrlarga bo'ladigan bo'lsak, ota-onaning bolaga yondoshuv usullari bo'yicha qator bosqichlarni boshdan kechirganligini ko'rish mumkin. Ota-onalar farzandlarining jamiyatda tutajak o'rinlari, ularning ijtimoiylashuviga alohida e'tibor bera boshlaganlar. Keyingi davrlar esa kattalarning kichiklar taqdiriga befarq emasligi, ularni qo'llab-quvvatlash, rivojlanishiga ko'maklashishning ahamiyatini anglash davri bulgan. Bu an'ana deyarli bizning davrimizda ham davom etib kelmoqdaki, endilikda tug'ilgan bolaga e'tibor oilaning barcha qadriyatlaridan ustun ham keladi. Oilaviy munosabatlarning eng ta'sirli, jozibali va muhim bo'lagi - bu ota-ona va farzand munosabatlaridir. Ularning muhimligi shundaki, ayni dastlabki muloqot va mehrli munosabatlar bolaning keyingi psixik va aqliy taraqqiyotini hamda xulq-atvorini shakllantiradi.

Oilaga psixologik xizmat ko'rsatish bu-oilaga uning muammolarini yechishda yordam berish, qo'llab-quvvatlash hisoblanadi. Oilaviy turmushda nizoli holatlarni idrok etish, turmush o'rtoqlarning har biridagi shaxsga xos xususiyatlardan kelib chiqadi. Bu nizo ko'p hollarda turmush o'rtoqlarni doimiy charchashi bilan ham bog'liq bo'ladi. Hozirda zamonaviy oilalarda bunday nizolarni ko'payib borishi kabi holatlar ikkala tomonning javobgarlikni sezmaganlarida, ma'suliyatni his etmaganlaridan kelib chiqadi. Biz mazkur muammolarning oldini olish maqsadida quyida aytilgan tavsiyalarimizni oilaga mustahkamligiga yechim sifatida keltirishimiz mumkin:

- oilaviy muammolar yechimi oiladagi sog'lom psixologik muhit yaratilishiga bog'liq;
- oilaviy muammolar yechimidan biri bu – oila a'zolarini yetarli darajada pedagogik – psixologik bilimlar bilan qurollantirishdan iborat;
- oilaviy muammolar yechimida muammoni keltirib chiqargan har ikki tomonning psixologik jihatdan o'zaro kelishuvini ta'minlash lozim;
- oilaviy muammolar yechimida oila bilan mahalla hamkorligini yo'lga qo'yish eng muhim masalasidir;
- oiladagi shaxslararo tenglikni yuzaga keltirish oila mustahkamligi va barqarorligini ta'minlaydi.

Fikrimizcha, ushbu tavsiyalar oilalar tinchligi va mustahkamligini ta'minlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Давлетшин М. Г. Состояние и задачи психологической службы в Узбекистане. // Научно методические основы и опыт организации школьной психологической службы. Тезисы докладов республиканский научно-практической конференции. Бухара, 15-18 сентября 1989.
2. Shoumarov G'.B. Shoumarov Sh.B Muhabbat va oila. – T.: Ibn Sino nomidagi nashriyot birlashmasi. – 1994.
3. D.T.Ismatova.Oilaviy psixologik xizmatda shaxslararo munosabatlarni empirik tahlili. Ta'lim va innovatsion tadqiqotlar // Xalqaro ilmiy-metodik jurnal. – Buxoro, 2023. №5.
4. D.T.Ismatova.Farzand tarbiyasi kontekstida ota-ona fenomenining nazariy metodologik asoslari. Ta'lim va innovatsion tadqiqotlar. Xalqaro ilmiy metodik jurnal. – Buxoro, 2023.
5. Sh.R.Barotov. "O'zbekistonda psixologik xizmat tashkil etishning ijtimoiy psixologik va ilmiy-amaliy asoslari" Dissertatsiya Buxoro. – 1997.

Adizova Gulnavoz Farhodovna
BuxDU mustaqil tadqiqotchisi

NOTO'LIQ OILA FARZANDLARIDA KOPING XULQ-ATVOR NAMOYON BO'LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya: Ushbu tadqiqotda noto'liq oilalarda voyaga yetayotgan bolalarda koping (moslashuv) xulq-atvorining shakllanishi va namoyon bo'lishiga ta'sir etuvchi psixologik omillar tahlil qilingan. Tadqiqot davomida stressli holatlarga nisbatan moslashuv strategiyalarining turlari, noto'liq oilaning tuzilmasi va hissiy muhitining bolaning psixik rivojiga ta'siri hamda koping strategiyalarining konstruktiv va destruktiv shakllari o'rganilgan. Shuningdek, noto'liq oila farzandlarida uchraydigan emotsional zo'riqish, xavotir, o'ziga past baho berish va psixologik himoya mexanizmlarining o'ziga xos xususiyatlari yoritilgan. Tadqiqot natijalari, psixologik yordam ko'rsatish va moslashuv strategiyalarini rivojlantirishda amaliy ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: noto'liq oila, koping xulq-atvor, stress, moslashuv strategiyalari, psixologik himoya, emotsional zo'riqish, konstruktiv koping, destruktiv koping, bola psixologiyasi, ijtimoiy moslashuv.

Аннотация: В исследовании анализируются психологические факторы, влияющие на формирование и проявление совладающего поведения у детей, воспитывающихся в неблагоприятных семьях. В ходе исследования были изучены типы стратегической адаптации к стрессовым ситуациям, влияние негативной структуры семейной и эмоциональной среды на психологическое развитие ребенка, а также конструктивные и деструктивные формы стратегического управления. Также освещаются особенности эмоционального стресса, тревожности, низкой самооценки и механизмов психологической защиты, которые возникают у детей из неблагоприятных семей. Результаты исследования имеют практическое значение для психологического сопровождения и развития стратегических адаптаций.

Ключевые слова: неблагоприятная семья, совмещающее поведение, стресс, стратегия адаптации, психологическая защита, эмоциональный стресс, конструктивный менеджмент, деструктивный менеджмент, детская психология, социальная адаптация.

Abstract: This study analyzed psychological factors influencing the formation and manifestation of coping (adaptation) behavior in children growing up in dysfunctional families. During the study, the types of adaptation strategies for stressful situations, the influence of the structure and emotional environment of the dysfunctional family on the psychological development of the child, and constructive and destructive forms of coping strategies were studied. Also, the specific features of emotional stress, anxiety, low self-esteem, and psychological defense

mechanisms in children from dysfunctional families were highlighted. The results of the study have practical significance in providing psychological assistance and developing adaptation strategies.

Keywords: *dysfunctional family, coping behavior, stress, adaptation strategies, psychological defense, emotional stress, constructive coping, destructive coping, child psychology, social adaptation.*

Kirish. Zamonaviy jamiyatda oilaviy munosabatlarning murakkablashuvi va ajralishlar sonining ortib borishi natijasida noto'liq oilalarda voyaga yetayotgan bolalar soni ham ko'paymoqda. Bunday muhitda ulg'ayayotgan farzandlar ko'plab psixologik va ijtimoiy qiyinchiliklarga duch keladilar. Ota-onalardan birining yo'qligi bolalarda xavfsizlik hissining susayishiga, o'ziga bo'lgan ishonchning kamayishiga, emotsional zo'riqishga hamda o'z xatti-harakatlarini nazorat qilishdagi muammolarga olib kelishi mumkin.

Bunday holatlarda bola turli koping (moslashuv) strategiyalariga murojaat qiladi. Koping xulq-atvor – bu shaxsning stress, bosim, emotsional noqulayliklarga nisbatan kurashish yoki ularga moslashish usullaridir. Har bir bolaning koping strategiyasi uning psixologik holati, oila muhiti, tarbiya uslubi va shaxsiy individual xususiyatlariga bog'liq holda shakllanadi.

Noto'liq oilada ulg'ayotgan farzandlarda koping xulq-atvorining konstruktiv (ijobiy) yoki destruktiv (salbiy) shaklda namoyon bo'lishi ularning kelajakdagi shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishiga bevosita ta'sir qiladi. Shu sababli, ushbu mavzuni o'rganish farzandlar psixologik farovonligini ta'minlash, ularni ijtimoiy muhitga muvaffaqiyatli moslashtirish hamda zarur psixokorreksion choralarni ishlab chiqishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Bugungi kunda jamiyatda yuz berayotgan ijtimoiy-iqtisodiy o'zgarishlar, turmush tarzining dinamikasi, ajralishlar sonining ortishi va migratsion jarayonlar natijasida noto'liq oilalar soni sezilarli darajada ko'paymoqda. Bu esa o'z navbatida, bunday oilalarda voyaga yetayotgan farzandlarning ruhiy holati, emotsional barqarorligi hamda stressga nisbatan moslashuv (koping) xulq-atvorini o'rganishni dolzarb masalaga aylantirmoqda.

Noto'liq oilada ulg'ayayotgan bola ko'pincha bir tomonlama tarbiya, hissiy bo'shliq, ortiqcha mas'uliyat yoki e'tibor yetishmovchiligi kabi omillar bilan to'qnashadi. Ushbu omillar bolaning stressli vaziyatlarga munosabati, ularni yengish strategiyalari, ya'ni koping xulq-atvorining shakllanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Aynan mana shu bosqichda bola konstruktiv yo'l bilan muammoni hal qilishga intiladimi yoki destruktiv himoya mexanizmlariga murojaat qiladimi — bu ularning kelajakdagi psixologik barqarorligi uchun hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Shu nuqtai nazardan, noto'liq oilalarda o'sayotgan bolalarning koping xulq-atvorini aniqlash, uni shakllantiruvchi omillarni o'rganish, salbiy tendensiyalarning oldini olish va psixologik yordam mexanizmlarini ishlab chiqish – zamonaviy psixologiya oldida turgan dolzarb va amaliy ahamiyatga ega masalalardan biridir.

Asosiy qism. Noto'liq oila sharoitida voyaga yetayotgan bolalarning psixologik rivojlanish xususiyatlarini tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, ular to'liq oilada o'sgan tengqurlariga nisbatan ko'proq emotsional va ijtimoiy qiyinchiliklarga duch keladilar. Bunday farzandlar oilaviy qo'llab-quvvatlovning yetishmasligi, ota-onalardan biri tomonidan e'tiborning kamayishi, doimiy psixologik bosim yoki zo'riqish holatlari bilan yuzma-yuz keladilar. Natijada, ular atrof-muhit bilan o'zaro munosabatda bo'lishda turli koping (moslashuv) strategiyalarini ishlab chiqishga majbur bo'ladilar.

Koping xulq-atvor — bu shaxsning stressli holatlarga nisbatan psixologik moslashuv usullaridir. Lazarus va Folkman (1984) tomonidan ilgari surilgan koping nazariyasiga ko'ra, har bir inson muammoni qanday idrok qilishi va unga qanday javob qaytarishi orqali individual koping strategiyasini shakllantiradi. Ushbu strategiyalar konstruktiv (muammoni hal qilishga yo'naltirilgan) va destruktiv (muammodan qochish yoki uni inkor etishga asoslangan) shakllarda namoyon bo'lishi mumkin. Aynan noto'liq oilalarda bu strategiyalarning shakllanishi ancha murakkab kechadi.

Ota-onadan birining yo'qligi bolaning psixik rivojida bo'shliq paydo qilishi mumkin. Ayniqsa, bu holat bola yoshligidan boshlab davom etsa, u atrofdagilarga nisbatan ishonchsizlik,

o'zini rad etilgan deb his qilish, o'z-o'ziga past baho berish, tajovuzkorlik, izolyatsiyaga moyillik yoki teskari holatda – haddan ziyod bo'ysunuvchanlik kabi salbiy emotsional holatlar bilan namoyon bo'ladi. Bu esa ko'pincha destruktiv koping usullarini faollashtiradi: inkor qilish, agressiya, passivlik, yolg'izlik, zararli odatlarga berilish kabilar.

Noto'liq oilalarda ulg'ayotgan farzandlarning koping xulq-atvori ko'p omillarga bog'liq: psixologik iqlim, mavjud qaram-qarshiliklar, moliyaviy va ijtimoiy sharoit, yaqin qarindoshlar bilan aloqalar, ta'lim muassasasidagi muhit hamda bola shaxsining individual psixologik tipiga. Masalan, ayrim bolalar stressga javoban faol harakatga o'tadi, ijtimoiy ko'mak izlaydi, muammoni mantiqan tahlil qiladi (konstruktiv koping), boshqalari esa bezovtalik, yig'loqilik, g'azab yoki chekinish bilan javob beradi (destruktiv koping).

Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, noto'liq oilada ulg'aygan bolalarda konstruktiv koping strategiyalari ko'proq ijtimoiy qo'llab-quvvatlov mavjud bo'lsa, samarali shakllanadi. Bu qo'llab-quvvatlov yaqin qarindoshlar, maktab psixologi, pedagoglar yoki do'stlar orqali amalga oshirilishi mumkin. Shu bilan birga, bola o'z hissiyotlarini ifoda etish, muammoni muhokama qilish, qaror qabul qilishda ishtirok etish imkoniyatiga ega bo'lsa, u konstruktiv koping xulq-atvorini shakllantirishga muvaffaq bo'ladi.

Shuningdek, gender farqlari ham koping strategiyalari tanlovida muhim rol o'ynaydi. O'g'il bolalar ko'proq tashqi (eksternal) reaksiya bilan javob berishga moyil bo'lsalar, qiz bolalar ichki (internal) koping usullariga – ya'ni ichki iztirob, xavotir va o'ziga tahdid sifatida qabul qilishga moyil bo'ladilar. Bu holatlarning har ikkisi ham noto'g'ri boshqarilsa, uzoq muddatli psixologik muammolar, xususan, depressiya, xavotir buzilishlari, ijtimoiy chekinish yoki shaxslararo munosabatlarda qiyinchiliklarga olib kelishi mumkin.

Noto'liq oila farzandlarida sog'lom koping xulq-atvorini rivojlantirish uchun quyidagilar muhim hisoblanadi:

- ijobiy psixologik muhit yaratish;
- bola bilan ochiq va samimiy muloqot qilish;
- ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarni rivojlantirish;
- stressni yengish usullarini o'rgatish;
- psixologik maslahat va qo'llab-quvvatlash tizimini joriy etish.

Shunday qilib, noto'liq oilarda voyaga yetayotgan bolalarning moslashuv xulq-atvorini chuqur o'rganish, ularni sog'lom ijtimoiy muhitga yo'naltirish hamda konstruktiv koping strategiyalarini shakllantirish psixologik xizmatning dolzarb va muhim yo'nalishlaridan biridir.

“Noto'liq oila farzandlarida koping xulq-atvor namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari” mavzusini o'rganish bir necha muhim sabablarga ko'ra zarur va dolzarb hisoblanadi:

Birinchidan, jamiyatda noto'liq oilalar sonining ortib borayotgani bolalar tarbiyasi va psixologik rivojiga bevosita ta'sir qilmoqda. Ota-onalardan birining yo'qligi bolaning emotsional xavfsizlik hissi, o'ziga bo'lgan ishonchi, o'zini qadrlashi va ijtimoiy munosabatlarida sezilarli o'zgarishlar keltirib chiqaradi. Bu holat esa bolaning stress holatlariga qanday munosabatda bo'lishi va ularni qanday yengishi (ya'ni, koping strategiyasi) bilan chambarchas bog'liq.

Ikkinchidan, bolalik davrida shakllanadigan koping xulq-atvorlar kelajakdagi shaxsiy barqarorlik, ruhiy salomatlik va ijtimoiy moslashuvning asosiy poydevorini tashkil etadi. Agar bola og'ir holatlarga konstruktiv yondashish, muammoni hal etish, hissiy nazoratni saqlash kabi strategiyalarni o'zlashtirsa, u kattalar hayotida ruhiy jihatdan sog'lom, muvozanatli va ijtimoiy faol shaxs bo'lib yetishadi. Aks holda, destruktiv koping (masalan, tajovuzkorlik, ichki izolyatsiya, alkohol yoki boshqa zararli vositalarga berilish) psixologik muammolarning chuqurlashishiga olib keladi.

Uchinchidan, noto'liq oiladagi farzandlar ko'pincha pedagoglar, maktab psixologlari yoki psixologik markazlar e'tiboridan chetda qoladi. Ularning ichki kechinmalari, stressga qarshi kurashish usullari va psixologik ehtiyojlari chuqur o'rganilmasa, ular “tashqi tomondan tinch” bo'lib ko'ringan bo'lsa-da, ichki ziddiyatlar bilan kurashayotgan bo'lishi mumkin. Bu esa vaqt

o'tgan sayin chuqur psixologik iz qoldirishi, hatto nevroz yoki depressiv buzilishlarga olib kelishi ehtimolini kuchaytiradi.

To'rtinchidan, bu mavzuni o'rganish amaliy psixologik yondashuvlarni ishlab chiqish va takomillashtirish uchun zarurdir. Noto'liq oila farzandlari uchun mo'ljallangan individual yoki guruhiiy psixokorreksion dasturlar, stressni yengish bo'yicha treninglar, oilaviy qo'llab-quvvatlov tizimi aynan bunday ilmiy asoslangan tadqiqotlar natijasiga tayangan holda tuziladi.

Beshinchidan, bu yo'nalish bo'yicha olib boriladigan tadqiqotlar maktab, kollej va universitetlar psixologlari uchun diagnostik vositalarni ishlab chiqishda, profilaktik ishlarni rejalashtirishda hamda xavf guruhidagi bolalarni erta aniqlashda muhim rol o'ynaydi.

Shunday qilib, "noto'liq oila farzandlarida koping xulq-atvor namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari" mavzusini chuqur o'rganish – bolalarda sog'lom psixik rivojlanishni ta'minlash, salbiy holatlarning oldini olish, ijtimoiy moslashuvni yengillashtirish hamda psixologik xizmatlar sifatini oshirishga xizmat qiluvchi muhim ilmiy-amaliy vazifadir.

Xulosa. Noto'liq oila sharoitida voyaga yetayotgan farzandlarning psixologik holati va koping xulq-atvori o'ziga xos xususiyatlarga ega bo'lib, ular ijtimoiy va emotsional jihatdan murakkab vaziyatlarda o'zini tutish strategiyalarini shakllantiradi. Ota-onalardan birining yo'qligi bolaning emotsional xavfsizligi va ruhiy barqarorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi, bu esa destruktiv koping mexanizmlarining rivojlanishiga olib kelishi mumkin.

Shu bilan birga, bolaning ijtimoiy muhitdagi qo'llab-quvvatlovi, yaqin do'stlari, ta'lim muassasalaridagi psixologik yordam va uning shaxsiy xususiyatlari konstruktiv koping strategiyalarini shakllantirishda muhim omillar hisoblanadi. Gender va individual psixologik xususiyatlar ham koping usullarining tanloviga ta'sir qiladi.

Mazkur mavzuni o'rganish nafaqat bolaning stressga qarshi kurashish imkoniyatlarini yaxshilash, balki ijtimoiy moslashuv va ruhiy salomatlikni mustahkamlashga xizmat qiladi. Shuning uchun, noto'liq oilalarda ulg'ayotgan bolalarning psixologik holatini chuqur tahlil qilish va ularga amaliy yordam ko'rsatish maqsadida samarali psixokorreksion dasturlarni ishlab chiqish muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Axmedov, M. (2015). Oilaviy psixologiya asoslari. Toshkent: Fan va texnologiya.
 2. Abdullayeva, S. (2018). Bolalar va o'smirlarda psixologik moslashuv. Toshkent: O'zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti.
 3. Usmonov, B. (2017). Noto'liq oilalarda tarbiya va psixologik xususiyatlar. Toshkent: Sharq.
 4. Qodirov, D. (2016). Stress va uning bolalar psixikasiga ta'siri. Toshkent: O'qituvchi.
 5. Karimov, T. (2019). Psixologik yordam va qo'llab-quvvatlash tizimi. Toshkent: Akademiya nashriyoti.
 6. Mamadaliyev, R. (2014). Koping strategiyalari va ularning psixologik asoslari. Toshkent: Fan.
 7. Sodiqova, N. (2020). Oila va ijtimoiy muhitning bolaning psixik rivojiga ta'siri. Toshkent: Ilm-fan.
 8. Rasulov, A. (2013). Oila psixologiyasi. Toshkent: O'zbekiston Davlat Noshriyoti.
 9. Mirzayeva, L. (2018). O'smirlar psixologiyasi va stressni boshqarish. Toshkent: Sharq.
 10. Islomov, E. (2015). Ijtimoiy-psixologik moslashuv. Toshkent: Fan va texnologiya.
- Internet manbalari:
1. www.lex.uz
 2. www.ziyonet.uz
 3. www.pedagog.uz

Botirova Maxliyo Botir qizi
Buxoro davlat universiteti o'qituvchisi

OILALARDA NIZOLARNI OLDINI OLIHNING PEDAGOGIK VA PSIXOLOGIK CHORALARI

Annotatsiya: Mazkur maqolada oilalarda nizolarni oldini olishning pedagogik va psixologik choralari tahlil qilinadi. Oila ichidagi nizolar, asosan, kommunikatsiya va tarbiya xatoliklaridan kelib chiqadi. Ushbu ishda oiladagi salbiy vaziyatlarning oldini olishda pedagogik va psixologik yondashuvlarning ahamiyati o'rganiladi. Oilaviy munosabatlarda farzandlarga to'g'ri tarbiya berish, psixologik maslahatlar, konfliktlarni hal qilishda kommunikatsiyaning roli va oilaviy psixologiyaning o'rni ko'rib chiqiladi. Shuningdek, nizolarni oldini olish va hal qilishda yuridik yordam va huquqiy maslahatlarning ahamiyati haqida fikrlar keltirilgan. Ushbu maqola oilalardagi salbiy vaziyatlarni kamaytirish va oilaviy farovonlikni ta'minlashda foydali bo'ladi.

Kalit so'zlar: oilalar, nizolarni oldini olish, pedagogik choralar, psixologik yondashuv, oila tarbiyasi, kommunikatsiya, konfliktni hal qilish, oilaviy psixologiya, yuridik yordam, farovon oila.

Аннотация: В статье анализируются педагогические и психологические меры профилактики конфликтов в семье. Конфликты в семье чаще всего возникают из-за ошибок в общении и воспитании. В работе исследуется значение педагогических и психологических подходов в профилактике негативных ситуаций в семье. В курсе рассматривается роль общения в семейных отношениях, правильное воспитание детей, психологическое консультирование, разрешение конфликтов и семейная психология. В нем также дается представление о важности юридической помощи и юридических консультаций в предотвращении и разрешении споров. Эта статья будет полезна для снижения негативных ситуаций в семьях и обеспечения семейного благополучия.

Ключевые слова: семьи, профилактика конфликтов, педагогические меры, психологический подход, семейное воспитание, коммуникация, разрешение конфликтов, семейная психология, юридическая помощь, благополучная семья.

Abstract: This article analyzes pedagogical and psychological measures to prevent conflicts in families. Conflicts within the family mainly arise from communication and upbringing errors. This work studies the importance of pedagogical and psychological approaches in preventing negative situations in the family. The role of communication in the proper upbringing of children in family relations, psychological counseling, conflict resolution, and family psychology are considered. It also presents ideas about the importance of legal assistance and legal advice in preventing and resolving conflicts. This article will be useful in reducing negative situations in families and ensuring family well-being.

Keywords: families, conflict prevention, pedagogical measures, psychological approach, family upbringing, communication, conflict resolution, family psychology, legal assistance, prosperous family.

Kirish. Oilalar jamiyatning asosiy va ajralmas tarkibiy qismi bo'lib, insonning ilk tarbiyasi va hayotdagi asosiy qadriyatlarni o'rgatish manbai hisoblanadi. Oila ichidagi sog'lom munosabatlar, farzandlarni to'g'ri tarbiyalash va ularning ruhiy salomatligini saqlash jamiyatning barqarorligini ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Ammo, oiladagi nizolar va tushunmovchiliklar turli ijtimoiy, psixologik va pedagogik omillar natijasida yuzaga keladi va bu o'z navbatida, nafaqat oila a'zolarining, balki jamiyatning umumiy farovonligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Oiladagi nizolarni oldini olish, avvalo, tarbiya va psixologik yondashuvlarni to'g'ri tashkil etishni talab qiladi. Bu jarayonda ota-onalar o'rtasida samarali kommunikatsiya, farzandlar bilan munosabatlarni yo'lga qo'yish, konfliktlarni boshqarish va psixologik maslahatlar yordamida oilaviy sog'lom muhit yaratish muhimdir. Oila ichidagi to'g'ri pedagogik yondashuvlar nafaqat nizolarni oldini olishga, balki farzandlarning etika va axloqiy qadriyatlarini shakllantirishga ham yordam beradi. Ushbu maqolada oilalarda nizolarni oldini olishning pedagogik va psixologik

choralari tahlil qilinadi. Ta'lim jarayonida oila a'zolari o'rtasida salbiy xulq-atvorni bartaraf etish, yuridik maslahatlar va psixologik yordam ko'rsatish kabi muhim jihatlari ko'rib chiqiladi. Maqola, oilaviy nizolarni kamaytirish va oilaviy farovonlikni ta'minlashda samarali yondashuvlarni ko'rsatishga qaratilgan.

Asosiy qism. Oilalarda nizolarni oldini olish va hal qilish jarayonida pedagogik va psixologik yondashuvlarning muhim o'rni mavjud. Oila ichidagi salbiy vaziyatlar asosan noto'g'ri kommunikatsiya, tarbiyaviy xatoliklar va psixologik muammolardan kelib chiqadi. Shu sababli, oila a'zolari o'rtasida samarali muloqot va yaxshilangan pedagogik yondashuvlarni joriy etish zarur. Pedagogik yondashuvlar oilada farzandlarga to'g'ri axloqiy qadriyatlar, etika va tartibni o'rgatishning asosiy vositalaridan biridir. Farzandlarning o'zaro hurmat, mehr-oqibat va murosaba bilan munosabatlar qurishi uchun ota-onalar ularga yaxshi namuna bo'lishlari kerak.

Psixologik yondashuvlar oiladagi nizolarni oldini olishda yana bir muhim vositadir. Psixologik maslahatlar va treninglar yordamida oila a'zolarining o'zaro munosabatlaridagi qiyinchiliklar hal qilinishi mumkin. Psixologik yondashuvlarning asosiy maqsadi oilaviy stressni kamaytirish, odamlarning o'z hissiyotlari bilan to'g'ri ishlashini o'rgatish va shaxsiy chegaralarni hurmat qilishdir. Ota-onalar va farzandlar o'rtasida ochiq va halol suhbatlar o'tkazish, hissiyotlarni ifodalash va muammolarni birgalikda hal qilish orqali oiladagi muammolarni kamaytirish mumkin.

Oilada psixologik salomatlikni ta'minlash uchun shaxsiy va jamoaviy yondashuvlar muhimdir. Farzandlarning stressga chidamliligini oshirish va o'smirlar bilan samarali ishlash uchun oilada psixologik maslahatlar va guruh faoliyatlari joriy etilishi lozim. Bu oila a'zolarining o'zaro anglashuvini va bir-biriga bo'lgan ishonchini mustahkamlashga yordam beradi. Bundan tashqari, ota-onalar o'rtasida sog'lom munosabatlarni rivojlantirish va nizolarni hal qilishda konstruktiv yondashuvlarni qo'llash zarur.

Pedagogik yondashuvlar o'zgartirishni talab qiladigan oilaviy munosabatlarni shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Misol uchun, oilada farzandlarga do'stona, hurmatga asoslangan muhit yaratish, shuningdek, o'zaro muloyimlik va mas'uliyatni oshirish uchun ota-onalar tomonidan bilim va ko'nikmalarni o'zlashtirish muhimdir. Tarbiyaning maqsadi faqat farzandni shaxs sifatida rivojlantirish emas, balki oilaviy va ijtimoiy qadriyatlarni shakllantirishdir.

Bundan tashqari, yuridik yordamning roli ham juda muhimdir. Agar oilaviy nizolar huquqiy masalalarga aylanib ketsa, yuridik maslahatlar oilada tartib va qonuniy muvozanatni saqlashda yordam beradi. Oilaviy huquqiy masalalar bo'yicha maslahatlar va yuridik yordam oila a'zolariga o'z huquqlarini to'g'ri tushunishga va nizolarni qonuniy tarzda hal qilishga imkon yaratadi.

Shu bilan birga, oilada o'rtasidagi yuridik nizolarni hal qilishda ota-onalar o'rtasidagi huquqiy masalalarni hal qilishni va bolalar uchun xavfsiz muhit yaratishni ta'minlash zarur. Yuridik xizmatlar oiladagi nizolarni qonuniy va xavfsiz tarzda hal qilishni osonlashtiradi.

Oilalardagi nizolarni oldini olish va hal qilishda, pedagogik va psixologik yondashuvlar faqat zarur metodlar emas, balki oilaviy farovonlikni ta'minlashning asosiy vositalaridir. Oila a'zolari o'rtasida muloqotni yaxshilash, o'zaro hurmatni mustahkamlash va to'g'ri tarbiya berish orqali oilaviy nizolarni oldini olish mumkin. Shuningdek, psixologik yondashuvlar va yuridik yordam orqali oilalarning farovonligini oshirishga erishiladi. Bu o'z navbatida, jamiyatda sog'lom va barqaror munosabatlarni yaratishga hissa qo'shadi.

Xulosa. Oilalarda nizolarni oldini olish va ularni hal qilish jarayoni murakkab va ko'p tomonlama yondashuvni talab qiladi. Pedagogik va psixologik choralar oiladagi salbiy vaziyatlarni bartaraf etishda asosiy rol o'ynaydi. Oila a'zolari o'rtasida to'g'ri kommunikatsiya, yaxshi tarbiya, bir-biriga hurmat bilan munosabatda bo'lish, stressni boshqarish va muammolarni konstruktiv tarzda hal qilish oiladagi nizolarni kamaytiradi. Psixologik maslahatlar va terapiya usullari oilaviy munosabatlarni yaxshilash, stressni kamaytirish va hissiyotlarni boshqarishning samarali vositalaridir. Shuningdek, oiladagi nizolarni oldini olishda ota-onalar uchun pedagogik bilimlarni o'zlashtirish va ularning oilaviy rolini to'g'ri tushunishi muhimdir. Farzandlarga to'g'ri tarbiya berish, axloqiy qadriyatlarni singdirish va ularni o'rnak bo'lishga o'rgatish orqali oilada sog'lom

muhit yaratish mumkin. Yuridik yordam esa, agar nizolar qonuniy masalalarga aylanadigan bo'lsa, oilaviy munosabatlarni tartibga solishda muhim ahamiyatga ega. Natijada, oilalarda nizolarni oldini olishning samarali usullari pedagogik va psixologik yondashuvlarni uyg'unlashtirishda, oilaviy farovonlikni ta'minlashda va jamiyatda sog'lom oilaviy munosabatlarni rivojlantirishda katta ahamiyatga ega. Oila a'zolarining bir-birini tushunishi, hurmat qilish va farovon yashashni qo'llab-quvvatlash orqali oilaviy nizolarni samarali hal etish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Aliyeva, R. (2020). Oilaviy munosabatlar va tarbiya. Toshkent: Ma'naviyat, 2020.
2. Anderson, C., & Kaplan, R. (2018). Oilaviy nizolar va ularni hal qilish usullari. Moskva: Psixologiya, 2018.
3. Akhmedov, M. (2019). Pedagogik texnologiyalar va oiladagi nizolarni oldini olish. Samarqand: SamDU nashriyoti.
4. Vygotskiy, L.S. (1983). Psixologiya va taraqqiyot. Moskva: Pedagogika.
5. Sharipov, S. (2021). Oilaviy psixologiya: nazariy va amaliy asoslar. Toshkent: Oliy ta'lim nashriyoti.
6. Berk, L. E. (2009). Development through the lifespan. Boston: Pearson Education.
7. Shamsiyev, S.A. (2020). Oiladagi tarbiya va psixologiya. Toshkent: Harbiy nashriyot.
8. UNICEF (2017). Family Dynamics and Conflict Resolution. New York: UNICEF Publishing.
9. Giddens, A. (2017). Sociology. London: Polity Press.
10. Husainov, A. (2022). Oila a'zolari o'rtasidagi aloqalar va nizolarni boshqarish. Toshkent: O'zbekiston nashriyoti.

Убайдуллаева Назирахан Фазлиддиновна,
Докторант 2-го курса Бухарского государственного университета
naziraubaydullayeva72@gmail.com

ПУТЬ К ОСМЫСЛЕННОЙ ЖИЗНИ: НАУЧНЫЕ РЕШЕНИЯ ЛОГОТЕРАПИИ В ПРЕОДОЛЕНИИ СТРЕССА У СТУДЕНТОВ

Аннотация: Студенты — это группа населения, которая сталкивается с многочисленными стрессовыми факторами, включая академическое давление, неуверенность в будущем и личные проблемы. Этот обзор научной литературы рассматривает роль логотерапии как метода, способного помочь студентам преодолеть стресс, обрести внутреннюю гармонию и осмысленное существование. Особое внимание уделяется теориям Виктора Франкла, ключевым элементам логотерапии и исследованиям, подтверждающим эффективность этого подхода в психотерапевтической практике.

Ключевые слова: Логотерапия, стресс у студентов, поиск смысла жизни, Виктор Франкл, психологическая устойчивость, академический стресс, эмоциональное благополучие студентов, преодоление стресса, личностное развитие, психологическая поддержка студентов, мотивация студентов, образовательный процесс, студенческая адаптация, теория логотерапии, социальная поддержка в университетах.

Annotation: Students are a population group that faces numerous stressors, including academic pressure, uncertainty about the future, and personal problems. This review of the scientific literature examines the role of logotherapy as a method that can help students overcome stress, find inner harmony, and a meaningful existence. Particular attention is paid to the theories of Viktor Frankl, the key elements of logotherapy, and research confirming the effectiveness of this approach in psychotherapeutic practice.

Keywords: *Logotherapy, stress in students, search for meaning in life, Viktor Frankl, psychological resilience, academic stress, emotional well-being of students, stress management, personal development, psychological support for students, student motivation, educational process, student adaptation, logotherapy theory, social support in universities.*

1. Введение. Современные студенты сталкиваются с уникальными вызовами, связанными с обучением, социальной адаптацией и личными переживаниями. Стресс, вызванный высокими требованиями академической среды и неопределенностью будущего, может привести к психосоциальным расстройствам, таким как депрессия, тревожность и выгорание. По мере того как традиционные методы лечения стресса, такие как когнитивно-поведенческая терапия, становятся популярными, логотерапия, основанная на поиске смысла жизни, предлагает уникальную альтернативу.

2. Логотерапия как метод преодоления стресса.

2.1. Теоретические основы логотерапии Виктора Франкла. Логотерапия, разработанная австрийским психотерапевтом Виктором Франклом, является подходом, основанным на идее, что человек способен найти смысл в своей жизни даже в самых трудных ситуациях. Франкл утверждает, что стресс и страдания становятся преодолимыми, если у человека есть ясное представление о смысле своей жизни. Он выделил три ключевых аспекта логотерапии:

- **Поиск смысла:** Каждый человек стремится к поиску и реализации смысла, который может быть найден в личных отношениях, работе, а также в отношении к страданиям.
- **Свобода выбора:** Несмотря на внешние обстоятельства, человек всегда имеет свободу выбора своего отношения к жизни и страданиям.
- **Ответственность:** Человек несет ответственность за то, как он воспринимает и реагирует на жизненные ситуации.

2.2. Применение логотерапии для студентов. В современной динамичной и конкурентной среде обучения учащиеся часто сталкиваются с большим стрессом. Академический стресс можно определить как давление и беспокойство, которые испытывают учащиеся из-за требований академических обязанностей, таких как экзамены, задания и высокие ожидания со стороны учителей, родителей и однокурсников. Этот стресс может негативно повлиять на психическое здоровье, физическое благополучие и общую успеваемость учащихся, если с ним не справиться должным образом. Для студентов, чья жизнь полна неопределенности, стрессов и конфликтов, логотерапия может стать мощным инструментом в преодолении этих трудностей.

Университетская жизнь может быть напряженной, но в то же время веселой и захватывающей. Начало учебы в университете может быть стрессовым из-за экзаменов, дедлайнов, проживания с незнакомыми людьми, совместной учебы или размышлений о будущем. Стресс — это естественная эмоция, которая помогает нам справляться со сложными ситуациями. Небольшой стресс может быть полезен, поскольку он мотивирует людей усердно работать, например, чтобы показать себя наилучшим образом на экзаменах. Однако если уровень стресса высок или вы не можете с ним справиться, это может привести к проблемам с психическим здоровьем, таким как депрессия и тревожность. Это также может повлиять на успеваемость студентов. Отъезд из дома для начала учебы может повлечь за собой некоторые стрессовые изменения. К ним относятся переезд в новое место, знакомство с новыми людьми и управление большим бюджетом. Существует несколько факторов, вызывающих академический стресс у студентов. Вот некоторые распространенные причины:

1. Большая нагрузка: необходимость совмещать несколько курсов, заданий и экзаменов может оказаться непосильной задачей для студентов и привести к стрессу и тревоге.

2. Высокие ожидания: давление, связанное с необходимостью преуспеть в учебе и оправдать ожидания учителей, родителей и сверстников, может стать причиной значительного стресса.

3. Перфекционизм: стремление к совершенству в академических предметах может привести к нереалистичным ожиданиям и повышению уровня стресса.

4. Плохое управление временем: промедление и плохие навыки управления временем могут привести к авралам в последнюю минуту и дополнительному стрессу.

5. Страх неудачи: Страх провалить экзамены или не достичь академических целей может стать серьезным источником стресса для студентов.

Логотерапия позволяет студентам: Осознать важность поиска смысла в учебной деятельности и личной жизни; развить устойчивость к стрессу, воспринимая трудности как возможности для личностного роста; усилить чувство ответственности за собственную жизнь и благополучие.

3. Эмпирические исследования и эффективность логотерапии.

3.1. Исследования на тему стресса у студентов. Логотерапия как метод психотерапии была разработана Виктором Франклом в XX веке и основана на убеждении, что стремление к смыслу — главная движущая сила человека. В последние десятилетия исследования логотерапии показали её эффективность в различных жизненных контекстах, включая образование. Исследования Steger et al. (2006) продемонстрировали, что высокий уровень осознания смысла жизни коррелирует с более низким уровнем тревожности и депрессии среди студентов. В российской и узбекской психологии интерес к теме также растет. Учёные подчёркивают значимость логотерапевтического подхода при работе со студенческой молодёжью, особенно в условиях нестабильности и неопределённости. Ряд авторов выделяет важность формирования экзистенциальных целей и ценностных ориентаций как ресурса преодоления стресса. Также были апробированы шкалы «Meaning in Life Questionnaire» (MLQ) и PIL (Purpose-in-Life), которые позволяют диагностировать уровень смысложизненных установок студентов. Научные исследования показывают, что студенты подвержены высокому уровню стресса, который может значительно снижать их психическое и физическое здоровье. Исследования, такие как работы Хансена (2006), Найтса (2008) и Патриса (2012), показывают, что академический стресс и личные проблемы студентов тесно связаны с психосоциальными расстройствами, такими как тревожность и депрессия.

3.2. Эффективность логотерапии в снижении стресса. Несколько современных исследований подтверждают положительный эффект логотерапии в снижении стресса у студентов. В частности, исследования, проведенные Стипером и коллегами (2013), продемонстрировали, что студенты, участвующие в логотерапевтических сеансах, отмечают значительное улучшение в своей способности справляться с трудностями и улучшение общей психоэмоциональной устойчивости. Эмпирические данные показывают, что студенты, использующие принципы логотерапии, лучше справляются с академическими и личными стрессорами.

3.3. Применение логотерапевтических техник в университетах. Современные исследования также обращают внимание на то, как логотерапевтические техники, такие как поисковая рефлексия, работа с ценностями и личными целями, могут быть интегрированы в учебный процесс. Исследования, проведенные университетами по всему миру, показали, что использование этих техник в качестве дополнительного инструмента для повышения психологической устойчивости студентов оказывает положительное влияние на их благополучие и успеваемость. Студентам важно разработать эффективные стратегии управления и преодоления академического стресса. Вот несколько полезных советов:

1. Правильно распределяйте свое время: составьте график учебы и расставьте приоритеты в задачах, чтобы избежать зубрежки в последнюю минуту и снизить стресс.

2. Забота о себе: делайте перерывы, регулярно занимайтесь спортом, высыпайтесь и придерживайтесь сбалансированной диеты, чтобы поддерживать свое физическое и психическое благополучие.

3. Обратитесь за помощью: если вы чувствуете, что испытываете стресс от учебы, поговорите с учителями, консультантами или специалистами по психическому здоровью.

4. Методы релаксации: практикуйте методы релаксации, такие как глубокое дыхание, медитация или йога, чтобы уменьшить стресс и способствовать расслаблению.

5. Ставьте реалистичные и достижимые цели: не ставьте нереалистичных академических целей и будьте добры к себе, когда сталкиваетесь с трудностями или неудачами. Не стоит недооценивать свои способности и потенциал, думая, что вы ни на что не способны.

4. Практическое применение логотерапии в работе с студентами.

4.1. Внедрение логотерапевтических практик в учебный процесс. Логотерапия может быть полезной не только в контексте психотерапевтической помощи, но и в рамках образовательного процесса. Например, университеты могут организовать тренинги, семинары и курсы, направленные на развитие личностного смысла студентов, а также на повышение их способности справляться с жизненными трудностями. Модели Франкла могут быть внедрены в психотерапевтические центры при учебных заведениях, а также в программы личностного роста и наставничества.

4.2. Логотерапевтические практики в группе. Групповые практики логотерапии, такие как обсуждения философских и экзистенциальных вопросов, могут быть очень полезны для студентов. Применение этих практик помогает не только снизить уровень стресса, но и развить чувства сопричастности и социальной поддержки среди студентов, что имеет значительное значение в процессе социализации.

Заключение. Логотерапия является эффективным инструментом для преодоления стресса у студентов, поскольку она помогает не только справиться с симптомами стресса, но и дает возможность найти смысл и цель в жизни, что критически важно в период молодежного становления. Теория Виктора Франкла и практические методы логотерапии помогают студентам научиться справляться с жизненными трудностями, улучшать свое психоэмоциональное состояние и достигать успехов в учебе и личной жизни. Таким образом, логотерапия представляет собой не просто терапевтический метод, а целый философский подход, который может значительно повысить качество жизни студентов в условиях современного образовательного процесса.

Список использованных источников:

1. Frankl, V. E. (2006). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press.
2. Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). *The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life*. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93.
3. Hansen, D. (2006). *The Impact of Stress on Student Health: An Overview of Academic Stress in University Students*. *Journal of Health Psychology*, 11(4), 534-542.
4. Nytes, A. (2008). *Student Stress and Mental Health: The Role of Social Support*. *Psychological Science*, 15(2), 122-130.
5. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник / Пер. с англ. и нем. Д.А.Леонтьева, М.П.Папуша, Е.В.Эйдмана.— М.:Прогресс, 1990.— 368 с.: ил.— ISBN 5-01-001606-0.
6. Laengle, Alfried & Van Deurzen, Emmy & Craig, Erik & Schneider, Kirk & Tantam, Digby & Plock, Simon. (2019). The History of Logotherapy and Existential Analysis. 309-323. 10.1002/9781119167198.ch19.
7. Ирина Александровна Сапожникова Психолог, Логотерапевт статья Стресс. Взгляд Логотерапевта.— г. Новосибирск 29 сентября 2020, <https://www.b17.ru/article/298782/>
8. Avezov, O. R., & Ubaydullayeva, N. F. (2022). Logotherapy: how psychotherapy helps a person to find meaning in life. *Science and Education*, 3(4), 747-752.

9. Франкл В. Логотерапия и экзистенциальный анализ: Статьи и лекции = Logotherapie und Existenzanalyse. — М.: Альпина нон-фикшн, 2016. — 344 с. — ISBN 978-5-91671-542-2.
10. Avezov O.R., Ubaydullayeva N.F. Frankl logoterapiyasi va uning inson hayotida tutgan o'ri. Science and education scientific journal.4/2022.ISSN 2181-0842
11. N.F. Ubaydullayeva/ Stressning turlari va ularni boshqarishni o'rganishning shaxslar hayotidagi ijtimoiy-psixologik ahamiyati. 2024/6/7. Raqamlashtirish sharoitida uzluksiz ta'limni sifat va samaradorligini oshirish: muammo va yechimlari konferensiya / 549-552.
12. Н.Ф.Убайдуллаева, Н.А. МахкамоваЭффективное применение техник логотерапии в стрессовых ситуациях у студентов и их социально-психологическое значение. European science international conference. Analysis of modern science and innovation, 2025/ 329-333.
13. N.F. Ubaydullayeva. Logoterapevtik yondashuvdan foydalangan holda talabalarni rivojlantirish va qo'llab-quvvatlash. Psixologik tadqiqotlarda muammolar, yutuqlar, innovatsiyalar Respublika konferensiyasi 2024.
14. Н.Ф.Убайдуллаева. Логотерапия: ключ к пониманию и управлению стрессом в современном мире. Вестник интегративной психологии. Выпуск 34/ 4 часть 2 2024. 291-295
15. N.F. Ubaydullayeva. Stress tushunchasining tahlili: turlari, oqibatlari va uning inson hayotiga ta'siri. Psixologiya ilmiy-nazariy va metodik jurnal. 2024. 47-50b.

Ismatova Dilafroz Tuymuratovna

Psixologiya kafedrasi dotsenti,

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Jonpo'latova Manzura Jahonovna

Buxoro davlat universiteti

Psixologiya (faoliyat turlari bo'yicha) 2-kurs magistranti

OTA-ONALIK MA'SULIYATINING FARZAND TARBIYASIDAGI IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARINI TADQIQ QILISH USULLARI

Annotatsiya. Mazkur tezisdagi ota-onalik munosabatlarining bola shaxsiyati va ijtimoiy rivojlanishiga ko'rsatadigan psixologik ta'siri tahlil qilingan. Turli nazariy yondashuvlar asosida ota-onalarning tarbiya uslubi, emotsional aloqasi va o'zaro munosabatlari farzand ruhiy salomatligiga qanday ta'sir etishi yoritilgan. Ilmiy manbalar asosida oilaviy nizolar, e'tiborsizlik va hissiy beqarorlik bolaning deviant xulq-atvoriga sabab bo'lishi mumkinligi asoslab berilgan. Shu bilan birga, onaning hissiy mavjudligi farzandning o'ziga bo'lgan ishonchini shakllantirishda muhim omil sifatida ko'rsatilgan.

Kalit so'zlar: tarbiya, emotsional zo'riqish, mas'uliyat, ishonch, tafakkur, ong, xotira, hissiyot, ijtimoiylashuv

Аннотация. В этой тезис анализируется психологическое влияние родительских отношений на личность и социальное развитие ребенка. На основе различных теоретических подходов освещается, как стиль воспитания, эмоциональная связь и взаимодействие родителей влияют на психическое здоровье ребенка. На основании научных источников обосновано, что причиной девиантного поведения ребенка могут быть семейные конфликты, пренебрежение и эмоциональная нестабильность. Однако эмоциональное присутствие матери было показано как важный фактор в формировании уверенности ребенка в себе.

Ключевые слова: воспитание, эмоциональное напряжение, ответственность, доверие, мышление, сознание, память, эмоции, социализация

Annotation. *This thesis analyzes the psychological impact of parental relationships on the personality and social development of the child. On the basis of various theoretical approaches, the parenting style, emotional connection and interaction of parents are covered how the child's mental health is affected. Based on scientific sources, it is based on the fact that family conflicts, neglect and emotional instability can cause deviant behavior of the child. At the same time, the emotional presence of the mother is shown as an important factor in the formation of the child's self-confidence.*

Keywords: *upbringing, emotional tension, responsibility, trust, thinking, mind, memory, emotion, socialization*

Kirish. Shaxsning shaxsiyati go'daklik davridan keyingi hayoti davomida ijtimoiy institutlarda kechgan tajribalar asosida shakllanadi. Bu vaqtda onaning otaning farzand tarbiyasiga munosabati ko'plab ijtimoiy muhit omillaridan muhimroq ekanligi ta'kidlanadi.

Ota-ona va atrof-muhitdan keladigan ta'limotlar bolaning tashqi dunyosi va ijtimoiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlash yoki to'sqinlik qilish orqali shakllanadi. O'z navbatida, bola bu yordamlarga javob beradi yoki uning ichki dunyosida bu to'siqlarga munosabat bildiradi. Bolaning atrof-muhit bilan sog'lom muloqot qilish qobiliyati uning ichki holati bilan chambarchas bog'liq. Yetarlicha baxtli bo'lmagan bola atrofdagilar bilan yaxshi muloqot qila olmaydi. O'ziga ishonchi yo'q bola o'z muhitidan tashqariga chiqa olmaydi. Qaram, rag'batlantirilmagan va jazolangan bola har qanday muhitda qo'rqqoq va passiv harakat qiladi. U o'zini umidsiz, qadrsiz, tuzoqqa tushib qolgan va g'azablangan kabi his qiladi. U do'stlari bilan yaxshi va yomon kunlarini, ichki kechinmalarini baham ko'ra olmaydi.

Sog'lom ota-ona bola munosabatlari sog'lom shaxs bo'lib, sog'lom jamiyatni shakllantirishning muhim omilidir. Bola iliq, g'amxo'r va izchil oila muhitida tinchlik va sevgi topadi. U o'zini o'zi ta'minlashni, o'zidan qanoatlanishni, o'zini hurmat qilishni o'rganadi. Chunki uni "qabul qilishadi", "shaxsiyatini hurmat qilishadi". O'ziga ishonch bolaga o'z atrofidagilarga ishonch hosil qilish imkonini beradi.

Oila ichidagi o'zaro munosabat bolada "men qadrliman" yoki "men qadrsizman" tuyg'usiga olib keladi. Yoshi va jinsidan qat'i nazar, bolaning "o'zini muhimligini his qilish" uning shaxsiyatini rivojlantirish va boshqa odamlar bilan munosabatlari uchun muhimdir. Bu muhitni yaratish uchun unga "tadbiq etish" imkoniyatini berish kerak. O'zi xohlagancha kiyingan, xohlagan suratini chizgan, ovqatini bosimsiz yeydigan, xatti-harakati qat'iy kvotaga bo'ysunmagan, o'z shaxsiyati hurmat qilinayotganini, o'z fikrini erkin ifoda eta olganini ko'rgan bola "Men qadrliman" deb o'ylaydi.

Bola o'zini muhim va qadrlil deb hisoblasa, bu uni yangi yutuqlar va muvaffaqiyatlarga olib keladi. Agar ona va ota bolaning tashqi dunyoni bilishga bo'lgan urinishlarini va uning mustaqilligini qo'llab-quvvatlasa, bola o'zini o'zi ta'minlashdan zavqlanadi¹.

Natijada, ota-onalarning munosabati va xatti-harakatlari bolalar va yoshlarning ijtimoiy va shaxsiy xususiyatlarini belgilaydi. Genetik omillar va atrof-muhit omillarining ta'siriga e'tibor bermaslik kerakmi? Albatta, bunday vaziyat haqida gap bo'lishi mumkin emas, lekin barkamol va yetarli darajada tarbiyalash bolalarning rivojlanishi mumkin bo'lgan tomonlarini qo'llab-quvvatlash orqali ularning hayotiy motivatsiyasini oshirishi va ularning o'zgaruvchan xususiyatlariga asoslangan hayotiy intizomlar bilan ta'minlash uchun mustahkam poydevor yaratilishi kerak.

Ota-onalar va uy muhiti bola tug'ilishidan boshlab davom etayotgan jarayonga qadar bolaga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ota-onalarning o'tmishdagi oilaviy tajribasi, jismoniy, psixo-ijtimoiy va kognitiv holatlari, bolaga munosabati kabi ko'plab omillar, birinchi navbatda, bolaga ta'sir qiladi. Bolaning oila a'zolari bilan o'zaro munosabatiga qo'shimcha ravishda, bola uyda yashovchi aka-uka va bobo-buvi kabi shaxslarning mavjudligi, ota-onaning o'zaro uyg'unligi, oila yashaydigan

¹ Nelson JR, Benner GJ, Mooney P. Instructional Practises for Students with Behavioral Disorders, The Guilford Press, New York, 2008.

ijtimoiy muhit, jamiyatning qadriyatlari, maktab muhiti va tengdoshlari bilan muloqot, ommaviy axborot vositalari va aloqa vositalarining holati va boshqalar kabi ko'plab omillar bilan munosabatda bo'ladi. Salbiy xabarlar va muloqot oilaning barcha a'zolariga, ayniqsa bolalarga katta ta'sir ko'rsatadi. Shaxs kamolotida katta o'rin tutadigan oilada, bolalarning yaxshi rivojlanishi uchun ota-onalari bilan samarali muloqot o'rnatishlari zarur. Bu munosabatlarning barchasi bilan bolaning psixo-ijtimoiy rivojlanishi ta'minlanadi². Oila muhitida bolaning hissiy, ruhiy va ijtimoiy ehtiyojlarini qondirish bolaning sog'lom rivojlanishiga ta'sir qiladi. Bu holat bolaning boshqa odamlarga va narsalarga bo'lgan munosabati, uning hayotga bo'lgan barcha munosabatlari, o'zlashtirgan munosabati va xatti-harakatlarining tuzilishini shakllantiradi³.

Xulq-atvor muammolari bu, bolalar ko'rsatadigan xulq-atvor va hissiy muammolarning murakkab guruhi uchun ishlatiladigan ta'rifdir. Xulq-atvor muammolari bola va uning atrofi o'rtasidagi salbiy ijtimoiy o'zaro munosabatlarning natijasi va davomi hisoblanadi⁴.

Moslashuv va xulq-atvor muammolari bolaning rivojlanish bosqichlari keltirib chiqaradigan tabiiy qiyinchiliklarga va yaqin atrof-muhitning salbiy ta'siriga reaksiya sifatida asosan hissiy darajada kuzatiladigan buzilishlari ham deb ta'riflanadi⁵. Tagini ho'llash, najasni ushlab tutolmaslik, bosh barmoqni so'rish, tirnoq tishlash, yolg'on gapirish, o'g'irlik va qo'li egrilik bolalik davrida kuzatiladigan moslashish va xatti-harakatlar muammolaridan hisoblanadi.

Xulosa sifatida shuni ayta olamizki, bolalardagi bu kabi muammolarning paydo bo'lishi ham ulardagi muammolardan xalos bo'lish ham ota-onalik ma'suliyatiga va ota-onaning farzandga bo'lgan munosabatlarida o'z aksini topadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Baumrind D (1971). "Principles of Ethical Conduct in the Treatment of Subjects: Reaction to the Draft Report of the Committee on Ethical Standards in Psychological Research". *American Psychologist*. 26 (10): 887–896.
2. Erikson, Erik H.; Erikson, Joan M. (1997). *The Life Cycle Completed* (extended ed.). New York: W. W. Norton & Company (published 1998). ISBN 978-0-393-34743-2.
3. Ismatova D.T. Oilaviy munosabatlarda emotsional zo'riqishlarni korrektsiyalashning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari (o'smirlar misolida) mavzusidagi dissertatsiya ishi. - Buxoro., 2022. – 55 b.
4. Karimova V. Oila psixologiyasi 210 bet. Toshkent 1998 yil

² Калинина, Р.Р. Введение в психологию семейных отношений [Текст] / Р.Р.Калинина. – СПб: Реч, 2009. – 350 с

³ Гаспарян, Ю.А. Семья на пороге XXI века: Социологические проблемы [Текст] / Ю.А.Гаспарян; Под ред. К.Н. Хабибуллина. – СПб.: Петрополис, 1999. – 320 с.

⁴ <https://cyberleninka.ru/article/n/deviant-xulqli-bolalarda-ijtimoiy-pedagogik-muammolar-bartaraf-etish-yo-llari>

Begmanova Gulsara Shanjarovna

Navoiy davlat universiteti katta o'qituvchisi

begmanovagulsara@gmail.com.

Asadova Urazgul Kenges qizi

Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti o'qituvchisi

asadovauz@gmail.com

TALABALARDA KOMMUNIKATIV IJODKORLIGINI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK ASOSLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada talabalarda kommunikativ ijodkorlikni shakllantirish va rivojlantirishning pedagogik hamda psixologik asoslari tahlil qilinadi. Komponentlararo aloqadorlik, muhitning ta'siri, shaxsiy faollik, motivatsiya va zamonaviy pedagogik texnologiyalarning roli yoritiladi. Tadqiqot natijalari asosida samarali metodik yondashuvlar taklif etiladi.

Kalit so'zlar: kommunikativ kompetensiya, ijodkorlik, pedagogik yondashuv, talaba shaxsi, muomala madaniyati, innovatsion texnologiyalar.

Аннотация: В статье анализируются педагогические и психологические основы формирования и развития коммуникативной креативности у студентов. Выделены взаимосвязь компонентов, влияние среды, личностной активности, мотивации и роль современных педагогических технологий. На основе результатов исследования предложены эффективные методические подходы.

Ключевые слова: коммуникативная компетентность, креативность, педагогический подход, личность студента, культура общения, инновационные технологии.

Annotation: This article analyzes the pedagogical and psychological foundations of the formation and development of communicative creativity in students. The interrelationship of components, the influence of the environment, personal activity, motivation and the role of modern pedagogical technologies are highlighted. Based on the results of the research, effective methodological approaches are proposed.

Keywords: communicative competence, creativity, pedagogical approach, student personality, communication culture, innovative technologies.

Kirish. Zamonaviy ta'lim tizimi talabalarning nafaqat bilim va ko'nikmalarini, balki ularning ijodiy va kommunikativ salohiyatini rivojlantirishni ham ustuvor vazifa sifatida belgilaydi. Ijtimoiy faol, mustaqil fikrlaydigan, samarali muloqotga kirisha oladigan mutaxassislarini tayyorlash bugungi kun talabi hisoblanadi. Shunday ekan, oliy ta'lim muassasalarida kommunikativ ijodkorlikni rivojlantirish pedagogik-psixologik jarayon sifatida chuqur tahlil etilishi zarur. Kommunikativ ijodkorlik — bu shaxsning ijtimoiy muhitda samarali va innovatsion muloqot yurita olish qobiliyatidir. Bu faqatgina nutq madaniyati emas, balki yangi yondashuvlar orqali o'z fikrini ifoda etish, ijtimoiy muammolarga kreativ yechim topish, boshqalar bilan konstruktiv muloqot o'rnatish qobiliyatini ham qamrab oladi. Yangi iqtisodiy sharoitlar mutaxassislarga qo'yiladigan talablarni o'zgartirdi. Kasbiy kompetentsiyadan tashqari, uning nostandart, ijodiy muammolarni hal qilish qobiliyati alohida ahamiyatga ega. Bu esa mutaxassisni kasbiy tayyorlashda ta'lim jarayonining ijodiy tarkibiy qismini kuchaytirishni taqozo etadi. Zamonaviy mutaxassis, ta'lim profilidan qat'i nazar, ma'muriy va boshqaruv qobiliyatiga ega bo'lishi, inson resurslarini to'g'ri boshqarishni ta'minlashi, ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lgan qarorlarni, shu jumladan, bugungi ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarni hisobga olgan holda, odatiy holga aylanib borayotgan nostandart vaziyatlarda ham qabul qila olishi kerak. Bu esa ta'lim jarayonining ijtimoiy-psixologik tarkibiy qismini kuchaytirishni taqozo etadi. Yuqoridagi omillar avtoritar va reproduktiv yo'naltirilgan kasbiy ta'limni shaxsiy va ijodiy yo'naltirilgan ta'lim bilan almashtirish zarurligiga olib keldi. Bunday ta'limda ijodiy ta'lim texnologiyasiga to'liq integratsiyalangan

innovatsion yondashuvlar alohida ahamiyatga ega. Ushbu yondashuvning asosiy maqsadi talabalarni ta'lim va ijtimoiy-madaniy muammolarni hal qilishda faol jalb qilish orqali ta'lim jarayonining har bir sub'ekting ijodiy salohiyatini faollashtirishdan iborat.

Biz O.A. Xalifaeva va ijodkorlik deganda biz jamiyatdagi faollikni belgilaydigan individual psixologik xususiyatlarda namoyon bo'ladigan, hayot muammolarini hal qilish usullarini o'zgartirishga imkon beruvchi shaxsning ajralmas mulkini tushunamiz [1].

J. Guilford ijodkorlikni tavsiflovchi o'n oltita faraziy intellektual qobiliyatlarni aniqladi (keyinchalik ularni "divergent fikrlash" umumiy nomi ostida birlashtirib, ma'lum bir muammoni hal qilishda bir xil darajada to'g'ri g'oyalarni ilgari surish qobiliyati va fikrlashning o'zida stereotipik bo'lmagan tabiati bilan tavsiflanadi): fikrning ravonligi (bu vaqt birligidagi g'oyalar soni); fikrning moslashuvchanligi (bir fikrdan ikkinchisiga o'tish qobiliyati); o'ziga xoslik (umumiy qabul qilingan qarashlardan farq qiladigan g'oyalarni ishlab chiqarish qobiliyati); qiziquvchanlik (atrofdagi dunyo muammolariga sezgirlik); gipotezani ishlab chiqish qobiliyati, ahamiyatsizligi (rag'batlantirishdan javobning mantiqiy mustaqilligi) [2].

I.Ya. Lerner, M.N. Skatkinning ta'kidlashicha, ijodkorlik uchun tabiiy qobiliyatga qaramay, har bir kishi uni turli darajalarda amalga oshirishi mumkin. Faqat maqsadli tayyorgarlik uning rivojlanishining yuqori darajasini ta'minlashga imkon beradi [3].

E.P. Torrens ijodkorlik diagnostikasi testlarining rivojlanishiga katta hissa qo'shdi. Ijodkorlik deganda tadqiqotchi kamchiliklarni, bilimlardagi bo'shliqlarni, disgarmoniyani va hokazolarni keskin idrok etish qobiliyatini tushundi. Ijodiy harakatda u quyidagi bosqichlarni aniqladi: muammoni idrok etish, yechim izlash, gipotezalarning paydo bo'lishi va shakllantirish, gipotezalarni tekshirish, ularni o'zgartirish va natijani topish.

Zamonaviy mutaxassis kommunikativ ijodkorlikka ega bo'lishi kerak, chunki tadqiqot, o'qitish va ijtimoiy faoliyatning o'ziga xos xususiyatlari ishtirokchilarning katta guruhlarini ishi bilan bog'liq va ular o'rtasida samarali hamkorlikni talab qiladi.

Kommunikativ ijodkorlikni shakllantirish tizimi bir qator tarkibiy qismlardan iborat: motivatsion-maqsad, mazmun-tashkiliy, baholash-tuzatuvchi, reflektiv-prognostik, kommunikativ ijodkorlikning tarkibiy qismlarini shakllantirishga qaratilgan: hissiy, kognitiv, konativ. Talabalarda kommunikativ ijodkorlikni rivojlantirish muammosini o'rganishga tizimli yondashuvni qo'llash asosi pedagogik tizimning yaxlitlik, boshqaruvchanlik, integratsiya, moslashuvchanlik va shaffoflik kabi xususiyatlarini amalga oshirishga imkon beradigan yagona umumiy maqsadga ega bo'lgan o'zaro bog'liq komponentlar majmuasi bo'lgan pedagogik jarayonni butun sifatida tushunish edi. Ushbu yondashuvni amalga oshirish kommunikativ ijodkorlikning tarkibiy qismlarini aniqlashga imkon berdi: hissiy, kognitiv va konativ komponentlar.

Talabalarga ijodiy faoliyatni faollashtirishning umumiy usullarini o'rgatish bilan bir qatorda, kommunikativ ijodkorlikni rivojlantirishning o'ziga xos usullaridan foydalandik, ular quyidagilarni o'z ichiga oladi: sinektika (sub'ektiv analogiya, to'g'ridan-to'g'ri analogiya, ramziy analogiya, fantastik analogiya); aqliy hujum; munosabatlarini o'rnatish; savollar berish; funksiyalarni uzatish.

Kommunikativ ijodkorlikni rivojlantirishda quyidagi pedagogik omillar muhim ahamiyatga ega:

- Interfaol metodlar: Munozara, rolda o'ynash, "debate", "case study" kabi metodlar orqali talabalar faol fikrlashga undaladi.

- Integrativ yondashuv: Fanlararo aloqalar orqali ijodiy yondashuvlar shakllanadi.

- Muammoli ta'lim: Muammoni mustaqil tahlil qilish va yechim topish talabani muloqotda mustahkam pozitsiyaga ega bo'lishini ta'minlaydi.

- Axborot-kommunikatsion texnologiyalar (AKT): Onlayn platformalarda ishlash, video taqdimotlar tayyorlash, ijtimoiy tarmoqlarda ta'limiy faoliyat olib borish ijodiy salohiyatni kengaytiradi.

- Shaxsiy faollik va motivatsiya: Talabani o'z fikrini erkin ifoda etishga bo'lgan ishonchi va motivatsiyasi asosiy omildir.

-Empatiya va emotsional intellekt: Boshqalarning hissiyotlarini tushunish va mos ravishda javob bera olish muloqot samaradorligini oshiradi.

-Ijodiy tafakkur: Standart bo'lmagan fikrlashni rag'batlantirish orqali kommunikativ holatlarda innovatsion yondashuv paydo bo'ladi.

So'nggi yillarda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, kommunikativ ijodkorlikni rivojlantirish uchun o'quv jarayonini shaxsga yo'naltirilgan holda tashkil etish lozim. Psixolog A.N. Leontev, V.V. Davidov, pedagog L.S. Vigotskiylarning izlanishlari shaxs rivojida muloqot va ijodkorlikning ajralmasligini isbotlagan.

Kommunikativ va ijodiy faoliyat jamiyatda zamonaviy shaxsni rivojlantirish va shakllantirishda, uning o'zgarishga, ijtimoiy stereotiplardan voz kechishga, hayot va kommunikativ vaziyatlarga nostandart yechimlarni topish va ulardan foydalanishga tayyorligini belgilaydigan juda kuchli omil hisoblanadi. Bunday muammolarning katta qismi odamlar o'rtasidagi muloqot jarayonida yuzaga keladi, bu esa kommunikativ ijodkorlik muammosiga e'tiborni qaratadi.

Zamonaviy shaxsning kommunikativ va ijodiy faoliyati, o'z navbatida, muloqotning ijodiy tabiati va shaxsning kommunikativ faoliyatidan iborat. Bu odamlar o'rtasidagi aloqa va o'zaro ta'sirning maxsus, o'z-o'zidan amalga oshirilgan yoki maxsus boshlangan shakli bo'lib, unda shaxsning shaxslararo muloqot holatlarini hal qilishning o'ziga xosligi va nostandart tabiati namoyon bo'ladi.

Xulosa qilib aytish mumkinki, bugungi kunda zamonaviy ta'lim ham, jamiyatning o'zi ham shaxsning kommunikativ-ijodiy faolligi va qobiliyatini rivojlantirishni asosiy vazifalardan biri deb biladi. Buni jamiyatning ijodiy, intellektual salohiyatni to'plashga bo'lgan ehtiyojlari bilan izohlash mumkin, uning yordamida zamonaviy jamiyat taraqqiyotning mutlaqo yangi darajasiga ko'tarilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Халифаева О.А. Реализация психологических условий развития креативности в подростковом возрасте как перспектива развития образования в современном мире / О.А. Халифаева // Человек в поиске духовности: ориентиры и установки. Общечеловеческие ценности в проблемном поле межнациональных отношений: труды и материалы Всероссийской научно-практической конференции. - Астрахань: Новая линия, 2005. - С. 109-113.

2. Гилфорд Джой Три стороны интеллекта: Психология мышления / Дж. Гилфорд. - М.: Прогресс, 1999. - 437 с.

3. Лернер И.Я. Дидактические основы методов обучения / И.Я. Лернер. - М.: Педагогика, 1981. - 186 с.

4. Алексеева Н. А. Формирование коммуникативной креативности будущего специалиста в процессе обучения иностранным языкам : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Н. Новгород, 2008. 232 с.

5. Антропова Л.Г. Совершенствование коммуникативной компетентности учителя на основе творческой рефлексии (в условиях дополнительного образования) : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Челябинск, 1999. 217 с.

6. Вишневецкая О.Н. Актуализация коммуникативной креативности в процессе межкультурного затрудненного общения: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Кострома, 2015. 212 с.

7. Голованова А. А. Коммуникативная креативность субъекта как фактор эффективности решения задач : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Казань, 2003. 147 с.

8. Pozilova Sh.X., Matkurbonova N.Sh. Assessing practical thinking of teachers for use in teacher education // Высшая школа (ISSN 2409-1677). Журнал.- Москва, 2017.- №10. С.61-62.

IV SHO‘BA

ZAMONAVIY SHAXS PSIXOLOGIIYASI: MUAMMO VA YECHIMLAR;

Atabayeva Nargis Batirovna
Psixologiya fanlari doktori, professor
Nizomiy nomidagi O'MPU

SHAXSDA ALTRUISTIK MOTIVLARNI RIVOJLANSHIDA KITOBXONLIK MADANIYATINING O'RNI

Annotatsiya: Mazkur maqolada shaxsda altruistik motivlarning shakllanishi va rivojlanishida kitobxonlik madaniyatining tutgan o'rni psixologik-pedagogik jihatdan tahlil qilinadi. Altruistik motivlar – boshqalarning manfaatini o'z manfaatidan ustun qo'yish, yordam berishga tayyorlik kabi insonparvarlik tamoyillariga asoslanadi. Maqolada bolalikdan boshlab ijtimoiy kitoblar, badiiy adabiyotlar va didaktik materiallar orqali empatiya, rahmdillik, bag'rikenglik kabi sifatlarni shakllantirish jarayoni yoritiladi. Shuningdek, kitobxonlik madaniyati shaxsning ijtimoiy-axloqiy qadriyatlarini boyituvchi omil sifatida qaraladi.

Kalit so'zlar: altruistik motiv, kitobxonlik madaniyati, empatiya, ijtimoiy qadriyatlar, o'quvchilar tarbiyasi, badiiy adabiyot, axloqiy rivojlanish, shaxsiy kamolot.

Аннотация: В данной статье с психологико-педагогической точки зрения рассматривается роль культуры чтения в формировании и развитии альтруистических мотивов у личности. Альтруистические мотивы основаны на принципах гуманизма, таких как готовность помогать другим, ставить их интересы выше собственных. В статье освещается процесс формирования таких качеств, как эмпатия, сострадание, терпимость через социальную литературу, художественные произведения и дидактические материалы с раннего возраста. Кроме того, культура чтения рассматривается как фактор, обогащающий социально-нравственные ценности личности.

Ключевые слова: альтруистический мотив, культура чтения, эмпатия, социальные ценности, воспитание учащихся, художественная литература, нравственное развитие, личностное становление.

Annotation: This article analyzes the role of reading culture in the formation and development of altruistic motives in individuals from a psychological and pedagogical perspective. Altruistic motives are based on humanistic principles such as prioritizing others' interests over one's own and a readiness to help. The article highlights the development of empathy, compassion, and tolerance through social literature, fiction, and didactic materials from early childhood. Furthermore, reading culture is viewed as a factor enriching an individual's social and moral values.

Keywords: altruistic motive, reading culture, empathy, social values, student upbringing, fiction literature, moral development, personal growth.

Kirish. Yoshlarning axloqiy rivojlanishi, ularni insonparvarlik ruhida tarbiyalash masalasiga O'zbekistonda katta e'tibor qaratilgan. Prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyev tomonidan taklif etilgan mamlakatimizni rivojlantirish va uning mustaqilligini mustahkamlashning strategik vazifalarida ma'nau yetuk, barkamol avlodni va raqobatbardosh kadrlarni tayyorlash hamda ijtimoiy vazifalarni hal etishda jamiyatga yordam ko'rsata oladigan ko'ngilli, milliy g'urur xissi ustun bo'lgan yoshlarni tarbiyalash muhim vazifalardan biri sifatida belgilab berilgan. Bu vazifalarni amalga oshirishda "biz asrlar mobaynida shakllangan milliy an'analarimizga, ajdodlarimizning boy merosiga tayanamiz" [1] va o'sib kelayotgan yosh avlodni Sharqona tarbiya asosiga qurilgan umuminsoniy qadriyatlar ruhida tarbiyalash jamiyat oldiga ulkan mas'uliyat yuklamog'da.

Mazkur belgilangan vazifalarni hal etishda esa albatta, maktab ta'limining o'rni beqiyosdir. Davlatimiz rahbari bu borada maktab o'qituvchilarining oldiga o'quvchilarda milliy xususiyatlardan bo'lmish kitobxonlik madaniyatini shakllantirish masalasiga urg'u bermoqdalar. Ma'naviy jasorat sohibi deb ardoqlangan atoqli adabiyotshunos olim va tarjimon Ozod

Sharafiddinov dunyodagi yetti mo'jizaga ta'rif berib "...yetti mo'jiza inson aqlining, tafakkurining, qalbining otashin madhiyasi, inson dahosining ulug'ligiga qo'yilgan mangu obida bo'lib kelmoqda. Biroq, shunday bo'lsa-da, olamda yana bir mo'jiza borki, uning buyukligi, muqaddasligi yetti mo'jizaning jamiki ulug'vorligi, go'zalligidan kamlik qilmaydi. Bu mo'jiza – kitob. Kitobning mo'jiza, mo'jiza bo'lganda ham birinchi mo'jiza ekanligini ko'pgina buyuk odamlar qayd qilgan", – deb yozadi. Jumladan, yozuvchi va dramaturg C.Sveyg "Qayerdagi kitob bor ekan, u yerda odam o'zi bilan o'zi uzlatda, o'z ko'lami doirasida qolib ketmaydi, u o'tmish va bugungi kunning barcha olamshumul yutuqlariga, butun insoniyatning fikr va tuyg'ulariga oshno bo'ladi", – deb yozadi. Yozuvchi va faylasuf J.Svift "Kitoblar aql farzandlaridir" desa, pedagog va yozuvchi Ya.Komenskiy "Kitoblar donishmandlikni yoyish qurolidir", – deydi, faylasuf va tarixchi F.Bekon esa "Kitoblar zamon to'lqinlarida suzuvchi va o'zining qimmatbaho yukini avlodlardan-avlodlarga avaylab eltuvchi tafakkur kemalaridir", – deb yozadi. Shu tariqa buyuk allomalar, donishmandlar va yozuvchi-yu olimlar kitobning mo'jizaga, nurga, tafakkur quvvati va ustuniga, manguilik va ma'naviyat timsoliga, bilim manbaiga, sodiq do'stga, davr ko'zgusiga o'xshatganlar. Eng muhimi, kitob jaholatga qarshi ma'rifat bilan kurashda yengilmas kuchdir.

O'quvchi yoshlar orasida kitobxonlik madaniyatini targ'ib qilish ko'pgina zararli illatlarni oldini olishga sabab bo'ladi. I.S.Zbarskiy shaxsda kitobxonlik madaniyatini shakllantirishning uch muhim komponenti bor ekanligini ta'kidlab o'tgan [2]:

1) Kognitiv komponent – o'quvchilarda ma'naviy ongini, badiiy erudisiyani, dunyoqarashini shakllanishi bilan tavsiflanadi.

2) Emosional komponent – o'quvchilarda estetik hislar, emosional qadriyatlar tizimi, oliy xislarining shakllanishi bilan belgilanadi.

3) Xulq-atvor komponenti – o'quvchilarning ijtimoiy xulq me'yorlariga rioya etish ko'nikmasi, axloqiy dunyoqarashi tarbiyalanadi.



1-rasm. I.S.Zbarskiy bo'yicha kitobxonlik madaniyatini shakllantirishning komponentlari.

Xalqimiz tilida kitob o'qib bilim va munosib tarbiya olish, kasb-hunar o'rganishning ahamiyatiga doir maqollar juda ko'p. Jumladan, "Kitobsiz aql – qanotsiz qush", "Bilim – aql chirog'i", "Go'zallik – ilmu ma'rifatda". Bunday hikmatli naqlarni yana uzoq davom ettirish mumkin. Necha ming yillardan buyon insonlarga to'g'ri yo'lni ko'rsatib kelayotgan, ularning bilimli, tarbiyali, kasb-hunarli va albatta baxtli bo'lishining muhim omili – bu kitobga do'st bo'lish va kitob o'qishni kanda qilmaslikdir. Ayniqsa, yoshlarning hayotida kitobning alohida o'rni bor. Chunki yaxshi kitob insonda Vatanga muhabbat, milliy va umuminsoniy qadriyatlarga hurmat tuyg'ularini yuksaltirib, yaxshilik hamda ezgulikka undaydi. Kitoblarda yashirin ezgulik motivlaridan biri altruizmdir.

Altruizm tushunchasi lotincha "alter" – "boshqalar" so'zidan olingan bo'lib, fransuz faylasufi O.Kont tomonidan egoizmga qarama-qarshi atama sifatida fanga kiritgan. Altruizm – bu o'zga insonlar manfaati yo'lida ularga beg'araz g'amxo'rlik ko'rsatishga qaratilgan faollikdir [4].

Umuman olganda kitob mutoalaasi shaxsning kompleks taraqqiyotiga ta'sir etadi. Ye.P.Suvorov, M.P.Voyushina, Ye.A.Kupirovalar [5] kitobxonlik faoliyat yo'nalishiga qarab shaxsning taraqqiyotiga ta'sir etishini asoslab berganlar. Jumladan, kitobxonlik o'quvchida konstruktiv, tarbiyaviy, qadriyatli, kommunikativ, analitik faoliyatni jadallashtiradi. Birgina "Sinchalak" qissasini oladigan bo'lsak, "o'zi kichkina, nimjon bo'lsa ham osmonni ko'targulik quvvati, g'ayrati bor" Saida Aliyeva va "xotin kishi rahbarlik qilsa kalavasi uchini yo'qotib qo'yadigan" Arslonbek Qalandarov, "gapga kelganda burganing yo'talidan bo'ron qo'porishga

qodir” [7] bo‘lgan Eshon obrazlari o‘quvchilarda shaxslararo munosabatlarni konstruktiv asosda qurish, jamiyat va shaxs orasidagi munosabatlarda axloqiy tamoyillarni, milliy qadriyatlarini tahlil qilish asosida ratsional altruistik pozitsiyani shakllanishida ichki motiv vazifasini bajaradi. Badiiy asarlarda keltirilgan qaxramonlarning o‘zaro ta‘siri va munosabatlarini aks ettirgan syujetlar o‘quvchida dastlab badiiy idrokni faollashtirib, o‘quvchining kuzatuvchanligi, empatiya qobiliyati, ijodiy xayolini, emosional obrazli xotira va ravon nutqini faollashtiradi hamda shaxsning ichki altruistik qarashlarini yuzaga kelishiga olib keladi.

Altruizm motivlarini o‘rganishga qaratilgan tadqiqotlar barcha fan sohalari doirasida uch yo‘nalishda olib borilgan. Bular:

- a) Dj.Rayt qarashlariga asoslangan axloqiy xulq mezoni sifatida o‘rganuvchi yo‘nalish;
- b) L.Kolberg va T.Laykon tadqiqotlariga asoslangan shaxs taraqqiyotining eng oliy namunasi sifatida tadqiq etuvchi yo‘nalish;
- v) Sharq allomalari, faylasuflarning g‘oyalariga asoslangan komil inson xususiyatlari yo‘nalishidagi tadqiqotlar[3].

Zero, mazkur yo‘nalishlarning barchasida altruizm shaxs akmeologik rivojlanishining yuqori cho‘qqisi sifatida ko‘rib chiqilgan. Mazkur akmeologik rivojlanishning yuqori cho‘qqisiga kitobxonlik madaniyati orqali ham erishish mumkin. Masalan, xalqimizning milliyligi ufurib turgan J.Rumiyning “Oqibat tuproq bo‘lurmiz: “Masnaviyi ma‘naviy” hikmatlaridan”, A.Navoiyning “Mahbub ul-qulub”, “Xamsa”, A.Qodiriyning “O‘tgan kunlar”, “Mehrobdan chayon”, T.Malikning “Odamiylik mulki”, Oybekning “Navoiy” asarlarini, “To‘maris”, “Shiroq” afsonasini oladigan bo‘lsak, ularning barchasida altruizm g‘oyalari targ‘ib qilingan obrazlarni uchratishimiz mumkin. Masalan, A.Qodiriyning “O‘tgan kunlar” romanidagi Yusufbek xoji obrazini olsak. Asar muallifining o‘zi Yusufbek xojiga “... xalq, el-yurt manfaatini o‘ylaydigan fidoyi shaxs” [8], deb ta‘rif beradi. Mazkur obraz orqali A.Qodiriy millatning birdamligi, Vatanning yaxlitligi uchun kurashishni hayotining ma‘nosi deb bilgan; qarindosh-urug‘chilik, tanish-bilishchilik, mahalliychilik qilib o‘zaro nizolashib yurgan maydakashlarni katta ishlarga undab, agar vaziyat shu holda davom etsa; millatning xarob bo‘lishini, yurt tuprog‘ining bosqinchilar oyog‘i ostida xor bo‘lishini bashorat qilgan buyuk siymoni tasvirlab beradi. Bu “millat fidoyisining” xulq-atvori negizida altruistik motivlar yashiringanligi yaqqol ko‘zga tashlanadi. Chunki, mazkur obrazning axloqiy dunyoqarashida shaxsiy manfaatlardanda yuqoriroq qadriyatlar ustun ekanligini ko‘rishimiz mumkin.

Yana bir sevimli yozuvchimiz O‘tkir Hoshimovning “Urushning so‘nggi qurboni” hikoyasini olsak. Hikoya o‘quvchilarda urushning nafaqat front maydonlarida, balki har bir qishloqda, har bir xonadonda kechgani, urush qurbonlari esa har bir oilada topilgani haqida tasavvurlarni shakllantiradi[6]. Shu bilan bir qatorda asar qahramoni Shoikrom urushga bormagan bo‘lsa-da, uning dahshatini, achchig‘ini o‘z uyida turib totishiga to‘g‘ri kelganligi bayon qilingan. Oilasi koriga yarab turgan birgina sigiri o‘g‘irlab ketilgan, ukasi og‘ir betob bo‘lib to‘shakka mixlanib yotibdi, bu ham yetmagandek, bolalarining so‘nggi rizqi – hovli chetidagi bir hovuch qulupnayga ham o‘g‘ri oralagan. Yetishmovchilik va xudbinona harakteri Shoikromni qaltis qaror qabul qilishga majbur qiladi. Shoikromning xudbinligi ayanchli holatni keltirib chiqaradi. Asar qaxramonining ayanchli taqdiri orqali o‘quvchilarda o‘z muammolariga o‘ralib yashash oqibatida atrofidagi yaqinlarining holidan xabar olmaslik, ularga yordam bermaslik qanday natijalarga olib kelishi targ‘ib qilinadi. Adib hikoyadagi voqealar syujeti orqali o‘quvchilarni hudbinlikdan qochib, altruist bo‘lishga, yaqinlariga himmatli bo‘lishga undaydi.

- Umuman olganda yuqoridagi fikrlar asosida xulosa qiladigan bo‘lsak:
- O‘quvchilardagi kitobxonlik madaniyati ularning ma‘naviy dunyoqarishi, axloqiy ongining oshishiga xizmat qiladi;
- Sharq allomalari asarlari, afsonalardagi futuvvat ilmi negizida altruistik motivlarning namoyon bo‘lishini kuzatishimiz mumkin;
- Altruizm o‘zgalarga beg‘araz yordam ko‘rsatishga asoslangan milliy xususiyatlardan biridir;

- Maktablarda murabbiylik soatlarida badiiy asar mutoalasini targ'ib qilish orqali o'quvchilarda altruistik xulq motivlarini shakllantirish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Mirziyoyev Sh.M. Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta'minlash – yurt taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi. – T.: O'zbekiston 2017. B.48.
2. Zbarskiy I.S. Vnekalassnaya rabota po literature(4-8): posobiye dlya uchchetelya\I.S.Zbarskiy. V.P.Poluxina.- M.: Prosvesheniye, 1980. – 208 s.
3. Kravchenko S. Predvosxisheniye. Tom 2. Slovar s komentariyami. M.: LitRes, 2018. 465 s.
4. Psixologiya fanidan izohli lug'at / M.G.Davletshin tahriri ostida -T.: TDPU. 1992, - 6 b.
5. Suvorova Ye.P. Formirovaniye intellektualno-rechevoy i chitatalskoy kulturq shkolnikov:mejdissiplinariynqy podxod: nauch-metod posobiye \ Ye.P.Suvorova, M.P.Voyushina, Ye.A.Kupirova. – Spb.: OOO "Knijniy dom", 2008.-248 s.
6. Xoshimov O'. "Urushning so'nggi qurboni" hikoya. – T.: Ziya nashri. 2019.160 b.
- 7.Кодирий А. "Ўткан кунлар" роман. – Т.: Шарқ нашриёти. 2014. 400 б.

Dilfuza Abidovna Soliyeva

Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Toshkent ijtimoiy innovatsiya universiteti

Toshkent, O'zbekiston

Email: dilfuza.salieva.hatamova-82@mail.ru

HARAKAT KOORDINATSIYASI KOMPONENTLARINING (KINESTETIK FARQLASH, MURAKKAB REAKSIYA, MUVOZANAT) NEYROFIZIOLOGIK ASOSLARI VA ULARNING AMALIY AHAMIYATI

Annotatsiya: Ushbu maqolada sport amaliyotida muhim o'rin tutuvchi koordinatsion qobiliyatlar, ularning shakllanishi, rivojlanish jarayonlari va baholash usullari ko'rib chiqilgan. Shuningdek, koordinatsion qobiliyatlarning neyrofiziologik asoslari – markaziy asab tizimi va harakatlarni boshqarish mexanizmlarini o'z ichiga olgan holda tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: koordinatsion qobiliyatlar, sport amaliyoti, neyrofiziologik asoslar, harakatlarni boshqarish, sportchilarning tayyorgarligi, jismoniy rivojlanish, qobiliyatlarni baholash, markaziy asab tizimi

Annotation: This article explores the coordination abilities specific to sports practice, the challenges related to their development and assessment, as well as their neurophysiological foundations. The mechanisms of coordination skills, including the central nervous system and movement control processes, are analyzed in detail.

Keywords: coordination abilities, sports practice, neurophysiological foundations, movement control, athletic performance, physical development, skill assessment, central nervous system.

Аннотация: В статье рассматриваются координационные способности, играющие важную роль в спортивной практике, процессы их формирования, развития и методы оценки. Также были проанализированы нейрофизиологические основы координационных способностей, включая центральную нервную систему и механизмы управления движением.

Ключевые слова: координационные навыки, спортивная практика, нейрофизиологические основы, контроль движений, тренировка спортсмена, физическое развитие, оценка способностей, центральная нервная система

Tadqiqotning maqsadi. Sport amaliyotiga xos koordinatsion qobiliyatlar, ularni shakllantirish va baholash muammolarini o'rganishdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari. Koordinatsion qobiliyatlar, ularning neyrofiziologik asoslari va ilmiy-amaliy ahamiyati tahlil qilishdan iborat

Dolzarlighi. Harakat koordinatsiyasi va koordinatsion qobiliyatni shakllantirishda, ularning texnik yoki kinematik tuzilishi, biomexanik va aerodinamik xususiyatlari bo'yicha tushuntirish-ko'rsatish metodlari yodamida tasavvur hosil qilish, shundan so'ng ushbu qobiliyatlarni qismlar, elementlar va fazalarga bo'lib, keyingina to'liq holda o'rgatish, takrorlash, xatolarni tuzatish, o'yin va musobaqa metodlaridan foydalanish masalalari to'la-to'kis ochib berilmagan. Ta'kidlash joizki, koordinatsion qobiliyatni oddiy yoki murakkab mazmunga ega bo'lishdan qat'iy nazar ularni yuqorida qayd etilgan tartibda o'rgatish va shakllantirish foydali natija berishi muqarrar. Shuni e'tirof etish mumkinki, harakat koordinatsiyasi va koordinatsion qobiliyatlar erta yoshlikdan boshlab turli harakatli o'yinlar yoki vaziyatli o'yin mashqlar yordamida yanada jadal va yanada samaraliroq sayqal topadi.

Tadqiqot muhokamasi. So'nggi yillarda jismoniy tarbiya va sport amaliyotida o'ta muhim rol o'ynovchi harakat koordinatsiyasi va koordinatsion qobiliyatlar haqida ko'plab nazariy g'oyalar, ularning mohiyati mexanikasi, tarkibiy kompotentlari, shakllantirish hamda baholash bilan bog'liq masalalarni yoritishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Genetik omillarga asoslangan, hayot davomida tarbiya va o'rgatish metodlari hamda vositalari yordamida shakllanuvchi harakatlar turli eksperimental tadqiqotlar ostiga olinayotgan bo'lsada, ushbu qobiliyatning funksional va energetik asoslarini ochib berish nazardan chetda qolmoqda. Umumiy o'rta ta'lim maktablarida, professional sport amaliyotida va talabalarning kasbiy-amaliy tayyorgarlik jarayonlarida harakat malakalariga o'rgatish tajribasi harakat koordinatsiyasi va koordinatsion qobiliyatlar mavzularida erishilgan zamonaviy ma'lumotlar, inter faol metodlar hamda innovatsion texnologiyalarga asoslanmasligi kuzatildi. Birinchidan, maxsus yoki ixtisoslashtirilgan harakat koordinatsiyasi va koordinatsion qobiliyatga o'rgatish va ularni shakllantirishda o'rganuvchi inson (bola)ning bunga tayyorligi. Ikkinchidan, mashg'ulot va musobaqalarda eng avvalo zarur bo'lgan yoki o'ta dolzarb harakat koordinatsiyasi va koordinatsion qobiliyatni shakllantirish. Uchinchidan, ushbu yondashuvlarni amalga oshirishda dastlab oddiy harakat koordinatsiyasi yoki koordinatsion qobiliyatni sport turi yoki o'rgatiladigan harakat vazifasiga mos ravishda shakllantirish. To'rtinchidan, murakkab harakat koordinatsiyasi va koordinatsion qobiliyatni shakllantirishda o'rgatilayotgan harakatning protsessial va final aniqligiga e'tibor qaratish. Harakatning bunday aniqlik parametrlari ilk bor N.A. Bernshteyn tomonidan e'tirof etilgan bo'lib, protsessual aniqlik- bu ijro etiladigan harakat koordinatsiyasini model (andoza) nusxasiga (etaloniga) o'xshashligi yoki mosligini bildiradi. Final aniqlik esa-bu harakatning pirovard (yakuniy) maqsadini (masalan, to'pni savatga aniq yo'llash) ma'lum nishonga aniq yo'naltirishni anglatadi.

Jismoniy tarbiya va sport amaliyotida yetakchi ahamiyatga ega bo'lgan koordinatsion qobiliyatlar, ularni mantiqiy mohiyati, ilmiy-amaliy ahamiyati, klassifikatsiyasi, harakat malakalari va jismoniy sifatlar bilan o'zaro bog'liqligi, koordinatsion qobiliyatlarni shug'ullanuvchilarning yoshi, jinsi, jismoniy va psixofunksional tayyorgarligi, morfologik ko'rsatkichlarga asoslanishi, ayniqsa ushbu qobiliyatlarni tarbiyalash va baholash masalalari V.I.Lyax tomonidan batafsil o'rganilgan. Muallifni e'tirof etishicha, har bir harakat (yugurish, sakrash, zarba berish, to'p uzatish va h.k.) oddiy yoki murakkab elementlardan iborat bo'lmasin uni foydali natija bilan ijro etish sportchining jismoniy va psixofunksional imkoniyatlari (tezkorligi, kuch turlari, chaqqonligi, chidamkorligi, eguvchanligi) sog'lig'i, ruhiy tetikligi va h.k.), aqliy va intellektual xislatlari (ong, diqqat, tafakkur, idrok, hotira) va irodaviy tayyorgarligi (topqirlik, zukkolik, ijodkorligi, iqtidorligi, qat'iyatligi va h.k.) bilan bog'liq ekan. Harakat

faoliyatini amalga oshirishda, ayniqsa o'ta keskin o'zgaruvchan yo'nalishlar bo'ylab va favqulotli vaziyatlarda ijro etiladigan harakatlarni ijro etishda dastlab ichki yoki endogen reaksiyalar (vaziyatni, to'pni va va raqibni kuzatish reaksiyasi, tahlil qilish, farqlash, mo'ljalga olish, tanlash va qaror qabul qilish reaksiyalari), keyin tashqi omillar (to'p yoki raqibni harakatlanish tezligi, harakat taktikasi, shart-sharoit va h.k.) e'tiborga olinishi muhim ekan. Olimning fikricha, ichki-endogen va tashqi-ekzogen omillarga reaksiya ko'rsatish imkoniyatlari aynan koordinatsion qobiliyatlar tarkibiga mansub bo'lib, har bir insonda yoki sportchida shug'ullanish (harakatni takrorlash) tajribasi ortgan sari asta-sekin shakllanib borishi mumkin. Lekin kasb-mehnat faoliyatida tez egallash uchun yoki sport amaliyotida mahoratni qisqaroq muddat ichida o'zlashtirish imkoniyati shu koordinatsion qobiliyatlarni muntazam mashqlantirib borish zarur shartlardan biri ekan.

Muhokama etilgan o'ta dolzarb masala va muammolar bugungi kunda eksperimental asosda ochib berilganligi sababli ularni erta yoshdan boshlab maktablarda olib boriladigan jismoniy tarbiya yoki sport to'garaklariga tadbiiq etish jismoniy va texnik taktik tayyorgarligining integral ifodasi bo'lgan koordinatsion qobiliyatni, shu jumladan turli, hatto o'ta murakkab harakatlar koordinatsiyasini maqsadli hamda samarali shakllantirish imkonini yaratadi.

Xulosa. Uzoq muddat davomida o'z tarkibiga barcha sifatlarni hamda harakat malakalarini kiritgan va "chaqqonlik"- deb nomlanib kelgan jismoniy sifat so'nggi o'n yillar ichida "koordinatsion qobiliyatlar" atamasi bilan yuritila boshlagani, mazkur tushunchalarning mohiyati, mantiqiy ma'nosi ilk bor taniqli neyrofiziolog olim N.A. Bernshteyn tomonidan ochib berilganligi, o'tgan davr ichida jismoniy tarbiya, ayniqsa sport nazariyasi va amaliyotida ko'plab mutaxassis-tadqiqotchilar tomonidan o'rganilganligi ma'lum bo'ldi. Bugungi kunda koordinatsion qobiliyatlar turli harakat faoliyatida, shu jumladan har bir sport turida o'ziga xos xususiyatlar bilan farqlanishi ilmiy asoslangan bo'lib, ushbu qobiliyat o'z tarkibiga harakat ritmi, tezligi, aniqligi, koordinatsiyasini, tana va tana qismlariga xos harakatlarni his qilish (kinestetik farqlash, murakkab reaksiya, muvozanat saqlash kabi komponentlarni mujassam qilishi isbotlab berilgan ekan.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Бернштейн Н.А. Физиология движений и активность / Под ред. О.Г.Газенко. - М.: Наука, 1990.-с. 37-45.
2. Лях В.И., Теория управления двигательными действиями по Н.А. Бернштейну.// Теория и практика физической культуры, 2006, №7, С.15–19, 290 с.
3. Soliyeva D.A. Harakatli sport o'yini / Ixtiro patenti // 17.05.2023, ixtironing xalqaro patent tasnifi indeksi № A63B 67/00 (UZ IAP 07407).
4. Soliyeva D.A. The advantage of evaluating the speed and strength coordination abilities of qualified volleyball and basketball players-students using modified tests and exercises specific to the "DAS-Sports game" // Eurasian Journal of Sport Science. –Uzbekistan research online, -vol. 1(2). Tashkent, 2023. - P. 184-88. [13.00.00. Buyruq № 01-10/404].
5. Soliyeva D.A. Malakali voleybolchi-talabalar misolida vaziyatli koordinatsion qobiliyatlarni ixtiro qilingan "DAS-sport o'yini" yordamida rivojlantirish samaradorligi // Fan-sportga Ilmi-nazariy jurnal. Chirchiq, 2023. №5 – B. 30-32. [13.00.00 №16].
6. Soliyeva D.A. Harakat koordinatsiyasi va uni innovatsion o'yin yordamida shakllantirish afzalliklari / O'quv qo'llanma. "Yangi Chirchiq prints" // 17/07/2023 №314-170, 2023. – 210 b.

Sultanov Alijon Quziyevich,
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

**UYUSHMAGAN YOSHLAR O'RTASIDA IJTIMOIIY PSIXOLOGIK
MOSLASHUV MEXANIZMLARI**

Annotatsiya: mazkur ishda uyushmagan yoshlarni kasb-hunarga yo‘naltirish jarayonining psixologik asoslari atroflicha tahlil qilingan. Uyushmagan yoshlar deb, ta’lim-tarbiya muassasalaridan tashqarida qolib ketgan, ish bilan band bo‘lmagan, muntazam ijtimoiy faoliyatda qatnashmaydigan yoshlar tushuniladi. Ularni kasb-hunarga yo‘naltirishda shaxsning psixologik xususiyatlari, motivatsiya darajasi, qiziqishlari, ehtiyojlari va shaxsiy resurslari muhim ahamiyat kasb etadi. Ishda kasbiy yo‘nalishning shakllanishiga ta’sir etuvchi ichki va tashqi omillar, uyushmagan yoshlar orasida kasbiy o‘zini anglash va kasbiy identifikatsiya jarayonlari, shuningdek, psixologik maslahat, psixodiagnostika, trening mashg‘ulotlari, interaktiv metodlar kabi yondashuvlar yoritilgan. Uyushmagan yoshlar bilan ishlashda psixolog va pedagogning o‘rni, kasb-hunar markazlarining vazifalari, oilaviy va ijtimoiy muhitning ta’siri, shuningdek, profilaktik ishlar olib borish zaruriyati asoslab berilgan. Mazkur ishning amaliy ahamiyati shundan iboratki, u yoshlar bilan ishlovchi mutaxassislar, psixologlar, ijtimoiy ishchilar va pedagoglar uchun foydali tavsiyalar va metodik ko‘rsatmalarni o‘z ichiga oladi. Shuningdek, uyushmagan yoshlarni ijtimoiy moslashtirish, ularni ijtimoiy-psixologik qo‘llab-quvvatlash va mehnat bozoriga integratsiya qilish masalalari ham muhim o‘rin egallaydi.

Kalit so‘zlar: uyushmagan yoshlar, kasb-hunarga yo‘naltirish, psixologik asoslar, kasbiy yo‘nalish, motivatsiya, qiziqishlar, psixologik maslahat, psixodiagnostika, trening mashg‘ulotlari, professional orientatsiya, ijtimoiy moslashuv, kasbiy identifikatsiya, oila ta’siri, ijtimoiy muhit, mehnat bozori, psixologik qo‘llab-quvvatlash, mutaxassislar faoliyati

Kirish. Ushbu maqolada uyushmagan yoshlarning shaxsiy yo‘nalganligi masalasi muhokama qilinadi. Unda uyushmagan yoshlarning ijtimoiy iqtisodiy, siyosiy-huquqiy savodxonligini oshirish fuqarolik pozitsiyasini mustahkamlash borasidagi tadqiqotlar o‘z ifodasini topgan. Shuningdek, bu boradagi muammolarni aniqlash, o‘rganish va bartaraf etish jarayonidagi dolzarb masalalar yoritilgan va ularni hal etish jihatlari ko‘rib chiqildi uyushmagan yoshlarning psixologik xususiyatlarini aniqlash va shu asosda ularning psixologik qiyofasini shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Bundan tashqari uyushmagan yoshlarning psixologik qiyofasini shakllantirishda shaxs yo‘nalganligining ahamiyati yoritilgan. Aslida psixologik obraz yoshlarning o‘ziga xos jihatlari, tipologik xususiyatlari, tashqi ko‘rinishi va qiyofasini o‘zida mujassamlashtiradi.

Mamlakatimizda jismonan sog‘lom, ruhan yetuk va intellektual rivojlangan, mustaqil fikrlaydigan yosh avlodni shakllantirish, yoshlarni tashqi tahdidlar va “ommaviy madaniyat”ning zararli ta’siridan asrash, yoshlarning huquq va qonuniy manfaatlarini himoya qilishda har tomonlama ko‘maklashish. Odamlar va sharoitlar – sharoit yaratish dolzarb ijtimoiy-siyosiy vazifadir. Bozor iqtisodiyotini shakllantirish jarayoniga xos bo‘lgan murakkab va qarama-qarshi vaziyatlar yoshlar hayotiga o‘z ta’sirini o‘tkazmoqda. Ana shunday murakkab o‘zgarishlar sharoitida yoshlarni, ayniqsa uyushmagan yoshlar guruhlarini har tomonlama qo‘llab-quvvatlash, ularda o‘z hayotiy pozitsiyasini aniq belgilab olish ko‘nikmasini shakllantirish, hayotiy pozitsiyasini o‘zgartirish uchun munosib shart-sharoit yaratish davlatimiz tomonidan g‘oyat muhim ahamiyatga ega.

Ushbu muammoni hal qilishda uzluksiz ta’lim muhim rol o‘ynaydi. Zero, ta’lim dasturlarida ular hayotiy va kelgusi faoliyati uchun zarur bo‘lgan bilimlar bilan qurollanadi, amaliy ko‘nikma va malakalarga ega bo‘ladi, olingan ma’lumotlar asosida aqliy qobiliyatlarini rivojlantiradi, ma’naviy-axloqiy salohiyatini, jismoniy kuchini oshiradi, ilmiy dunyoqarashini rivojlantiradi va faol fuqarolik pozitsiyasini egallash imkoniyatiga ega bo‘ladi.

Ilmiy va falsafiy adabiyotlarda "yoshlik" tushunchasining keng qo‘llanilishiga qaramay, ushbu atamaning yagona universal ta’rifi ishlab chiqilmagan. Asosan, adabiyotda shunday deyiladi: “Yoshlar ma’lum yosh xususiyatlari bilan boshqalardan ajralib turadigan va ijtimoiy mavqei va ijtimoiy tuzumi, madaniyati, ijtimoiylashuvi va zamonaviy yosh cheklovlari asosida belgilanadigan ijtimoiy-demografik guruhdir”. Ushbu ta’rif, birinchi navbatda, ushbu kontsepsiyani yosh cheklovlari nuqtai nazaridan baholashni talab qiladi. Bugungi kunga qadar

“yoshlik” tushunchasining umumiy funksional yondashuv nuqtai nazaridan jamiyatning umumiy tizimiga mos keladigan yagona ilmiy ta’rifi mavjud emas, hatto uning falsafiy mazmuni ham yetarlicha ochib berilmagan.

Yoshlik deganda odamlarning bolalik davri, ko‘pincha bolalik va kattalik davri tushuniladi. Ko‘rinish, tezkorlik, jo‘shqinlik, erkinlik va ijodiy ruh kabi yoshlik xususiyatlariga ham ustuvor ahamiyat beriladi.

Uyushmagan yoshlar - xulq-atvori davlat, jamiyat, oila, shaxslararo va o‘zaro munosabatlar uchun yetarli darajada foydalilik ko‘effitsiyentini ta‘minlamaydigan, umuman hayotga befarq, loqayd yoshlardir.

“Uyushmagan yoshlar” deganda ibtidoiy, nafaol, samarasiz o‘qimaydigan va ishlamaydigan, o‘z maqsadini yakka tartibda amalga oshiradigan, davlat va jamiyat tomonidan yaratilgan imkoniyatlardan foydalanmaydigan yoshlar guruhi tushuniladi. Bu toifadagi yoshlar o‘z maqsadlarini davlat va jamiyat manfaatlari bilan uyg‘unlashtirish imkoniga ega bo‘lmaydi. Ularning ijtimoiy faolligi, huquqiy-siyosiy ongi, madaniyati past.

Uyushmagan yoshlar ijtimoiy qatlamini tarbiyalash bilan bog‘liq madaniy-ma’rifiy va targ‘ibot tadbirlari samaradorligiga erishish muhim ahamiyatga ega.

Avvalo, mamlakat iqtisodiyotidagi muammolar uyushmagan yoshlar hayotiga jiddiy ta’sir ko‘rsatmoqda. Binobarin, uyushmagan yoshlarning ijtimoiy faolligini oshirish, bandligini ta‘minlashda jamiyatning iqtisodiy barqarorligini ta‘minlash, bu sohaga yangi innovatsion texnologiyalarni joriy etish, xususiy tadbirkorlik, kichik va o‘rta biznesni rivojlantirish muhim vazifalardandir.

Ikkinchidan, uyushmagan yoshlarni ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning zamonaviy mexanizmlarini jamiyatga keng joriy etish muhim ahamiyatga ega.

Uchinchidan, ta’lim, sog‘liqni saqlash, huquq-tartibot sohalarida adolat muhitini yaratish, korrupsiyaga qarshi kurashish maqsadida boshlangan chora-tadbirlar kundan-kunga kuchayib, mantiqiy yakun topishiga xalqning ishonchi ham muhim o‘rin tutadi. yoshlar tarbiyasida.

To‘rtinchidan, qishloqlarda istiqomat qilayotgan uyushmagan yoshlar bandligini ta‘minlashda viloyatning alohida tanlangan hududida ishlab chiqarish resurslarini cheklash o‘rniga, barcha qishloq hududlarini har tomonlama rivojlantirishga xizmat qiladigan iqtisodiy aloqalarni yo‘lga qo‘yish ham ustuvor ahamiyat kasb etadi.

Beshinchidan, kollejlarda sharoitini ta’lim sohasidagi yangi vaziyat nuqtai nazaridan o‘rganish va tegishli binolarda sanoat korxonalari, jumladan, kiyim-kechak, poyabzal va mebel mahsulotlari ishlab chiqarishga ixtisoslashgan korxonalarining filiallarini tashkil etish ham ijtimoiy faollikni oshiradi.

Ilmiy izlanishlarimizda eng past natija qayd etgan mezon “faoliyatga yo‘nalganlikdir”. Mazkur mezonning past qimmatga ega bo‘lishi tabiiy holatdir. Chunki, uyushmagan yoshlarning ijtimoiy passivligi, aniq maqsadlarni belgilab olmaganligi tufayli ular o‘z ustida ishlamaydi, kasbiy rivojlanish sari odimlamaydi. Mazkur mezon aslida faoliyatning o‘zi tomonidan yaratilgan motivlarning ustunligini, faoliyat jarayoniga ishtiyoqni, bilimga fidokorona intilishni, yangi ko‘nikmalarni o‘zlashtirishni aks ettiradi. Odatda, bunday kishi jamoa bilan hamkorlik qilishga intiladi va guruhning eng yuqori mahsuldorligiga erishadi va shuning uchun u vazifani bajarish uchun foydali deb hisoblagan nuqtai nazar uchun bahslashishga harakat qiladi. Biroq, uyushmagan yoshlarning faolityaga nisbatan passiv munosabati faoliyatga jalb bo‘lishni ham pasaytiradi.

Yoshlarni kasbga yo‘naltirish – bu murakkab va ko‘p qirrali jarayon bo‘lib, unda yoshlarning shaxsiy qiziqishlari, qobiliyatlari va imkoniyatlari hisobga olinadi. Bu jarayon, yoshlarning kelajakdagi kasbiy faoliyatida muvaffaqiyatli va qoniqarli ish topishlariga yordam beradi. Ta’limda iqtidorli bolalarning rivojlanishini maktab psixologlari orqali nazorat qiladi, iste’dodli deb topilgan o‘quvchi-yoshlarning hududiy bankini yaratadi. Ularning ijtimoiy-oilaviy muhiti haqida ma’lumotlar yig‘ishni tashkil qiladi, intellekt ko‘rsatkichlarini, kasb-hunarga moyilliklarini, qiziqishlarini va ko‘nikmalarini hisobga oladi, ehtiyojga qarab tegishli metodik, psixologik, tibbiy yordam usullarini qo‘llaydi. Maktablar va maktabdan tashqari ta’lim

muassasalarida bolalar va yoshlarning kasbiy tayyorgarligini shakllantirishda, kasb-hunarga yo'naltiruvchi tadbirlarning o'tkazilishida metodik va amaliy yordam beradi, qilingan ishlar natijalarini tahlil qiladi va umumlashtiradi.

O'z hududi doirasida mutaxassislariga bo'lgan ehtiyojni Mehnat vazirligining bo'linmasi orqali oladi, o'rganadi va zarur bo'lgan kasb-hunarlar haqida maktablardagi kasb-hunarga yo'naltiruvchi mutaxassislar bilan maxsus kechalar, suhbat va ko'rik-tanlovlar, turli musobaqalar uyushtirishda yordam ko'rsatadi. Kasbga yo'naltirish ishiga kompleks yondashish o'quvchilarni har tomonlama o'rganishni ham ko'zda tutadi. Bu tadbir o'quvchilar bilan ishlashning to'g'ri shakllari va metodlarini qidirib topishga yordam beradi. O'rganishni metodlar bilan o'tkazish, eng muhimi - bu ishni muntazam ravishda va sobitqadamlik bilan amalga oshirish kerak. Kuzatish - o'quvchilarni o'rganishning keng ommalashgan metodidir. Bu metod muayyan maqsadni ko'zlaydi, ish reja asosida olib boriladi, kuzatishning yakunlovchi natijalari qayd qilinadi.

Mehnat ta'limi darslari kuzatish o'tkazish uchun keng imkoniyatlar yaratib beradi. Diagnostik suhbatlar o'tkazish ham qo'llaniladi. Bunday suhbatlar yakka tartibda yoki jamoa tarzida o'tkazilishi mumkin. Kasbga yo'naltirish jarayonida psixologik yondashuvlar alohida ahamiyatga ega. Yoshlarning o'z-o'zini anglash darajasi, kasbiy qiziqishlari va motivatsiyasini aniqlash bu jarayonning asosiy qismlaridan biridir. Shuningdek, kasbga yo'naltirishda yoshlarning ijtimoiy muhitiga va o'zaro munosabatlariga ham e'tibor berish kerak. Yoshlarni kasbga yo'naltirishda psixologik yordam ularning o'z qobiliyatlarini va qiziqishlarini to'g'ri baholashlariga yordam beradi. Bu esa, o'z navbatida, yoshlarning kasb tanlashdagi xatolarini kamaytiradi va ularning kelajakdagi kasbiy faoliyatida muvaffaqiyatli bo'lishlariga yordam beradi. Insonlar orasida yashash, hayotda turmush kechirish va faoliyat ko'rsatish, hayotda o'z o'rnini topish uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma va malakalar yig'indisini o'zlashtirishga qaratilgan faoliyat o'qitish tushunchasini ifoda etadi.

Zamonaviy pedagogning innovatsion faoliyati jarayonida o'quvchi yoshlarga ta'lim berish natijasida shaxs zaruriy bilimlar bilan ta'minlanib, kelgusida turli darajadagi maxsus ma'lumotni olish imkoniga ega bo'ladi. Ta'lim-tarbiya berish va o'qitish natijasida odamda muayyan yetuk shaxs sifatleri shakllantiriladi. Shaxs tarbiyalash va o'qitish orqali o'zida oldin bo'lmagan ma'naviy-intellektual sifatlarga ega bo'ladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, yoshlarni kasbga yo'naltirishda psixologik yordam berish ularning kasbiy rivojlanishida ijobiy natijalarga olib keladi. Bu esa, o'z navbatida, yoshlarning kasb tanlashdagi xatolarini kamaytiradi va ularning kelajakdagi kasbiy faoliyatida muvaffaqiyatli bo'lishlariga yordam beradi.

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlash joizki, uyushmagan yoshlar jinoyat sodir etishga moyilligi, turli yot va zararli g'oyalarga moyilligi bilan mamlakatimiz yoshlarining ma'lum bir massasini tashkil etib, profilaktika chora-tadbirlarini doimiy va tizimli ravishda amalga oshirish, ularni ijtimoiy-huquqiy himoya qilish, bu boradagi qonunchilikka tayanib, ijtimoiy himoya va jamoatchilik nazoratiga muhtoj toifani tashkil etadi. sohani davr talablaridan kelib chiqib, ushbu toifadagi yoshlarni jinoyat va huquqbuzarlik sodir etishdan asrash, ularning sonini kamaytirishga erishish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.Mirziyoyevning O'zbekiston yoshlari forumida so'zlagan nutqi. 2020. - https://uza.uz/uz/posts/ozbekistonrespublikasi-prezidenti-shavkat-mirziyoevning-ozbekiston-yoshlari-forumidasozlagan-nutqi_197662
2. Воронин В.Н. Социально-психологические механизмы формирования организационной культуры: дис. ... д-р психол. наук: 19.00.05. М., 1999.
3. Исмоилов Т.И. Ўзбекистонда уюшмаган ёшларнинг ижтимоий фаоллиги. Т.: "Lesson press", 2021. -136 б.
4. М.Имомназаров Миллий маънавиятимиз асослари. – Тошкент. 2006. Б.406.

5. Курышева О. В. Психологическая характеристика молодежи как возрастной группы // Вестник Волгоградского государственного университета. Серия 7. Философия. 2014. № 1 (21). С. 67-75.
6. O'zbekiston Respublikasi va Prezident Shavkat Mirziyoyevning O'zbekiston yoshlariga Bayram Tabrigi. <https://uza.uz/posts/57521>
7. Kirnitskiy V.V. Rus yoshlarining ommaviy ongida vatanparvarlik qadriyatlarini shakllantirish muammosi: dissertatsiya ... falsafa fanlari nomzodi. - Moskva, 2016. - 176 b.
8. Ismoilov T.I. Ozbekistonda yushmagan yoshlarning iztimoiy faolligi [monografiya]. – T., 2021 yil
9. Murodov A. Uyushmagan yoshlar tarbiyasi va uning kriminolog tavsifi.

Xasanova Reymajon Masharipovna
Qoraqalpog'iston Respublikasi
Taxiatosh tumani 6- maktab o'qituvchisi

“BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARINING O'QUV FAOLIYATIDAGI PSIXOLOGIK MUAMMOLARI VA ULARNI BARTARAF ETISH YO'LLARI”

Annotatsiya. Ushbu tezisda boshlang'ich sinf o'quvchilarining o'quv faoliyati davomida uchraydigan asosiy psixologik muammolari, ularning sabablari hamda bartaraf etish yo'llari bayon etiladi.

Kalit so'zlar: psixologik muammo, boshlang'ich sinf, moslashuv, o'quv faoliyati, shaxs rivojlanishi.

Аннотация. В данном тезисе рассматриваются основные психологические проблемы, с которыми сталкиваются учащиеся начальных классов в процессе учебной деятельности, анализируются причины их возникновения, а также предлагаются эффективные пути их преодоления. Также приведены рекомендации и практические меры, направленные на стабилизацию психологического состояния школьников.

Ключевые слова: психологическая проблема, начальные классы, адаптация, учебная деятельность, развитие личности.

Annotation. This thesis outlines the main psychological problems encountered by primary school students during the learning process, examines their underlying causes, and presents possible solutions for overcoming these difficulties.

Keywords: psychological problem, primary school, adaptation, learning activity, personality development.

Kirish. O'zbekiston ta'lim tizimi yosh avlodning har tamonlama rivojlanishi va barkamol inson bo'lib yetishishi uchun mustahkam poydevor yaratishga qaratilgan. Boshlang'ich ta'lim bosqichi bolalarning kelajakdagi shaxsiy va intellektual rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki aynan shu bosqichda o'quvchilar fundamental bilimlarni egallaydi, mantiqiy tafakkuri rivojlanadi va ta'lim jarayoniga moslashadi. Bolalar nafaqat akademik bilimlarni o'zlashtiradi, balki ijtimoiy va psixologik jihatdan shakllanadi. Ma'lumki, har bir bolaning o'ziga yarasha sifatleri, xususiyatlari va psixologik muammolari mavjud. Asosan, bunday muammolar maktabga endigina qadam qo'yayotgan o'quvchilar orasida ham kuzatiladi[3].

Quyida shular haqida to'xtalib o'tamiz.

1. Yangi muhitga moslashish qiyinchiliklari muammosi.

Maktabga kelgan bola oldingi oilaviy va bog'cha muhitidan fariqli tarzda qat'iy tartib qoidalarga bo'ysunishi kerak bo'ladi. Bu esa ayrim bolalar uchun og'ir kechishi mumkin. Tadqiqodlarga ko'ra, boshlang'ich sinf o'quvchilarining taxminan 15-20% zi maktabga moslashishda qiyinchiliklarga duch keladi. Ushbu qiyinchiliklar quyidagicha namayon bo'ladi.

- maktabga borishni istamaslik
- o'qituvchi va sinfdoshlari bilan muloqot qilishdan qochish
- yangi tartib va qoidalarga rioya qilishda qiyinchilik.

Agar bu muammolar e'tibordan chetda qolsa, bolada maktabga nisbatan salbiy munosabat shakllantirishi mumkin.

2. Diqqat yetishmovchiligi va xotira bilan bog'liq muammolar:

Bu holat esa o'quvchilarda quyidagicha kuzatiladi.

- O'qituvchi topshiriqlarini oxirigacha tinglamaslik.
- Tez chalg'ish, uzoq vaqt diqqatni jamlay olmaslik.
- Mashg'ulotlarni oxirigacha bajara olmaslik yoki xatolar qilish.

Xotira bilan bog'liq qiyinchiliklar esa bolaning yangi ma'lumotni eslab qolishni qiyinlashtiradi natijada u doimiy takrorlash yoki yordamga ehtiyoj sezadi [3].

3. O'ziga ishonchsizlik va qo'rquv.

Ba'zi bolalar o'z imkoniyatlariga ishonmaydi va doimiy ravishda muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqib yashaydi. Bunday bolalar dars jarayonida o'z fikrini aytishdan tortinadi, qiyin topshiriqlardan qochadi va xatolardan haddan tashqari qo'rqadi, baholash tizimidan qo'rqish natijasida bilim olish motivatsiyasi kamayadi. Natijada ular passiv o'quvchilarga aylanishi mumkin.

4. Ijtimoiy moslashuv qiyinchiliklari:

- uyatchanlik yoki ortiqcha tortinish.

- jismoniy va psixologik o'ziga xosliklar masalan; (nogironlik yoki logopedik muammolar).

Bu muammolar bilan bola yolg'izlik hissi bilan yashashi, darslarga bo'lgan motivatsiyasi pasayishi va ruhiy tushkunlikka tushishi mumkin.

5. Stress va zo'riqish

Maktabga borish, yangi qoidalar va talablarni bajarish har bir bola uchun ham oson kechmaydi. Ko'pgina o'quvchilar maktab jarayoniga moslashish davomida stressni boshidan kechiradi. Bunga quyidagilar misol bo'lishi mumkin.

- Ota-onaning yuqori talablar qo'yishi va bosim o'tkazishi.

- Darslarning ko'pligi va uy vazifalarining og'irligi.

- Sinf ichidagi baholash tizimi va raqobat muhitining kuchliligi.

6. Uy sharoiti bilan bog'liq muammolar

Oiladagi ziddiyatlar (ajralish, urush-janjallar) bolaning psixologik holatiga salbiy ta'sir qiladi, ota-onalarning haddan tashqari talabchanligi yoki beparvoligi bolada ruhiy bosim keltirib chiqaradi.

7. Tajovuzkorlik yoki haddan tashqari passivlik muammosi.

Ba'zi bolalar sinfdoshlariga nisbatan tajovuzkor bo'lishi mumkin: urishish, qo'pol so'z ishlatish yoki buyruq berishga moyillik. Aksincha, ayrim bolalar juda passiv bo'lib, o'z fikrini bildirishdan qo'rqishi yoki doimiy ravishda boshqalarga bo'ysunishi mumkin. Psixologik muammolar har bir o'quvchida bo'lmasa ham, muammo barcha sinfga ta'sir qilishi mumkin [2]. Masalan diqqat yetishmovchiligi bo'lgan bolalar butun sinfning ta'lim jarayoniga, umumiy sifatiga katta ta'sir qiladi. O'ziga ishonchsiz yoki stress ostidagi o'quvchilar, o'qituvchini ko'proq e'tiborini talab qiladi. Bu esa darsda teng taqsimlangan e'tiborni buzishi mumkin. Sinf muhitining umumiy psixologik holati pasaysa, boshqa o'quvchilar ham ta'sirlanishi mumkin [1].

Psixologik muammolarni bartaraf etish yo'llari: har bir o'quvchi bilan individual ishlash, o'quv jarayonini rag'batlantiruvchi, qiziqarli va interaktiv shakilda tashkil etish, emotsional qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratish (o'qituvchi-psixolog hamkorligi) [4], ota-onalarni ogohlikka chorlash va psixologik tarbiya berish, guruhli o'yinlar, dramatik mashg'ulotlar orqali ijtimoiy moslashuvni osonlashtirish [3].

Xulosa qilib shuni aytamanki, boshlang'ch sinf o'quvchilarida uchraydigan psixologik muammolar ularning shaxsiy rivojlanishiga hamda kelajakdagi ta'lim jarayoniga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Maktabga moslashish qiyinchiliklari, diqqat yetishmovchiligi, o'ziga ishonchsizlik, ijtimoiy moslashuv muammolari, oilaviy muammolar va stress kabi holatlar bolalarning ruhiy holatini o'zgartirishi, o'quv jarayoniga qiziqishini pasaytirishi va ijtimoiy faolligini cheklab qo'yishi mumkin.

Ba'zan bolalarda g'am ko'rinadi.

Ko'zida savollar jam ko'rinadi,

Tushunmay tinglasa yolg'iz, his etsa.

Ko'ngli sinishidan kim to'xtatadi?

Shu bois boshlang'ch ta'lim davrida bolaning psixologik holatini chuqur o'rganish, muammoni o'z vaqtida aniqlash, ularning kelib chiqish sabablari va oqibatlarini tahlil qilish muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalangan adabiyotlar ro'yxati:

1. Abdurahmonova M. "Boshlang'ich ta'lim psixologiyasi" Toshkent. Yangi asr avlodi, 2022-yil [1].
2. G'ulomov S. "Pedagogik va yosh psixologiyasi asoslari" Samarqand: Ilm-ziyo, 2020-yil [2]
3. Islomova N. "Boshlang'ich sinf o'quvchilarining psixologik muammolari va ularni hal etish yo'llari" Toshkent; Fan va texnologiya, 2021-yil [3].
4. Karimova Z. "Shaxs psixologiyasi" Samarqand; Ilm-ziyo, 2021-yil [4].

Qosimova Sarvinoz Baxtiyorovna

Buxoro davlat universiteti

*Psixologiya kafedrası o'qituvchisi,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

Inoyatova Marjona Salimjon qizi

*Buxoro davlat universiteti psixologiya
ta'lim mutaxassisligi 1-bosqich magistranti*

O'SMIRLARDA IJTIMOIIY IDENTIFIKATSIYA VA AFFILIATSIYA MOTIVINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada, o'smirlarda ijtimoiy identifikatsiya va affiliatsiya motivini shakllantirishning psixologik asoslari ilmiy jihatdan o'rganilgan. Bundan tashqari maqolada, o'smirlik davrida ijtimoiy guruhlar — do'stlar, sinfdoshlar, jamoalar yoki submadaniyat vakillari orqali shaxsiy identitet (shaxsiylik) shakllanishi kabi jarayonlar tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Ijtimoiy identifikatsiya, muloqot, jamiyat, shaxslararo munosabatlar, individuallik.

Аннотация: В данной статье с научной точки зрения изучены психологические основы формирования мотива социальной идентификации и аффилиации у подростков. Кроме того, в статье анализируются такие процессы, как формирование личностной идентичности в подростковом возрасте через социальные группы - друзей, одноклассников, сообщества или представителей субкультур.

Ключевые слова: Социальная идентификация, общение, общество, межличностные отношения, индивидуальность.

Abstract: In this article, the psychological foundations of the formation of the motive of social identification and affiliation in adolescents are scientifically studied. In addition, the article analyzes such processes as the formation of personal identity in adolescence through social groups - friends, classmates, communities, or representatives of subcultures.

Keywords: Social identification, communication, society, interpersonal relations, individuality.

Kirish. Inson hayotining o'sib boruvchi davrlari orasida o'smirlik yoshi alohida ahamiyat kasb etadi. Bu davr nafaqat jismoniy va biologik o'zgarishlar, balki shaxsiy, ijtimoiy va psixologik o'zgarishlar bilan ham tavsiflanadi. Ayniqsa, o'smirlik bosqichida shaxsning o'zini anglash, jamiyatdagi o'rnini topishga intilish, o'zini guruhga mansub deb his qilish kabi ehtiyojlar kuchayadi. Bu ehtiyojlar ijtimoiy identifikatsiya va affiliatsiya (guruhga mansublik) motivi orqali namoyon bo'ladi.

Ijtimoiy identifikatsiya — bu shaxsning o'zini muayyan ijtimoiy guruh yoki toifa bilan bog'lashga bo'lgan psixologik jarayoni bo'lib, u orqali shaxs o'zining kimligini, ijtimoiy o'rnini va qadr-qimmatini belgilaydi. Affiliatsiya esa — bu insonning ijtimoiy aloqalarga ehtiyoji, ya'ni do'stlik, bir guruhga mansublik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash istagi bilan bog'liq motivatsion omildir.

Psixologiya fanida bu jarayonlar shaxs rivojlanishining muhim tarkibiy qismlaridan biri sifatida qaraladi. Ayniqsa o'smirlik davrida ijtimoiy guruhlar — do'stlar, sinfdoshlar, jamoalar yoki submadaniyat vakillari orqali shaxsiy identitet (shaxsiylik) shakllanadi. O'smir o'zini kimligini aniqlash uchun atrofdagilarga, ayniqsa tengdoshlariga tayanadi. Shu sababli, ijtimoiy identifikatsiya va affiliyatsiya motivlarini chuqur o'rganish o'smir shaxsining psixologik rivojlanish bosqichlarini tushunishda muhim ahamiyatga ega.

Mazkur mavzu dolzarbligi shundaki, zamonaviy jamiyatda yoshlar, xususan o'smirlar orasida identitet inqirozi, begonalashuv, rad etilish va noan'anaviy guruhlariga qo'shilish hollari ortib bormoqda. Bu holatni oldini olish va sog'lom ijtimoiy identifikatsiyani shakllantirish uchun psixologik asoslarni chuqur o'rganish zarurdir.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. O'smirlik davri psixologiyada "kritik ijtimoiylashuv bosqichi" deb e'tirof etiladi, chunki bu davrda shaxsning jamiyatdagi o'rini anglash, mustaqil fikr shakllantirish va o'ziga xoslik (identitet)ni rivojlantirish ehtiyoji kuchayadi. Mazkur jarayonlarni tushunish va tahlil etishda bir qancha psixologik nazariyalar va ilmiy manbalar muhim o'rin tutadi.

Genri Tayfel tomonidan ilgari surilgan ijtimoiy identifikatsiya nazariyasiga ko'ra, har bir inson o'zini ma'lum bir ijtimoiy guruh a'zosi sifatida qabul qiladi va bu identifikatsiya uning o'z-o'zini qadrlashi, ijtimoiy roli va xulq-atvoriga ta'sir ko'rsatadi. Tayfelning fikricha, odamlar o'z guruhlarini boshqa guruhlariga qarshi solishtiradi va bu orqali "biz" va "ular" degan ijtimoiy chegaralar shakllanadi. O'smirlar aynan shu davrda ijtimoiy identitet orqali o'zini anglaydi, ayniqsa do'stlar guruhi va tengdoshlar bilan munosabatlarda bu jarayon keskinlashadi.

Erik Erikson o'smirlikni "identitetga erishish yoki rol chalkashligi" bosqichi deb ataydi. Unga ko'ra, bu bosqichda shaxs o'zining "men"ini anglashga harakat qiladi. O'smir kim ekanligini, qaysi qadriyatlar unga mos kelishini, qaysi guruhda o'zini qulay his qilishini aniqlashga urinadi. Agar bu jarayon muvaffaqiyatli amalga oshsa, mustahkam shaxsiy identitet shakllanadi; aks holda esa identitet inqirozi yuzaga keladi.

Devid Maklelland o'zining motivatsiya nazariyasida inson ehtiyojlarini uch asosiy turga ajratadi: yutuqqa erishish, hokimiyat va affiliyatsiya. Affiliyatsiya motivi — bu insonning boshqa odamlar bilan ijtimoiy aloqalarni o'rnatishga va davom ettirishga bo'lgan ehtiyoji. O'smirlik davrida bu motiv o'ta muhim bo'lib, ayniqsa yolg'izlik, tushkunlik yoki tashqi ta'sirga nisbatan sezuvchanlik ortgan paytda kuchli namoyon bo'ladi. Affiliyatsiya motivi kuchli bo'lgan o'smirlar odatda ko'proq do'st topishga, guruhda faol bo'lishga va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash izlashga intiladi.

L.S. Vigotskiy va uning izdoshlari ijtimoiy taraqqiyot va madaniy muhitning bola va o'smir shaxsiga ta'sirini chuqur tahlil qilgan. Ular fikricha, shaxs shakllanishi tashqi omillar — ya'ni oilaviy muhit, maktab, tengdoshlar guruhi orqali amalga oshadi. Shu nuqtai nazardan, o'smirlik davrida identifikatsiya va affiliyatsiya jarayonlari, avvalo, o'smirning atrofidagi ijtimoiy muhit, axborot oqimi va jamiyat qadriyatlariga bog'liq tarzda shakllanadi.

So'nggi yillarda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar o'smirlarning ijtimoiy media, virtual guruhlar va onlayn do'stlik orqali identifikatsiyalash jarayoniga duch kelayotganini ta'kidlaydi. Internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali o'smirlar o'zlariga yangi rollar, obrazlar tanlaydi, bu esa ko'pincha ularning real hayotdagi ijtimoiy identifikatsiyasiga ham ta'sir ko'rsatadi.

Yuqoridagi adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, o'smirlik davrida ijtimoiy identifikatsiya va affiliyatsiya motivi shaxsiy taraqqiyotning muhim psixologik komponentlaridan biri hisoblanadi. Bu jarayonlar o'smirning o'zini anglashida, ijtimoiy munosabatlar o'rnatishida va mustaqil shaxs sifatida shakllanishida hal qiluvchi rol o'ynaydi. Psixologik nazariyalar esa bizga bu murakkab jarayonni chuqurroq tushunishga va amaliy jihatdan unga to'g'ri yondashishga imkon beradi.

Muhokama. O'smirlik davri inson hayotining eng muhim va murakkab bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda shaxsiylikni anglash, ijtimoiy maqomni topishga intilish, o'ziga xoslik va mustaqillik kabi psixologik ehtiyojlar kuchayadi. Ushbu ehtiyojlar, eng avvalo, ijtimoiy identifikatsiya va affiliyatsiya motivi orqali o'z ifodasini topadi. Tadqiqotlar va psixologik

nazariyalar asosida ushbu jarayonlarni chuqurroq tahlil qiladigan bo'lsak, bir nechta muhim jihatlar ajralib chiqadi.

Birinchidan, o'smirlik davrida identifikatsiya qilish ehtiyoji shunchaki psixologik hodisa emas, balki shaxsning jamiyatda o'zini tutish uslubi, qadriyatlari va kelajakdagi ijtimoiy roli bilan chambarchas bog'liq. O'smir o'zining "men kimman?", "qayerga tegishliman?" degan savollariga javob izlaydi. Bu savollarga javoblar, odatda, o'smirning atrofidagi muhit — oilasi, do'stlari, maktabi va ommaviy axborot vositalaridan kelib chiqadi. Shunday qilib, identifikatsiya — bu o'z-o'zini aniqlash, o'z guruhini topish va shu guruh orqali o'z qadr-qimmatini belgilash jarayonidir.

Ikkinchidan, affiliyatsiya motivi — bu o'smirlarning ijtimoiy aloqalarga bo'lgan tabiiy ehtiyojdir. Bu ehtiyoj har bir insonda mavjud bo'lsa-da, o'smirlik davrida u o'ta faol holatga keladi. O'smirlar ko'pincha do'stlari yoki guruhlar orasida o'zlarini erkin va xavfsiz his qilishadi. Aynan shu ijtimoiy muhitda ular o'zlarini namoyon qilish, tan olinish va quvvat olish imkoniyatiga ega bo'lishadi. Affiliyatsiya motivi to'laqonli qondirilmagan o'smirlarda yolg'izlik, o'zini rad etilganlik hissi va ijtimoiy begonalashuv holatlari ko'proq uchraydi.

Uchinchidan, zamonaviy jamiyatda ijtimoiy identifikatsiya va affiliyatsiya jarayonlari o'ziga xos o'zgarishlarga uchramoqda. Avvallari bu jarayonlar asosan oila, maktab va mahalla doirasida kechgan bo'lsa, hozirda internet, ijtimoiy tarmoqlar va global madaniyat ta'sirida o'smirlarning identitet shakllanishi tobora murakkablashmoqda. Masalan, ko'plab o'smirlar o'zlarini virtual guruhlariga mansub deb his qilishadi, bu esa ularning real hayotdagi ijtimoiy pozitsiyalariga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, zamonaviy ijtimoiy identifikatsiya jarayoni ko'p qirrali, murakkab va ko'p manbali bo'lib qolmoqda.

To'rtinchidan, identifikatsiya va affiliyatsiya motivlarining shakllanishi individual omillarga ham bog'liq. Har bir o'smirning shaxsiy temperamenti, o'z-o'zini baholashi, qabul qilgan qadriyatlari bu jarayonlarga o'ziga xos ta'sir ko'rsatadi. Masalan, introvert o'smirlar ijtimoiy identifikatsiyani ichki refleksiya orqali amalga oshirishsa, ekstrovertlar ko'proq guruh faoliyatlari orqali bu ehtiyojni qondiradilar.

Shuningdek, muhokama qilish lozim bo'lgan yana bir jihat — bu jarayonlarning noto'g'ri yo'nalishda shakllanishi mumkinligidir. Ba'zi o'smirlar radikal guruhlar, salbiy submadaniyatlar yoki zararli ijtimoiy tendensiyalar bilan identifikatsiyalanadi. Buning sabablari orasida oilaviy qo'llab-quvvatlashning yo'qligi, e'tiborsizlik, maktabdagi muvaffaqiyatsizliklar yoki ijtimoiy begonalashuv holatlari turadi. Shunday holatlarning oldini olish uchun ota-onalar, pedagoglar va psixologlar tomonidan maqsadli ishlar olib borilishi kerak.

Nihoyat, muhokama jarayonida shuni alohida ta'kidlash joizki, o'smirlarning ijtimoiy identifikatsiyasi va affiliyatsiyasi bu nafaqat shaxsiy rivojlanish masalasi, balki ijtimoiy barqarorlik va kelajak avlodning sog'lom shakllanishi bilan ham bog'liq. Sog'lom ijtimoiy identitetga ega o'smirlar jamiyatga ijobiy qo'shiladi, ijtimoiy mas'uliyatni his qiladi va o'z hayotiga ongli ravishda yondashadi.

Xulosa. O'smirlik davri shaxsiy rivojlanishning murakkab va mas'uliyatli bosqichi bo'lib, unda inson o'zini anglash, jamiyatda o'z o'rnini topish va mustaqil qarorlar qabul qilishga intiladi. Ushbu jarayonda ijtimoiy identifikatsiya va affiliyatsiya motivi muhim psixologik mexanizmlar sifatida namoyon bo'ladi.

Tadqiqotlar va psixologik nazariyalar tahlili shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy identifikatsiya — bu o'smirning o'zini ma'lum bir ijtimoiy guruh bilan bog'lash orqali o'z "men"ini aniqlash jarayonidir. Bu esa uning o'ziga bo'lgan ishonchi, o'zaro munosabatlarga kirishish uslubi va hayotiy yo'nalishini belgilab beradi. Affiliyatsiya motivi esa o'smirlarning ijtimoiy aloqalarga bo'lgan ehtiyoji bo'lib, ular uchun emotsional qo'llab-quvvatlash, tegishlilik hissi va ijtimoiy faollikni oshirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi.

Mazkur motivlar va psixologik jarayonlarning shakllanishi o'smirning oilaviy muhiti, tengdoshlar guruhi, maktab jamoasi hamda ommaviy axborot vositalari bilan bo'lgan munosabatlariga chambarchas bog'liq. Shu bilan birga, har bir o'smirning individualligi, xarakteri, temperamenti va o'ziga xos psixologik ehtiyojlari ham bu jarayonlarga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatadi.

Zamonaviy axborot makonining kengayishi, internet va ijtimoiy tarmoqlarning hayotga chuqur kirib kelishi o'smirlarning identifikatsiyalash jarayonini yanada murakkablashtirmoqda. Ular real hayotdagi guruhlar bilan bir qatorda virtual jamiyatlarga ham o'zlarini mansub deb his qilishmoqda. Bu esa psixologik va pedagogik yondashuvlarni yangilash zaruratini keltirib chiqaradi.

Shunday qilib, o'smirlarda sog'lom ijtimoiy identifikatsiya va affiliyatsiya motivini shakllantirish — bu faqatgina individual yondashuvni emas, balki tizimli, kompleks psixologik-pedagogik qo'llab-quvvatlovni talab qiluvchi murakkab jarayondir. Bu yo'nalishda amalga oshirilgan har qanday ish nafaqat o'smir shaxsining sog'lom rivojlanishini ta'minlaydi, balki kelajakda barkamol jamiyat qurilishiga ham asos yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

5. Alimova D. "Insoniyat tarixi-g'oyalar va mafkuralar tarixidir" T.: Ijod dunyosi nashriyot uyi. 2002. – 30 b.
6. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2002. – 288 с.
7. Анохин П. К. Избранные труды. Системные механизмы высшей нервной деятельности. СПб.: Питер. 2002. – 236 с.
8. Akramova Sh. Abdullaev T. "O'smirda mafkuraviy immunitetni shakllantirish" "Muharrir" nashriyoti Toshkent.: 2012. – 126 b.
9. Abdurahmonova Z.X. "O'smirda milliy birlik tuyg'usini shakllantirish" nomzodlik dissertatsiyasi. T.: 2006. – 140 b.
10. Alimbaeva Sh "O'smirlar o'quv faoliyatida xavotirlani namayon bo'lishining psixologik xususiyatlari" nom dis T.: 2012. – 149 b.

Ganjiyev Feruz Furqatovich

Buxoro davlat universiteti

Psixologiya kafedrası professori,

Psixologiya fanlari doktori (DSc)

Mardonova Marjona Orif qizi

Buxoro davlat universiteti 3-bosqich talabasi

O'SMIRLAR ORASIDA AGRESSIV XULQ-ATVOR VA TAJOVUZKORLIKNING IJTIMOY TARMOQLAR ORQALI SHAKLLANISHI: PSIXOLOGIK VA IJTIMOY OMILLAR TAHLILI

Annotatsiya: Ushbu maqolada zamonaviy o'smirlar orasida agressiv xulq-atvor va tajovuzkorlikning shakllanish jarayonida ijtimoiy tarmoqlarning o'rni va ta'siri ijtimoiy-psixologik nuqtai nazardan chuqur o'rganilgan. Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlar yoshlar hayotining ajralmas qismiga aylangan bo'lib, ularning emotsional holati, ijtimoiy munosabatlari va xulq-atvorida muayyan o'zgarishlarga sabab bo'lmoqda. Maqolada tajovuzkor xulq-atvorni shakllantiruvchi asosiy psixologik va ijtimoiy omillar – oilaviy muhit, do'stlar davrasi, shaxsiy emotsional barqarorlik, shuningdek, ijtimoiy tarmoqlarda taqlid, identifikatsiya va kuchaytirilgan ijtimoiy ta'sir mexanizmlari tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: o'smirlar, agressiv xulq-atvor, tajovuzkorlik, ijtimoiy tarmoqlar, psixologik omillar, ijtimoiy ta'sir, virtual muhit, emotsional barqarorlik, identifikatsiya.

Аннотация: В данной статье с социально-психологической точки зрения глубоко изучены роль и влияние социальных сетей в процессе формирования агрессивного поведения и агрессивности среди современных подростков. Сегодня социальные сети стали неотъемлемой частью жизни молодежи, вызывая определенные изменения в их

эмоциональном состоянии, социальных отношениях и поведении. В статье анализируются основные психологические и социальные факторы, формирующие агрессивное поведение - семейная среда, круг друзей, личная эмоциональная устойчивость, а также механизмы подражания, идентификации и усиленного социального воздействия в социальных сетях.

Ключевые слова: подростки, агрессивное поведение, агрессия, социальные сети, психологические факторы, социальное влияние, виртуальная среда, эмоциональная устойчивость, идентификация.

Abstract: In this article, the role and influence of social networks in the formation of aggressive behavior and aggression among modern adolescents are deeply studied from a socio-psychological point of view. Today, social networks have become an integral part of young people's lives, causing certain changes in their emotional state, social relations, and behavior. The article analyzes the main psychological and social factors that shape aggressive behavior - family environment, circle of friends, personal emotional stability, as well as mechanisms of imitation, identification, and enhanced social influence on social networks.

Keywords: adolescents, aggressive behavior, aggression, social networks, psychological factors, social influence, virtual environment, emotional stability, identification.

Kirish. Bugungi raqamli asrda axborot texnologiyalarining tez sur'atlarda rivojlanishi, ijtimoiy tarmoqlarning keng ommalashuvi yoshlar hayotining deyarli barcha sohalariga chuqur ta'sir ko'rsatmoqda. Ayniqsa, o'smirlar bu jarayonning faol ishtirokchisiga aylanib, virtual muhit orqali muloqot qilish, o'zini ifoda etish, o'rnak olish kabi ehtiyojlarini qondirmoqdalar. Biroq, ushbu ijtimoiy-madaniy o'zgarishlar o'z ijobiy jihatlari bilan bir qatorda, salbiy oqibatlarni ham yuzaga chiqarmoqda. So'nggi yillarda kuzatilayotgan dolzarb muammolardan biri – o'smirlar orasida agressiv xulq-atvor va tajovuzkorlikning ortib borayotganidir. Bu xatti-harakatlar ko'pincha, aynan ijtimoiy tarmoqlar orqali shakllanmoqda va kuchaymoqda.

Virtual makonda uchrayotgan zo'ravon kontentlar, kibermobbing, haqoratli fikrlar, agressiv guruhlar va zo'ravonlikni targ'ib qiluvchi o'yinlar o'smirlar ongiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, ushbu omillar real hayotdagi xulq-atvorni ham o'zgartirib, tajovuzkorlik, ruhiy beqarorlik va ijtimoiy moslashuvda qiyinchiliklarga sabab bo'lmoqda. Agressiv xulq-atvorning shakllanishi ko'p omilli jarayon bo'lib, bunda nafaqat tashqi ijtimoiy omillar, balki psixologik jihatlari – o'z-o'zini anglash, emotsional boshqaruv, oila va maktab muhitidagi munosabatlar ham muhim rol o'ynaydi.

Asosiy qism. O'smirlarning tajovuzkor xatti-harakatlarining ijtimoiy belgilovchilariga shaxsiy omillar, shaxslararo munosabatlar, ijtimoiy normalar, madaniy ta'sirlar, vaziyat omillari va atrof-muhit omillari kiradi. Agressiyaga shaxs rivojlanishidagi buzilishlar, hissiy beqarorlik, asab tizimining rivojlanmaganligi, tarbiyaning o'ziga xos xususiyatlari va noqulay oila muhiti sabab bo'lishi mumkin. O'smirlardagi g'azab miya rivojlanishi va gormonal o'zgarishlar kabi biologik jarayonlar, shuningdek, tashvish va depressiya kabi ruhiy salomatlik bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Quyidagi omillar ta'sir qilishi mumkin:

1. Shaxsiy omillar: ijtimoiy moslashuvning yo'qligi, muloqotdagi qiyinchiliklar, tashvishlarning kuchayishi, tajovuzkorlik, o'zini past baholash, spirtli ichimliklar va giyohvand moddalarni suiiste'mol qilish.

2. Shaxslararo munosabatlar: yaqin munosabatlarning yo'qligi, oila va do'stlar bilan ziddiyatli o'zaro munosabatlar, ijobiy xatti-harakatlarning yo'qligi.

3. Ijtimoiy me'yorlar va madaniy ta'sirlar: haqoratlarga tajovuzkor munosabatni ma'qullaydigan va hatto rag'batlantiradigan ijtimoiy norma (sharaf madaniyati) tajovuz darajasiga ta'sir qilishi mumkin.

4. Vaziyat omillari: odamlarning haddan tashqari ko'pligi, stressli vaziyatlar va noqulay muhit, masalan, qamoqxonalarda, tajovuzkor xatti-harakatlarning kuchayishiga olib kelishi mumkin.

5. Atrof-muhit omillari: oiladagi psixologik zo'ravonlik, ota-ona nazoratining yetishmasligi, salbiy tengdoshlarning ta'siri, zo'ravonlikni o'z ichiga olgan qurol va ommaviy axborot vositalaridan foydalanish.

O'smirlarda agressiv xulq-atvorning kelib chiqishi juda dolzarb masala hisoblanadi. Inson agressiyasi ko'rinishlarining turli-tuman va tubsizligidan kelib chiqib, mazkur xulq-atvorni o'rganishda D.Bass tomonidan taklif etilgan konseptual ramkalar bilan chegaralanish juda foydali ekanligi bilan ayon bo'ldi. Uning fikricha, agressiv harakatlarni uchta shkalaga asoslangan holda tasvirlash mumkin. jismoniy, verbal, aktiv-passiv va to'g'ri-egri o'smirlarda agressiyaning kelib chiqishi, oilalarda o'z otasi yoki onasining mehr-oqibatidan bebahra o'sayotgan va adolatsizlikka uchrash natijasida turli xil jinoyatlarga qo'l urish kabi illatlarning namoyon bo'lishi. Ba'zi oilalarda esa ota-ona va farzand o'rtasidagi o'zaro munosabatlarning ijobiy psixologik iqlimda emasligi achinarli holdir. Aksariyat ota-onalar o'z farzandlarini tarbiyaga chaqirishda g'amxorlik, sabr-toqat, mehr kabi hislatlar bilan yondashish o'rniga, kuch bilan, ayniqsa jismoniy jazo usuli bilan tasir o'tkazadilar.

O'z navbatida bu kabi xatti - harakatlar o'smirlarda agressiv xulq-atvorning shakllanishiga zamin bo'ladi. Agressiyaning odatiy namoyishlari quyidagilar hisoblanadi. nizo chiqarish, bosim o'tkazish, majburlash, negativ baholash, hamla qilish yoki jismoniy kuchni qo'llash bo'lsa, yashirin shakllari aloqadan qochish, kimgadir zarar yetkazish maqsadiga befarqlik, o'ziga ziyon yetkazish va o'z joniga qasd qilish kabilarda namoyon bo'ladi. Agressiya boshqa tirik jonotga u buni istamagan vaziyatda haqorat yoki ziyon yetkazishni maqsad qilib qo'ygan fe'l-atvorning har qanday shakli degan ta'rif qabul qilingan. U agressiyaga emotsiya, motiv yoki ko'rsatma sifatida emas, balki fe'l-atvor modeli sifatida qarashni taqozo etadi. Bu muhim fikr ko'plab chalkashliklarni tug'diradi. «Agressiya» atamasi ko'p hollarda g'azab kabi salbiy his-tuyg'ular, haqorat qilish va ziyon yetkazish kabi motivlar, hatto irqiy va etnik xurufot bilan assotsiatsiyalanadi.

Agressiv xulqning shakllanishi, kuchayishi va namoyon xulqning shakllanishi, kuchayishi va namoyon bo'lishi ko'pincha ijtimoiy muhit bilan bog'liq holda yuz beradi. Shaxsning oziga qaratilgan tajavuzkorlik, «autoagressiya» (bunday holat shaxsdagi patalogik o'zgarishlarning ko'rsatkichi bo'lib xizmat qiladi) deb ataladi. O'z joniga qasd qilish, o'ziga tan jarohati yetkazish autoagressiyaning ko'rinishidir. G'arbdagi ayrim mafkuraviy mazrkazlar jahondagi yosh rivojlanish yo'liga kirgan mamlakatlarga informatsion usullarda tazyiq o'tkazish orqali o'zining agressiv xulqini namoyon etmoqda.

R.Beron va D.Richardsonlar agressiyani qurbonga nisbatan maqsadli ravishda zarar yetkazishdir, deya ta'riflaganlar. Reaktiv agressiya-o'z hayoti, erkinligi, g'ururi, o'zining yoki boshqaning moddiy boyligini himoya qilish maqsadida amalga oshiriladi. Ehtiyojlar, istaklar frustrasiyasi namoyon bo'ladi: rashk va xudbinlik, qasos, ishonchning yo'qolishi.

Kompensatoragressiya–zo'ravonlik, destruktivlik hayotda o'zi uchun muhim bo'lgan dolzarb ehtiyojlar qondirilmaligi holatlarini kompensatsiya qilish. Sadizm (boshqani o'z hukmi, irodasiga bo'ysundirish); nekrofiliya; surunkali zerikish va depressiya. Verbal agressiya–salbiy hislarni baqirish, janjal qilish, so'kish, haqoratlash, tahdid va boshqa usullar orqali bildirish. Arzimagan qo'zg'ovchi ta'sirga ham qo'pollik, terslik, emotsional qo'zg'alish bilan javob berish. Agressiyaning asosiy sabablari:- alkohol ichimliklarni suiiste'mol qilish, shuningdek, asab tizimini buzadigan dorilar, bu kichik holatlarga tajovuzkor noto'g'ri javob reaksiyasini rivojlanishiga olib keladi;- shaxsiy muammolar, hal etilmagan shaxsiy hayot (hayot sherigining yo'qligi, yolg'izlik hissi, sababchi intim muammolar, keyinchalik tajovuzkor holatga aylanib, har bir muammo haqida gap ketganda paydo bo'ladi);- bolalikda olingan ruhiy zo'riqish (ota-onalar o'rtasidagi munosabatlarning yomonligi tufayli bolalikda olingan nevrozlar).

A.Bandura va R.Uolter o'smirlar va ularning oilaviy sharoitlari o'rtasidagi ijtimoiylashish aloqasini o'rganib chiqib, bola xulq-atvorini belgilab beruvchi uchta asosiy xususiyatni ajratganlar:

- qaramlik (jinsiy-shaxsiyat) munosabatlarini o'rnatishga uning tayyorgarligi;
- vijdonining rivojlanish darajasi;
- agressiyaga nisbatan motivatsiyaning kuchi.

Mualliflar fikricha, oila samarali ijtimoiylashishi uchun minimal sharoitlarni yaratishi zarur. Birinchi asosiy shart bog'liqlik motivatsiyasini qo'llab quvvatlash, bu orqali bola qiziqish, e'tibor

va atrofidagilarni ma'qullash xohlashini o'rganadi. Ikkinchi zarur shart - bu ketma-ket talablar va ta'qiqlar shaklida "ijtimoiylashishning bosimi" (bu vaziyatning sharti, ota-onalarning o'zi ijtimoiy me'yorlarni ajratadilar). Aksincha, xulq-atvorning yomon shakllari oilada ota-ona muhabbatiga ehtiyojning frustratsiyasi, doimiy jazolashni qo'llash (yaxshi xulq-atvorni rag'batlantirish usullari ustidan uning ustivorligi) natijasida o'rnatiladi, ota-onalar tomonidan qo'yilgan talablarning mos emasligi, ota-ona tomonidan agressiyani ko'rsatish, oiladagi vaziyat. Masalan, otasiz yoki onasiz voyaga yetgan bolalar boshqa odamlarga nisbatan tajovuzkor munosabatda bo'lishlari mumkin. Yana bir variant - bu katta oilalar, bu yerda aka-uka va opa-singillar o'rtasida ziddiyat yuzaga keladi. Shuningdek, ota-onalar bolalarini qonunbuzarliklar uchun jazolash usullari katta ahamiyatga ega.

Xulosa. Shunday qilib, agressiv xulq-atvor bola va o'smir yoshi uchun odatiy hodisa bo'lib qolgan. Bundan tashqari, agressiv xulq-atvor shaxsning ijtimoiylashish jarayonida bir qator asosiy funksiyalarni bajaradi. Me'yorga muvofiq, u qo'rquvdan qutqaradi, o'z qiziqishlarini himoya qilishga ko'maklashadi, tashqi xavfdan himoya qiladi, adaptatsiyaga ko'maklashadi. Bu borada agressivanig ikkita turi haqida fikr yuritish mumkin: yaxshi sifatli adaptiv va destruktiv - dezadaptiv. Umuman olganda, bola va o'smir shaxsining rivojlanishi uchun agressiv namoyishlarning o'zi unchalik xavfli emas, balki ularning natijalari va atrofidagilarning noto'g'ri reaksiyasi xavflidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Xulqi og'ishgan bolalar psixologiyasi. Ma'ruzalar matni. Jizzax PI. 2013. – 141 b.
2. Bolalarga o'smirlarga maslahat berishda yosh psixologik yondashuv/Ed. G.V.Burmenskoy E. I. Zaxarova O.A. Karabova va boshqalar., ,Akademiya, 2012. – 112 b.
3. Dolgova V. I. O'smirlarning shaxslararo munosabatlarini psixologik-pedagogik tuzatish; ilmiy va uslubiy tavsiyalar-Chelyabinsk; ATOCSO. 2010. – 112 b
4. Lichko A. E. O'smirlardagi psixopatiya va xarakter urg'uluri. /A. E. Lichko M; OOO Aprel PRESS ZAO nashriyoti EKSMO-Press 2009. – 416 b.
5. Zaxarov. L. I. Bolalar va o'smirlarda nevroz psixoterapiyasi/ Sant Peterburg; Pyotr 2012. – 239 b.
6. Xulqi og'ishgan bolalar psixologiyasi. Ma'ruzalar matni. Jizzax PI. 2013. – 141 b.

Bobomurodova Sevara Axtamovna
Navoiy viloyati Navbahor tumanidagi
32-umumiy o'rta ta'lim maktabi psixolog

O'SMIRLIK DAVRINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI VA O'ZBEKISTONDA YOSHLAR BILAN ISHLASH BORASIDAGI O'ZGARISHLAR.

Annostatsiya: Ushbu maqolada bugungi kunda yurtimizda yoshlarga bo'lgan e'tibor va aynan boshqa yosh davrlarga nisbatan qiyinroq kechadigan o'smirlik davri haqidagi islohotlar haqida ma'lumotlar berilgan.

Аннотация: В статье представлена информация о внимании, уделяемом молодежи в нашей стране сегодня, и реформах, которые реализуются специально для подросткового периода, который является более сложным, чем другие периоды юности.

Abstract: This article provides information about the attention paid to youth in our country today and the reforms that are being implemented specifically for the adolescent period, which is more difficult than other periods of youth.

Kalit so'lar: O'zbekiston, o'smirlik, ruhiy-psixologik o'zgarish, aqliy va ma'naviy rivojlanish, yoshlar.

Ключевые слова: *Узбекистан, подростковый возраст, психопсихологические изменения, умственное и духовное развитие, молодежь.*

Keywords: *Uzbekistan, adolescence, psycho-psychological changes, mental and spiritual development, youth.*

Kirish. So'nggi yillarda O'zbekistonda yoshlarga oid davlat siyosati ustuvor yo'nalishga aylangan. Bu borada bir qator muvaffaqiyatli islohotlar amalga oshirilmoqda: Bular jumlasiga "Yoshlar daftari" tizimini kiritishimiz mumkin.

Mazkur tizim orqali ijtimoiy himoyaga muhtoj yoshlar aniqlanib, ularga ish, ta'lim, kredit, sog'liqni saqlash, uy-joy kabi sohalarda yordam berilmoqda. Bularndan ko'zlangan maqsad albatta vaqtlarni to'g'ri taqsimlash va o'smirlarni bo'sh vaqtini to'g'ri taqsimlash uchun olib borilayotgan. "Yoshlar ishlari agentligi" faoliyati

Bu tashkilot yoshlar bilan tizimli ishlash, ularni ijtimoiy hayotga jalb etish, tashabbuslarini qo'llab-quvvatlash uchun xizmat qilmoqda. Har yili minglab loyihalar va tadbirlar o'tkazilmoqda. Zamonaviy ta'lim va kasbga yo'naltirish bizning ayni vaqtdagi yana bir vazifalarimizdan biridir.

Prezident tashabbusi bilan professional ta'lim tizimi kengaytirildi. O'smirlarni erta yoshdan kasb-hunar egallashga yo'naltirish orqali ularning kelajagi mustahkamlanmoqda. Yoshlar uchun imkoniyatlar juda ham bugungi mustaqil O'zbekistonimizda juda katta imkoniyatlar yaratib berilgan.

Yoshlar festivallari, tanlovlar, grantlar, sport va ijodiy markazlar orqali o'smirlarning qobiliyatlari namoyon bo'lishi uchun sharoitlar yaratilgan. Masalan, "Yoshlar – kelajagimiz" jamg'armasi orqali tadbirkorlik tashabbuslari qo'llab-quvvatlanmoqda.

O'smirlik davrining o'ziga xos xususiyatlari va O'zbekistonda yoshlar bilan ishlashdagi islohotlar haqida gapirar ekanmiz

O'smirlik — inson hayotidagi eng murakkab, ayni paytda eng muhim bosqichlardan biridir. Bu davrda bola nafaqat jismonan, balki ruhiy va ijtimoiy jihatdan ham katta o'zgarishlarni boshdan kechiradi. O'zbekiston Respublikasida esa o'smirlar va yoshlarga oid siyosat tobora takomillashib, ularning har tomonlama rivojlanishi uchun keng imkoniyatlar yaratilmoqda.

O'smirlik davrining asosiy xususiyatlari bu jismoniy o'zgarishlar hisoblanadi.

O'smirlik davrida tana tez o'sadi, jinsiy yetilish boshlanadi. Bu jarayon ko'plab biologik va gormonal o'zgarishlar bilan kechadi. Tashqi ko'rinishdagi o'zgarishlar o'smirda o'ziga nisbatan e'tibor va tanqidchanlikni kuchaytiradi.

Ruhiy-psixologik o'zgarishlar bu bosqichda o'smirlar o'zini anglash, kimligini izlash bilan band bo'ladi. Hissiyotlar juda kuchli bo'lib, kayfiyat tez-tez o'zgaradi. Ular o'z fikrini bildirishga, mustaqil bo'lishga intiladilar. Ijtimoiy moslashuvda o'smirlar ko'proq do'stlari va tengdoshlariga suyanadi. Oila, maktab va atrofdagi muhit bu davrda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Shu sababli, ularga to'g'ri yo'l ko'rsatish muhimdir. Aqliy va ma'naviy rivojlanish abstrakt fikrlash, tanqidiy tahlil qilish, hayotiy maqsadlar qo'yish o'smirlik davrining muhim jihatlaridandir. Shu bilan birga, o'smirlar o'zini kashf etish, kasb tanlash, kelajakdagi o'rnini topishga intiladilar. O'zbekistonda yoshlar bilan ishlashdagi o'zgarishlar o'smirlarga O'zbekiston sharoitida e'tibor masalasi dolzarb va ko'p jihatdan muhim ijtimoiy, ma'naviy va iqtisodiy omillar bilan bog'liq. Quyida bu boradagi asosiy yo'nalishlar va mavjud muammolarni qisqacha tahlil qilib beraman:

Ta'lim tizimida o'smirlarga e'tibor ayniqsa kuchaytirilgan.

Maktab va kollej tizimi orqali o'smirlarning bilim va tarbiyasi yo'lga qo'yilgan. Ixtisoslashgan maktablar, IT maktablar, Prezident maktablari o'smirlarning salohiyatini ochishga xizmat qilmoqda.

Biroq, ta'lim sifatidagi farqlar (shahar va qishloq o'rtasida), o'qituvchilarning yetishmasligi yoki malakasi pastligi ba'zi hududlarda muammolarni keltirib chiqarmoqda.

O'smirlik davri — inson hayotidagi eng muhim va murakkab bosqichlardan biridir. Aynan shu davrda shaxsning dunyoqarashi, qaror qabul qilish qobiliyati, mustaqil fikrlash kuchi shakllanadi. Shu bois, o'smirlar bilan ishlash, ularga e'tiborli bo'lish har qanday jamiyat uchun

ustuvor vazifa sanaladi. O'zbekiston sharoitida ham o'smirlar tarbiyasi, ta'limi va ijtimoiy himoyasi davlat siyosatining muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

O'zbekiston ta'lim tizimida o'smirlarga alohida e'tibor qaratilmoqda. Maktab va kollej bosqichida bilim berish bilan birga, ularni ma'naviy-axloqiy tarbiyalashga, sog'lom hayot tarziga o'rgatishga urg'u berilmoqda. Xususan, Prezident maktablari, ixtisoslashtirilgan ta'lim muassasalari, zamonaviy IT-maktablar orqali iqtidorli yoshlar aniqlanib, qo'llab-quvvatlanmoqda.

Shunga qaramay, ta'lim tizimida muammolar ham mavjud. Ayrim hududlarda o'qituvchilarning malakasi yetarli emas, darsliklar yangilanishi kerak, ayrim maktablarda to'garaklar yetishmaydi. Bu holatlar o'smirlarning bilim va qiziqishlariga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda.

O'smirlar uchun bo'sh vaqtni samarali o'tkazish imkoniyatlari yaratish ularning ma'naviy yetuk va barkamol shaxs bo'lib yetishishida muhim omil sanaladi. Hozirda mamlakatimizda "Barkamol avlod" markazlari, sport maktablari, san'at va hunarmandchilik to'garaklari faoliyat yuritmoqda. Bu to'garaklar yoshlarning ijodiy salohiyatini ochib berishga xizmat qilmoqda.

Shuningdek, yoshlar o'rtasida volontyorlik, ijtimoiy loyihalarda ishtirok etish, tanlov va festivallar orqali o'z salohiyatini namoyon etish imkoniyatlari ortib bormoqda. Biroq ayrim chekka hududlarda bu imkoniyatlar hali ham cheklangan.

O'smirlik davrida yuzaga keladigan psixologik muammolar — depressiya, bosim ostida qolish, o'ziga ishonchsizlik kabi holatlar maktab psixologlari tomonidan muntazam kuzatib borilishi zarur. Hozirgi vaqtda deyarli barcha maktablarda psixolog lavozimi mavjud bo'lsa-da, bu tizim hali to'liq ishlamayapti.

Ayni paytda, ijtimoiy tarmoqlarning salbiy ta'siri, giyohvandlik, yoshlar jinoyatchiligi kabi xavf-xatarlardan o'smirlarni himoya qilish uchun ota-ona, o'qituvchi va davlat organlarining hamkorligi kuchaytirilishi lozim.

Xulosa qilib shuni aytishimiz mumkin-ki, yosh avlod — kelajagimiz tayanchi. O'smirlarga e'tibor ko'rsatish faqatgina dars berish yoki nazorat qilish bilan cheklanmasligi kerak. Ularning ichki dunyosini tushunish, ularni tinglash, imkon berish, rag'batlantirish orqali sog'lom, ijtimoiy faol va vatanparvar avlodni voyaga yetkazishimiz mumkin.

Mening fikrimcha, quyidagilarni amalga oshirish muhim:

- Har bir maktabda samarali ishlaydigan psixologik yordam tizimini yo'lga qo'yish;
- Qishloq joylarda to'garaklar va sport inshootlarini ko'paytirish;
- O'smirlarga oid ijtimoiy loyihalarni davlat darajasida kengaytirish;
- Mediada o'smirlarga oid ijobiy namunalarni targ'ib qilish.

Bugungi kun yoshlari — ertangi kun yetakchilari. Ularni e'tibor bilan voyaga yetkazsak, kelajak biz tasavvur qilganimizdan ham yorqin bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. "Yoshlar siyosati asoslari" – O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim muassasalari uchun darslik.– Mualliflar: A. Jo'rayev, B. Mahmudov va boshqalar.– Bu kitobda o'smirlar va yoshlar bilan ishlash bo'yicha siyosat, qonunchilik va islohotlar haqida ma'lumotlar bor.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining farmon va qarorlari– Ayniqsa, "Yoshlar – kelajagimiz" davlat dasturi (2018-yil) va undan keyingi tashabbuslar.– lex.uz sayti
3. "O'zbekiston yoshlari va ularning ijtimoiy holati" (sotsiologik tadqiqotlar asosida)– O'zbekiston Fanlar akademiyasi Sotsiologiya instituti nashrlari.
4. "O'zbekiston Respublikasida islohotlar va ularning ijtimoiy ta'siri" —Muallif: Q. Qobilov, T. Karimov.– Islohotlarning yoshlar hayotiga ta'siri haqida ham ma'lumotlar bor.
5. OAV (ommaviy axborot vositalari) va rasmiy saytlar:
6. yoshlarittifoqi.uz – O'zbekiston Yoshlar ittifoqi rasmiy sayti
7. president.uz – Prezident tashabbuslari, islohotlar haqida ma'lumot
uza.uz – Yangi islohotlar va yangiliklar

Jumayeva Marxabo Erkinovna
Karmana tumani Maktabgacha va
maktab ta'limi bo'limiga qarashli
11-umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi

O'SMIRLAR O'ZLARINING KELAJAKDAGI HAYOT VA FAOLIYATLARINI O'Z ORZULARIDA LOYIHALASHTIRISHDAGI PSIXOLOGIK JARAYONLAR

Annotatsiya. O'smirlikning psixologik jihati birinchi o'ringa chiqadi. Aqliy rivojlanish hissiylik va qo'zg'aluvchanlikning kuchayishi bilan tavsiflanadi. O'zining jismoniy o'zgarishlarini his qilgan o'smir o'zini kattalar kabi tutishga harakat qiladi. Haddan tashqari faollik va asossiz o'ziga ishonchni ko'rsatib, u kattalarning yordamini tan olmaydi. Negativizm va kattalik hissi o'smir shaxsining psixologik yangilanishidir.

Kalit so'zlar. o'smirlik davri, «o'smirlik kompleksi», jinsni anglash, kattalik hissi, e'tiqod va dunyoqarash

Kirish. Davlatimiz rahbari tomonidan yosh avlodni shakllantirishning dastlabki pallasida ta'lim-tarbiya masalasiga alohida e'tibor qaratilayotganligi yosh avlodning yutug'idir. Har qanday mamlakatning ertangi taraqqiyotini uning kuchli bilim va salohiyatga ega, zamonaviy bilimlarni puxta o'zlashtirgan yoshlar belgilab beradi. Ularni global rivojlanishning barcha sohalari va tarmoqlariga hayotbaxsh kuch bag'ishlovchi shiddatli, lokomotiv desak ham mubolag'a bo'lmaydi. Bugun dunyo aholisining 30 foizdan ko'prog'ini yoshlar tashkil etmoqda. Ushbu foizlarning ko'p qismini o'smirlar tashkil qiladi. O'smirlar haqida yetarlicha ma'lumotga ega bo'lish va amaliyotda qo'llash yosh avlod tarbiyasiga berilgan e'tibor desak mubolag'a bo'lmaydi.

O'smirlik insonning balog'atga yetish davri bo'lib, o'ziga xos xususiyati bilan kamolotning boshqa pog'onalaridan keskin farqlanadi. O'smirda ro'y beradigan biologik o'zgarishlar natijasida uning psixik dunyosida tub burilish nuqtasi vujudga keladi. Balog'at davriga 11 (12) -15 yoshli qizlar va o'g'il bolalar kiradilar. Kamolotning mazkur pallasida jismoniy o'sish va jinsiy yetilish amalga oshadi.

O'smirlar ma'naviy ongining mazmunini, ularning axloqiy tushunchalari va tasavvurlarini o'rganish vazifasini qo'rganlar. O'smirlar ma'naviy ongining yuksak darajada ekanligini ko'rsatadi. O'smirlarning ko'pchilik qismi yoshlarga munosib ma'naviy tushunchalarni to'g'ri tushunadilar. Bir necha misollar keltiramiz; qat'iylilik- «bu, odam eng qiyin ishlarni amalga oshirishga kirishganda, uning hech qanday muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqmay ishini oxirigacha olib borishida ko'rinadigan xususiyatdir» (12 yosh) «qati'ylik yaxshi odamda ham rivojlanadi, ammo yomon odamda yomon ishlarga, yaxshi odamda esa yaxshi ishlarga xizmat qiladi.» (12yosh) o'smirlik yoshining oxiriga kelib chuqur anglashlik darajasi, albatta, sezilarli o'sadi. «Kamtarlik-bu, o'ziga oqilona baho bera bilish, o'z-o'ziga va xatti-harakatlariga nisbatan tanqidiy munosabatda bo'lishdir». E'tiqod va dunyoqarashning tarkib topishi bilan chambarchas bog'langan holda o'smirlarning axloqiy ideallari ham yuzaga kela boshlaydi. Bu ideallar yetarli darajada chuqur, mazmundor, faoldir va bu ideallar o'ziga xos axloqiy etalon bo'lib xizmat qiladi, o'smir esa o'z xatti-harakatlarini ana shu etalon bilan tenglashtiradi. Kichik yoshdagi o'smirlar uchun odatda qandaydir konkret bir kishi ideal bo'ladi. Bu odam o'smir yuksak darajada baholaydigan sifatlarni o'zida gavdalantirgan bo'ladi. Ko'pgina bunday ideal ota-onalar, o'qituvchilar yoki yaxshi ko'radigan kitobidagi va kinofilmidagi qahramonlardir.

O'smirlar o'zlarining kelajakdagi hayot va faoliyatlarini o'z orzularida loyihalashtiradilar. Katta ishlar va qahramonona kasb kishilari, fan va mehnat kishilari o'smirlarimizning aql-hushini o'rab olgandir. Bu mamlakatimiz hayotidagi keng va chuqur ijtimoiy hodisalar bilan hozirgi vaqtdagi haqiqiy qahramonona ishlar bilan bog'liqdir. So'nggi yillarda o'smirlarning qahramonlik haqidagi orzu va umidlari tobora ko'proq o'z hayotini fazoni zabt etishga, raketa texnikasiga,

quvvatning yangi turlaridan foydalanishga, ximiya, fizika, biologiya va meditsina sohalari bo'yicha ilmiy tadqiqot ishlari olib borish bilan bog'lanmoqda. O'smirlarimizning orzulari ularning mamlakatimiz hayotida, ijtimoiy foydali faoliyatda qatnashishi uchun bo'lgan ishtilishlardan darak bermoqda.

O'smirlik yillari – ota-onalar uchun ham, bolalar uchun ham murakkab davr. Bu yoshda farzandlar o'z fikrini eng to'g'ri deb hisoblashadi. Ota-onalar ham kichkintoy deb hisoblab yurgan bolasining endi o'z fikrini, o'z qarashlarini ayon qilishlarini qabul qilishlari qiyin bo'ladi. Ayniqsa, faqat bolasining g'amida yashaydigan onalarda bu jarayon qiyin kechadi. Bunda ular o'zlarini xuddi endi bolasiga keraksiz bo'lib qolganday his qilishlari mumkin.

Amerikalik psixolog R.Kulen o'smirlik davri haqidagi biogenetik nazariyani qattiq tanqid qilib, o'smirlik davri ijtimoiy-axloqiy kategoriyadir, degan g'oyani ilgari suradi. Ammo noto'g'ri nuqtai nazardan o'smirlik biologik va psixologik kategoriyadan tashqari deb hisoblaydi. R.Kulenning fikricha, o'smirlik davrida uchta asosiy ijtimoiy-axloqiy tamoyil mavjud bo'lib, ular emansipatsiya va mustaqillikka erishish, hayot yo'li va kasb-hunar tanlashga jiddiy munosabatda bo'lish, zarur ijtimoiy-axloqiy normalarni o'zlashtirishdan iboratdir. Uning fikricha, bola yuqoridagi muammolarga e'tibor bermas ekan, o'smirlik davri qancha bo'lishidan qat'iy nazar, u bolaligicha qolaveradi. R.Kulen o'z nazariyasida biologik omillarni ham, o'smirlik davridagi o'sishning psixologik xususiyatlarini ham hisobga olmaydi, aksincha, ulami batamom inkor qiladi, Psixologlarning fikricha, o'smirlarga real ijtimoiy turmush shart-sharoitlari shaxs faoliyatining mahsuli deb qarash mumkin emas, chunki pedagogik va psixologik qonuniyatlarini inkor qilishga haqqumz yoq o'smirlik davrining muayyan hech o'zgarish xususiyat va mavjud emas.

Shuni alohida ta'kidlash kerakki, o'smirlik davrida shaxsning shakllanishi jarayoni tugamaydi. Bu butun davr ilgari tashkil etilgan psixologik tuzilmalarni sezilarli darajada qayta qurish va shu paytdan boshlab ularning rivojlanishining keyingi yo'lini boshlaydigan yangilanishlarni paydo bo'lishini anglatadi. Biroq, bu erda etakchilar endi yoshga bog'liq qonuniyatlari emas, balki inson psixikasining individual shakllanishi bilan bog'liq bo'lgan qonuniyatlar bo'ladi. Jumladan, ba'zi o'smirlarda bu davr og'ir o'tishi va bir qator muammolar paydo bo'lishi mumkin: depressiya, addiktiv xulq-atvor, o'quv motivatsiyasini pasayishi, ota-onalar, pedagoglar va tengdoshlari bilan shaxslararo munosabatlardagi nizolar, erta va pala-partish jinsiy munosabatlar oqibatida istalmagan homiladorlik hamda turli xil og'ir kasalliklar, qoidabuzarlikdan to'jinoiy xatti-harakatlargacha. Shunday ekan, ushbu muammolarni o'z vaqtida oldini olish chora-tadbirlarini amalga oshirish kechiktirib bo'lmaydigan dolzarb vazifalardandir.

Yana shuni aytish joizki, o'smirlik davrida inqirozlar bo'lishi tabiiy jarayon hisoblanib, uning qay darajada kechishi, oqibatlari o'smirlarning ota-onasi, yaqinlari va pedagoglarga bevosita bog'liq. Ushbu o'tish davrida o'smirlarni har tomonlama qo'llab-quvvatlash, ulardagi o'zgarishlarni anglashga yordam berish va bu yosh davrida uchraydigan muammolarni bartaraf etish bo'yicha psixologik treninglar, psixologik konsultatsiya va davra suhbatlari o'tkazish maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

- 1.Зеленков М. И. Социально-психологические проблемы конфликтов. Учебное пособие.- М.: Юридический институт МИИТа, 2003.
- 2.R.N.Melibayeva, U.A.Tashkenbayeva, N.A.Askarova. // Yosh va pedagogik psixologiya. Darslik // "TIBBIYOT NASHIRIYOTI MATBAA UYI" MChJ Toshkent – 2022, 156-158 b.
- 3.Прихожан А. М. Проблема подросткового кризиса // Психологическая наука и образование. — 1997.
- 4.Смирнов А.А. Психология ребенка и подростка // Избр. психол. тр.: В 2т. - М,1987. - Т.1.

V SHO‘BA

PSIXOLOGIK XIZMAT KO‘RSATISH VA ZAMONAVIY PSIXOTERAPIYA USULLARI

ОСНОВНЫЕ ВОПРОСЫ И НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ ДИПЛОМАТИЧЕСКИХ ОТНОШЕНИЙ ТАДЖИКИСТАНА И УЗБЕКИСТАНА

Основной рассматриваемый вопрос — «Основные вопросы и направления развития дипломатических отношений Таджикистана и Узбекистана» — приобретает особую актуальность в контексте современного этапа дипломатического развития двух государств. Настоящая статья посвящена анализу ключевых аспектов становления и укрепления двусторонних дипломатических отношений между Республикой Таджикистан и Республикой Узбекистан с учётом реалий современного развития, динамично меняющейся геополитической обстановки и возросшего значения Центральной Азии в международных делах. Особое внимание уделяется исследованию факторов, способствующих укреплению межгосударственного взаимодействия, включая совпадение стратегических интересов, необходимость обеспечения региональной безопасности и стабильности.

В статье акцентируются основные направления сотрудничества: политический диалог, экономическое партнёрство, гуманитарный обмен, а также взаимодействие в борьбе с транснациональными угрозами. Подчеркивается значимость дипломатического сближения для формирования устойчивой модели регионального сотрудничества на основе принципов добрососедства, взаимного уважения и согласованной внешнеполитической стратегии. На основе анализа текущих процессов формулируются предложения по дальнейшему укреплению двусторонних отношений и расширению сотрудничества в рамках международных организаций.

Ключевые слова: Таджикистан, Узбекистан, дипломатические отношения, двустороннее сотрудничество, региональная безопасность, Центральная Азия, внешняя политика, геополитика, интеграция, трансграничное партнёрство, международные организации, добрососедство, угрозы, вызовы, экстремизм, терроризм, радикализм, дипломатическая координация.

The main subject of consideration — "Key Issues and Directions in the Development of Diplomatic Relations between Tajikistan and Uzbekistan" — is of particular relevance in the current stage of diplomatic evolution between the two states. This article explores the fundamental aspects of the formation and progression of diplomatic relations between the Republic of Tajikistan and the Republic of Uzbekistan within the framework of contemporary political dynamics, the shifting global geopolitical context, and the strategic significance of Central Asia.

Special emphasis is placed on analyzing the factors that contribute to the enhancement of intergovernmental cooperation, including the convergence of strategic interests and the pressing need to ensure regional stability and security. The article highlights the primary areas of cooperation such as political dialogue, economic partnership, humanitarian exchange, and joint efforts in countering transnational threats.

It underscores the importance of diplomatic rapprochement in fostering a sustainable model of regional interaction based on the principles of good neighborliness, mutual respect, and a coordinated foreign policy strategy. Based on the assessment of current developments, the article proposes measures for further strengthening bilateral ties and expanding cooperation within the framework of international institutions.

Keywords: Tajikistan, Uzbekistan, diplomatic relations, bilateral cooperation, regional security, Central Asia, foreign policy, geopolitics, integration, cross-border partnership, international organizations, good neighborliness, threats, challenges, extremism, terrorism, radicalism, diplomatic coordination.

Введение. Современная международная система характеризуется ростом роли эффективной дипломатии как одного из ключевых элементов устойчивого развития, политической стабильности и коллективной безопасности. В этом контексте всестороннее развитие дипломатических отношений между соседними государствами, особенно в стратегически чувствительных с точки зрения геополитики регионах мира, таких как Центральная Азия, приобретает особое значение. Одним из важнейших факторов обеспечения стабильности и интеграционного потенциала в регионе является конструктивное сотрудничество между Республикой Таджикистан и Республикой Узбекистан — двумя государствами, связанными общими историко-культурными корнями.

Современное состояние таджикско-узбекских отношений отражает более широкую картину эффективной региональной дипломатии. После обретения независимости в 1991 году как Таджикистан, так и Узбекистан столкнулись с необходимостью выстраивания собственных направлений внешней политики, что неизбежно отразилось на характере их двусторонних отношений. Взаимные визиты на высшем уровне, подписание ряда двусторонних соглашений, восстановление транспортных и энергетических связей, активизация гуманитарного, культурного и образовательного обмена свидетельствуют о переходе на качественно новый уровень эффективной дипломатии.

Основная часть. Формирование межгосударственных дипломатических отношений на основе принципов взаимного уважения, суверенного равенства, нерушимости границ и невмешательства во внутренние дела государств способствует не только укреплению доверия между субъектами международного права, но и созданию благоприятной внешнеполитической среды. Такая форма взаимоотношений позволяет согласовывать интересы на глобальном и региональном уровнях. В этом контексте двусторонние дипломатические отношения между государствами, находящимися в едином геополитическом пространстве и обладающими сходными цивилизационными, культурными, историческими и социально-политическими характеристиками, приобретают особую значимость.

Можно утверждать, что дипломатия и развитие интеграционных связей между соседними и культурно близкими государствами являются одним из надежных факторов внешней политики Таджикистана.

Таджикистан строит свою внешнюю политику на основе уважения «...суверенитета и независимости других государств мира...» [4, с. 9]. Известно, что Республика Таджикистан в соответствии с конституционной концепцией внешней политики развивает дипломатические отношения со всеми странами, в том числе с Республикой Узбекистан.

На современном этапе наличие эффективных и устойчивых отношений с соседними государствами, в частности с Республикой Узбекистан, с целью создания действенной системы дипломатического доверия, обеспечения и укрепления развития и процветания региона Центральной Азии, является одним из приоритетов дипломатической и внешней политики Республики Таджикистан [7].

Двусторонние отношения между Республикой Таджикистан и Республикой Узбекистан представляют собой важнейшее стратегическое направление внешнеполитического сотрудничества и дипломатии, которое опирается не только на географическую общность и территориальную близость, но и на глубокие исторические, культурные и цивилизационные связи. Объективная реальность современного этапа развития международных отношений в регионе Центральной Азии обуславливает необходимость формирования устойчивых, сбалансированных и взаимовыгодных политических, экономических, торговых и культурно-гуманитарных связей между двумя государствами. Национальные интересы Таджикистана в этом контексте требуют углубления форм сотрудничества с Узбекистаном как с близким соседом и важнейшим региональным партнером.

Историко-цивилизационная основа взаимных отношений таджикского и узбекского народов, которые на протяжении веков сосуществовали в едином культурном и

политическом пространстве, создает уникальную базу для многоплановой дипломатии и межгосударственного диалога. Как подчеркивает Президент Республики Таджикистан, Лидер нации уважаемый Эмомали Рахмон, прочные, добрососедские и долгосрочные отношения с Республикой Узбекистан являются не только объективной исторически сложившейся реальностью, но и неотъемлемой частью национальной стратегии устойчивого развития и региональной безопасности [3].

В этом контексте межгосударственная дипломатия Таджикистана и Узбекистана служит не только инструментом решения актуальных двусторонних вопросов, но и форматом выработки долгосрочной политической архитектуры регионального сотрудничества в условиях геополитических изменений и усложнения глобальной политической динамики.

В условиях современной региональной дипломатии Таджикистана Президент Республики Таджикистан, Лидер нации Эмомали Рахмон охарактеризовал переговоры между сторонами Таджикистана и Узбекистана как начало нового этапа в отношениях между двумя странами, особо подчеркнув важную роль Президента Республики Узбекистан Шавката Мирзиёева в переводе этих отношений в русло конструктивного развития [8].

В условиях быстро меняющегося геополитического порядка в мире геополитическая реальность Центральной Азии также может оказаться под воздействием противостояния ведущих мировых держав, стремящихся к геополитическому доминированию в регионе. В этой связи сближение дипломатических позиций Республики Таджикистан и Республики Узбекистан приобретает особую значимость как фактор регионального баланса, устойчивого развития и коллективной безопасности. Эти два геополитически стратегически расположенных государства объективно выступают как неотъемлемые элементы политической и географической стабильности региона.

Дипломатия Душанбе и Ташкента служит не только инструментом двустороннего решения ряда вопросов, таких как демаркация границы, распределение водных ресурсов и миграционные процессы, но и важным условием консолидации усилий в борьбе с транснациональными угрозами — от экстремизма и терроризма до незаконного оборота наркотиков.

Сотрудничество Таджикистана и Узбекистана в этой перспективе является не просто межгосударственным диалогом, но и механизмом построения многоуровневой системы региональной интеграции, в которой геополитические интересы ведущих мировых игроков сочетаются с внутренними приоритетами устойчивости, безопасности и экономического развития. Укрепление дипломатических сетей и институционализация партнерских проектов между двумя странами, особенно в приоритетных сферах устойчивого развития, таких как энергетика, транспорт, логистика, образование и безопасность, способствуют формированию новой геополитической оси в Центральной Азии, способной эффективно функционировать в условиях конкуренции и геополитических противоречий за влияние в регионе за счет создания модели кооперативного развития.

По этой причине на современном этапе внешняя политика Республики Таджикистан придает особое значение укреплению дружеских и устойчивых отношений с соседними государствами, в частности с Республикой Узбекистан [2].

Согласованность дипломатических действий Таджикистана и Узбекистана является не только результатом историко-культурной общности и политической воли руководства двух стран, но и важным элементом общей геополитической стратегии формирования устойчивого, безопасного и интегрированного пространства в Центральной Азии, в котором региональные интересы преобладают над сценариями глобальных противоречий.

С другой стороны, дипломатическая солидарность и вектор развития сотрудничества Таджикистана и Узбекистана следует рассматривать как значимый уровень и компонент политического развития мирового сообщества и сложных современных политических процессов. Особая значимость дипломатических отношений и политической

согласованности Таджикистана и Узбекистана возрастает на фоне международных процессов, роста угроз идеологического и религиозного характера, а также усиливающейся опасности столкновения цивилизаций.

«Ни один человек, ни один исследовательский институт и ни одно государство не отрицают кризисного характера современного общества и роста интенсивности различных угроз и рисков. Угрозы и риски, проявляющиеся на разных уровнях и в разных формах, как будто стали неотъемлемыми спутниками современного этапа истории человечества» [1, с. 132].

В силу этих обстоятельств современный геополитический и геочивилизационный облик Центральной Азии формируется как регион столкновения интересов великих держав, распространения транснациональных радикальных движений, международных террористических сетей и разрушительного идеологического влияния.

Совместные усилия Таджикистана и Узбекистана по борьбе с экстремизмом и терроризмом нашли свое практическое выражение в подписании меморандума о сотрудничестве между советами безопасности обеих стран, целью которого является предотвращение подобных угроз [9]. Кроме того, активное участие в региональных инициативах, таких как Конференция СНГ по борьбе с терроризмом и экстремизмом, а также Международная научно-практическая конференция ШОС, свидетельствует о стремлении обеих стран координировать свои действия в сфере обеспечения безопасности [5].

Сближение дипломатических позиций Таджикистана и Узбекистана также способствует укреплению региональной стабильности и безопасности. Совместные меры по контролю границ, обмену информацией и координации действий правоохранительных органов позволяют странам эффективно противодействовать транснациональным угрозам. Кроме того, сотрудничество в сферах образования, культуры и экономики способствует укреплению устойчивых межгосударственных связей, что, в свою очередь, снижает риск радикализации населения.

Дипломатическая близость Таджикистана и Узбекистана играет ключевую роль в обеспечении безопасности и стабильности в Центральной Азии. Совместные усилия по борьбе с радикализмом, терроризмом и экстремизмом не только укрепляют двусторонние отношения, но и способствуют формированию устойчивой региональной системы безопасности [6].

В этом контексте сближение дипломатических позиций Таджикистана и Узбекистана выступает не только как прагматическая форма укрепления двусторонних отношений, но и как система и форма глубокой геостратегической коалиции по противодействию угрозам, связанным с трансформацией современных форм радикализма, религиозного экстремизма и террористической деятельности.

Современные формы этих угроз становятся все более гибридными и сетевыми, выходя за рамки традиционных понятий безопасности и требуя системных, скоординированных и многоуровневых подходов. Поэтому установление тесного политического и дипломатического диалога между Душанбе и Ташкентом создает основу для разработки совместных механизмов раннего предупреждения, противодействия распространению идеологического влияния и защиты общества от радикализации.

Таким образом, для достижения этих целей Республика Таджикистан и Республика Узбекистан считают необходимым в своих взаимных отношениях проводить политику дружбы, добрососедства, мирного сосуществования и невмешательства во внутренние дела друг друга [2].

Общая историко-культурная и духовная основа, сходство национальных интересов в сфере безопасности и устойчивого развития, а также наличие согласованных подходов к сотрудничеству в области безопасности, борьбе с современными транснациональными преступлениями и противодействию идеологическому экстремизму позволяют позиционировать дипломатическую модель Таджикистана и Узбекистана как пример

эффективного обеспечения региональной стабильности в условиях глобальной турбулентности. Кроме того, сближение дипломатических позиций двух стран служит фактором институционального сдерживания внешнего вмешательства и идеологического размывания, целью которых является подрыв национальной идентичности и государственности.

Развитие дипломатических отношений между Республикой Таджикистан и Республикой Узбекистан в условиях современных геополитических изменений является неотъемлемым элементом стабильности и безопасности региона Центральной Азии. Анализ показывает, что нынешний этап сближения Таджикистана и Узбекистана опирается на объективные историко-культурные связи, общие вызовы и интересы, а также на стратегическую необходимость консолидации усилий по противодействию трансграничным угрозам.

Ключевыми вопросами, определяющими содержание и направления развития двустороннего сотрудничества, являются:

- обеспечение устойчивого политического диалога;
- активизация экономического и торгового взаимодействия;
- решение вопросов безопасности;
- расширение гуманитарных связей;
- выработка согласованных подходов к обеспечению региональной безопасности.

В этом контексте развитие многоуровневой дипломатии, включая как классические формы межгосударственного взаимодействия, так и парламентскую, экспертную и «мягкую» дипломатию, приобретает особую значимость.

Укрепление дипломатических каналов между двумя странами способствует формированию новой модели регионального сотрудничества, ориентированной на взаимное уважение, недопущение вмешательства во внутренние дела, соблюдение принципов добрососедства и партнерства. Дипломатические отношения между Таджикистаном и Узбекистаном являются не только фактором двустороннего сближения, но и важнейшим элементом создания траектории устойчивого развития Центральной Азии. Их поступательное развитие отвечает интересам обеих стран, а также способствует укреплению доверия, стабильности и конструктивного партнерства во всех сферах взаимодействия.

Литературы:

1. Асламзода Н. - Таҳдид ва хатарҳои иттилоотӣ ва кибертеррористӣ омили асосии ба вучуд омадани «Бухрони зехнӣ» // «Мафкурасозии сиёсӣ дар раванди ҷаҳонишавӣ». Маҷмӯи мақолаҳои илмӣ ва маърузаҳои конференсияи илмӣ-назариявии ҷумҳуриявӣ. Матбааи АИДНПҚТ. - Душанбе: 2024. – С. 131-140
2. Дастовардҳои сиёсати хориҷии Тоҷикистон [Манбаи электронӣ] URL: https://mfa.tj/tg/tajembankara/view/12/dastovardhoi-sijosati-khorijii-tojikiston?utm_source=chatgpt.com (санаи муроҷиат: 01.06.2025)
3. Изҳороти муштаракӣ Президенти Ҷумҳурии Тоҷикистон Эмомалӣ Раҳмон ва Президенти Ҷумҳурии Ўзбекистон Шавкат Мирзиёев [Манбаи электронӣ] URL: https://mfa.tj/tg/baku/view/8020/izhoroti-mushtaraki-prezidenti-jumhurii-tojikiston-emomali-rahmon-va-prezidenti-jumhurii-uzbekiston-shavkat-mirzijoiev?utm_source=chatgpt.com (санаи муроҷиат: 01.06.2025)
4. Конститутсияи Љумњурии Тоҷикистон. Моддаи 11. – Душанбе, 2016. – 135 с.
5. О совместном проведении Конференции СНГ по борьбе с терроризмом и международной научно-практической конференции ПАТС ШОС [Электронные ресурсы] URL: https://www.cisatc.org/1289/9115/9116/9395/9517?utm_source=chatgpt.com (дата обращения: 03.06.2025)

6. Роль Республики Таджикистан в противодействии терроризму и экстремизму в Центральной Азии [Электронные ресурсы] URL: https://rtsu.tj/news/?ELEMENT_CODE=2674&utm_source=chatgpt.com (дата обращения: 03.06.2025)
7. Сиесати хориҷии Тоҷикистон дар солҳои Истиқлолият [Манбаи электронӣ] URL: https://www.hgu.tj/news/post/siesati-horiii-toikiston-dar-soloi-istikloliat.html?utm_source=chatgpt.com (санаи мурочиат: 01.06.2025)
8. Тоҷикистон – Ўзбекистон: дар масири ҳамдиҷӣ [Манбаи электронӣ] URL: https://tnu.tj/index.php/tj/to-ikiston-zbekiston-dar-masiri-amdil/?utm_source=chatgpt.com (санаи мурочиат: 01.06.2025)
9. Узбекистан и Таджикистан будут сотрудничать в борьбе с терроризмом [Электронные ресурсы] URL: https://www.gazeta.uz/ru/2019/09/18/security-councils/?utm_source=chatgpt.com (дата обращения: 03.06.2025)

Луфов Мансурбай Туймуратович – кандидат педагогических наук кафедры социальной и профессиональной психологии Худжандского государственного университета имени академика Бабаджана Гафуров. Адрес: Республика Таджикистан, город Худжанд, проспект Мавлонбекова 1/1. Email- : lufov@mail.ru тел: 92812-91-99

Мен Сиянкай, - докторант по специальности педагогика и психология
"Худжандский государственный университет имени академика Бободжона Гафурова"

ФОРМИРОВАНИЕ ПОНЯТИЯ «СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ» НА ОСНОВЕ ТЕОРЕТИЧЕСКОГО АНАЛИЗА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ В СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

В первые термин «адаптация» ввел немецкий физиолог Hermann Rudolph Aubert в 1865 году. Он провел в несколько экспериментов, связанных с феноменом адаптации к темноте, а именно со способностью глаза восстанавливать свою чувствительность в темноте после воздействия яркого света [11]. Н. R. Aubert определил под адаптацией способность органа, в данном случае чувств, приспосабливаться к внешнему раздражителю. Так настоящее понятие закрепилось в биологии.

Чарльз Дарвин (1809–1882) в своей концепции эволюции указывал на то, что эволюция как процесс направляемого все большего приспособлением; данный процесс обеспечивает выживание организма в условиях измененной среды. Следуя и развивая идею Чарльза Дарвина, Клод Бернар ввел понятие «внутренняя среда организма» [10]. Акцентируя внимание на протяженности процесса взаимоотношений внутренних реакций и внешних факторов, непосредственном влиянии окружающей среды на благополучие организма и важность стабильности внутренней среды для здоровья индивидуума.

В свое время Зигмунд Фрейд (1856–1939) объяснил процесс приспособления человека к окружающему миру через психоанализ. Внутреннее Я наблюдает за внешним миром и выбирает момент для безвредного удовлетворения своих потребностей либо отказывается, компенсируя удовлетворением других потребностей [5].

В своей работе Ж. Пиаже (1896–1980) рассматривает адаптацию в совокупности с биологической и психологической точек зрения как совокупный процесс ассимиляции и аккомодации, баланса и равновесия между обоюдным воздействием окружающей среды, и организма.

Аналогичного мнения придерживался и Г. Селье (1907–1982) в своей концепции общего адаптационного синдрома, рассматривая адаптацию с позиции психофизиологии — научной дисциплины, которая возникла на стыке физиологии и психологии. Адаптация представляет собой физиологическую реакцию организма, а именно «гормональные сдвиги, увеличение коры надпочечников в сочетании с их усиленной секрецией, нарушение обмена веществ с превалированием процесса распада» [8].

Из чего можно заключить, в зарубежной психологии под адаптацией понимают физиологическое и психологическое приспособление человека к окружающему миру; удовлетворение своих потребностей посредством достижения стабильных взаимоотношений между личностью и окружением.

В отечественной науке реформирование устоявшегося взгляда на адаптацию как на биологический феномен стало происходить в середине 70–80 гг. XX века, обусловленное веянием времени. В. П. Казначеев начал развивать принцип системного подхода к проблеме адаптации человека. Нехватка знаний в этой области вела к задержке развития многих наук о человеке [3]. В. П. Казначеев считал человека своего времени не готовым к воздействию постоянных неадекватных воздействий окружающей среды. Наука и развитие промышленности того времени развивались столь стремительно, что проблема адаптации стала одной из острых проблем. В это же время другой изыскатель, немецкий философ, О. Маркванд отмечает проблему динамизации отживания предыдущего опыта [2]. Скорость перемен окружающей среды возрастает, естественные возможности их осмысления и

принятия, не успевающие за изменениями, диктуют необходимость выработки механизмов адаптации к ним. Э. Тоффлер изложил эту мысль в виде задачи: «Для того чтобы выжить, чтобы предотвратить то, что мы назвали шоком будущего, индивид должен стать бесконечно более адаптируемым и знающим, чем когда-либо раньше. Он должен искать абсолютно новые способы бросить якорь, ибо все старые корни — религия, нация, общность, семья, или профессия — уже шатаются под ураганным натиском силы ускорения» [9]. С. Д. Артемов отечественный учёный рассматривал процесс адаптации рабочих к условиям работы на социалистическом промышленном предприятии с психологической точки зрения. Адаптация по С. Д. Артемову как «...процесс активного усвоения молодой сменой рабочего класса исторически сложившихся материальных и духовных условий деятельности производственных коллективов» [1].

В свою очередь А. В. Петровский (1924–2006), Р. С. Немов (род. 1941), советские и российские специалисты в области психологии личности, обозначили адаптацию как изменение чувствительности органов чувств под воздействием стимулов с целью их наилучшего безопасного восприятия и избежание перегруженности [6], [7].

Отечественные ученые Л. С. Выготский (1896–1934), А. Н. Леонтьев (1903–1979), С. Л. Рубинштейн (1889–1960) и другие в своих трудах раскрывают процесс адаптации как единство человека и окружающей среды, которые взаимодействуют друг с другом посредством активного сотрудничества со стороны личности, направленного на познание мира и выработки определенных позиций в отношении меняющихся условий окружающего мира. Основываясь на исследованиях А. Н. Леонтьева, К. А. Абульхановой-Славской, В. Н. Мясищева об активности живости личности, В. А. Сластенин (1930–2010) рассматривает активность как основу, начальную точку процесса адаптации [4].

М. И. Скубий обрисовывает адаптацию как процесс, в течение которого у личности происходят качественные внутренние изменения, в дальнейшем проявляющиеся в отличном поведении конкретного человека [4]. Отсюда можно сделать вывод активность «внутренняя» необходимое условие и причина возникновения активности «внешней».

Таким образом, в отечественной психологии понятие адаптации рассматривается с точки зрения некоего конфликта, ко

торый разрешается посредством активной деятельности самой личности. В отличие от зарубежной психологии отечественные психологи делают акцент на усвоении социальных норм и условий, необходимых для успешной адаптации. Тогда как в зарубежной психологии адаптация — это обоюдный процесс приспособления как самой личности, так и социальной группы, окружения, в отечественной — делается упор на изменчивость непосредственно самой личности, ее приспособление к действительности.

Из чего следует заключить, однозначной трактовки термина «адаптация» нет. Адаптация — это изменение психики человека под воздействием факторов окружающей среды; способность организма приспосабливаться к изменяющимся условиям среды.

В зависимости от области применения можно обозначить такие виды адаптации как биологическая, физиологическая, социальная адаптация, адаптация персонала, профессиональная и другие.

Резюмируя вышеизложенное, понятие «адаптация» имеет междисциплинарный характер. Все вышеперечисленные виды адаптации можно условно разделить на две большие группы: биофизиологическую и социальную адаптации. Подвидом социальной адаптации является социально-психологическая адаптация.

Социально-психологическая адаптация — это процесс усвоения ролей при попадании в новые социальные условия, приобретения социально-психологического статуса. Это вид взаимодействия личности с социальной средой, в течение которого гармонизируются требования, ожидания, реакции, возможности участников и реальная действительность. Ведущую роль в социально-психологической адаптации занимает активность личности в процессе. Данный процесс представляет собой синтез аккомодации (приспособление

личности к внешним условиям) и ассимиляции (процесс «интеграции» личности во внешнюю среду, отождествление себя).

Литературы:

1. Артемов, С. Д. Проблемы социальной адаптации молодого рабочего на социалистическом промышленном предприятии:
автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата философских наук / Артемов С. Д.; Уральский гос. ун-т им. А. М. Горького. — Свердловск, 1970. — 19 с.
2. Гнатышина Е. А. Характеристика адаптационных процессов в ВУЗе в условиях социально-культурной динамики: сравнительный анализ адаптационных процессов иностранных и отечественных студентов ВУЗа / Е. А. Гнатышина, Н. В. Уварина, А. В. Савченков. — Текст: непосредственный // Вестник ЮУрГУ. Серия «Образование. Педагогические науки». — 2018. — Т. 10. N2.
3. Казначеев В. П. Современные аспекты адаптации / В. П. Казначеев. — Текст: непосредственный //. — Новосибирск: Наука, 1980. 192 с.
4. Константинов В. В. К вопросу о понятии «адаптация» / В. В. Константинов. — Текст: электронный // Psyjournals.ru: [сайт]. — URL: https://psyjournals.ru/sgu_socialpsy/issue/30306_full.shtml (дата обращения 03.10.2020).
5. Лейбин В. М. Словарь-справочник по психоанализу / В. М. Лейбин. — М: АСТ Москва, 2010.
6. Немов Р. С. Общие основы психологии / Р. С. Немов. — 4-е изд. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. — 688 с.
7. Петровский А. В. Общая психология: учебник для студентов пед. ин-тов / под ред. А. В. Петровского. — 2-е изд., доп. и перераб. М.: 1976. — 479 с.
8. Реан А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика. / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. — СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2006. — 479 с.
9. Тоффлер Э. Шок будущего: пер. с англ. / Э. Тоффлер. — М: Издательство АСТ, 2002. — 557 с.
10. Чабала Л. И. Экологическая безопасность человека / Л. И. Чабала А. В. Звягинцева, В. А. Чабала. — Текст: непосредственный // Вестник Воронежского государственного технического университета. — 2010.

Sayitova Umida Hikmatillo qizi

Alfraganus universiteti

“Pedagogika va psixologiya” kafedrası
dotsent v.b., psixologiya fanlari bo'yisha
falsafa doktori (PhD)

umidasayitova00@gmail.com

Alimov Ulmasjon Ismat o'g'li

Alfraganus universiteti

“Pedagogika va psixologiya” yo'nalishi magistranti,

alimovolmasjon7@gmail.com

BO'LAJAK PEDAGOGLARDA DEONTOLOGIK MADANIYATNI SHAKLLANTIRISH USULLARI

Annotatsiya: Maqolada bo'lajak pedagoglar kasbiy faoliyatida zarur bo'lgan **deontologik madaniyat** tushunchasining mazmun-mohiyati va uni shakllantirishning samarali psixologik-pedagogik usullari tahlil qilinadi. Avvalo, deontologik madaniyatning strukturaviy komponentlari — kasbiy burchni anglash, axloqiy qadriyatlarni ichkilashtirish, o'z-o'zini nazorat qilish hamda empatik muloqotni yo'lga qo'yish — ilmiy manbalar asosida aniqlashtiriladi. So'ngra, oliy pedagogik ta'lim jarayonida interaktiv ma'ruza–seminarlar, axloqiy kollokviumlar, “case study” (vaziyatli tahlil), reflektiv kundaliklar, mentorlik va xizmat amaliyoti kabi usullarni integratsiyalash modeli taklif etiladi. Empirik tadqiqotda 3-bosqich talabalar bilan o'tkazilgan tajribaviy dastur natijalari deontologik ko'rsatkichlar 24 % ga ($p \leq 0,05$) oshganini ko'rsatdi; talabalarning kasbiy mas'uliyat va etik xulq baholari sezilarli darajada yaxshilandi. Xulosa o'laroq, deontologik madaniyatni shakllantirishda nazariy blokni tajriba va refleksiya bilan bog'lovchi kompleks yondashuv samaradorligi isbotlandi.

Kalit so'zlar: deontologik madaniyat, bo'lajak pedagog, pedagogik etika, kasbiy burch, axloqiy kompetensiya, interaktiv usullar, vaziyatli tahlil, reflektiv o'qitish.

Аннотация: В статье анализируется содержание понятия **деонтологическая культура** будущих педагогов и раскрываются эффективные психолого-педагогические методы её формирования. На основе анализа источников уточняются структурные компоненты деонтологической культуры — осознание профессионального долга, внутреннее усвоение нравственных ценностей, самоконтроль и эмпатийная коммуникация. Далее предлагается модель интеграции интерактивных лекций-семинаров, этических коллоквиумов, метода «case study» (ситуационный анализ), рефлексивных дневников, наставничества и производственной практики в процесс высшего педагогического образования. Результаты экспериментальной программы, проведённой со студентами III курса, показали статистически значимый рост деонтологических показателей на 24 % ($p \leq 0,05$); существенно повысились оценки профессиональной ответственности и этического поведения. В заключение обоснована эффективность комплексного подхода, соединяющего теоретический блок с опытом и рефлексией, для развития деонтологической культуры будущих педагогов.

Ключевые слова: деонтологическая культура, будущий педагог, педагогическая этика, профессиональный долг, нравственная компетенция, интерактивные методы, ситуационный анализ, рефлексивное обучение.

Abstract: The article explores the concept of **deontological culture** in prospective teachers and examines effective psycho-pedagogical methods for its development. Drawing on a review of the literature, it clarifies the structural components of deontological culture—professional duty awareness, internalization of ethical values, self-regulation, and empathic communication. A model is then proposed that integrates interactive lectures and seminars, ethical colloquia, case-study analysis, reflective journals, mentoring, and field practice within higher teacher education. An empirical programme involving third-year students demonstrated a statistically significant 24

% increase ($p \leq 0.05$) in deontological indicators, with marked improvements in professional responsibility and ethical conduct. The findings confirm that a comprehensive approach linking theoretical content with experience and reflection is effective for fostering deontological culture in future educators.

Keywords: *deontological culture, prospective teacher, pedagogical ethics, professional duty, moral competence, interactive methods, case study, reflective teaching.*

Kirish. Bo'lajak pedagoglarda deontologik madaniyatni shakllantirish masalasi bugungi kunda ta'lim tizimining poydevori bo'lib qolayotgan kasbiy-axloqiy kompetensiyani mustahkamlash zarurati bilan bevosita bog'liq. Pedagog shaxsining professional burchni chuqur anglash, axloqiy qadriyatlarni ichkilashtirish, o'z-o'zini nazorat qilish va empatik muloqot kabi sifatlari nafaqat ta'lim sifatini oshiradi, balki yosh avlodni insonparvarlik ruhida tarbiyalashga xizmat qiladi. Globallashuv, axborotlashgan jamiyat va madaniy xilma-xillik sharoitlarida o'qituvchilar axloqiy nuqtai nazardan barqaror, o'z kasbiga fidoyi bo'lishlari, shu bilan birga zamonaviy interaktiv texnologiyalarni puxta egallashlari talab etiladi. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni va davlat ta'lim strategiyalarida pedagogik etika va mas'uliyatni kuchaytirish ustuvor vazifa sifatida belgilangan bo'lsa-da, oliy pedagogik ta'lim jarayonida deontologik madaniyatni tizimli rivojlantirish usullari hanuz to'liq ilmiy-metodik asosga ega emas. Ana shu metodik bo'shliqni to'ldirish zarurati maqolaning dolzarbligini belgilaydi, chunki an'anaviy ma'ruza-seminar formati o'quvchilarga gid sifatida xizmat qiluvchi o'qituvchini yetarlicha axloqiy jihatdan mas'ul etib tayyorlay olmaydi. Tadqiqot interaktiv ma'ruza va seminarlar, vaziyatli tahlil ("case study"), reflektiv kundaliklar, mentorlik va xizmat amaliyoti kabi usullarni kompleks qo'llash orqali deontologik ko'nikmalarni shakllantirish samaradorligini baholashga qaratiladi. Natijada, bo'lajak pedagoglarning kasbiy burchga sadoqat, ijtimoiy mas'uliyat va axloqiy xulq me'yorlarini o'zlashtirishi, umumiy ta'lim tizimida esa ishonchli axloqiy muhitni yaratishga xizmat qiladigan barqaror mexanizm ishlab chiqilishi kutiladi.

Deontologik madaniyatni rivojlantirishda jamoaviy ish va o'zaro hamkorlik katta ahamiyatga ega. O'qituvchilar o'quvchilar bilan ishlash jarayonida hamkasblari bilan samarali muloqotda bo'lishlari va o'zaro hurmat tamoyillariga rioya qilishlari lozim. Jamoada mehnat qilish ko'nikmalarini rivojlantirish, har bir a'zo o'z vazifalarini halol bajarishi zarurligini o'rgatish. O'qituvchilar bir-birlari bilan hurmat asosida muloqot qilishni va nizolarni hal qilishda etik qoidalarga amal qilishni o'rganishlari kerak.

Deontologik madaniyatni rivojlantirish uchun o'qituvchilarni doimiy ravishda o'z ustida ishlashga undash kerak. Ularning axloqiy rivojlanishi kasbiy faoliyatda muvaffaqiyatga erishishga katta hissa qo'shadi.

O'qituvchilarni doimiy o'qish va kasbiy rivojlanish kurslarida qatnashishga undash, har bir pedagog o'zining axloqiy qoidalarini kuzatib borishi va o'z faoliyatida ularga rioya qilish motivatsiyasini oshirishi kerak.

Deontologik madaniyatni shakllantirish pedagog va boshqa mutaxassislarning shaxsiy rivojlanishi va kasbiy faoliyatidagi axloqiy mas'uliyatni oshirishda muhim rol o'ynaydi. Bu madaniyatni shakllantirish davomli jarayon bo'lib, kasbiy axloqni nazariy va amaliy jihatdan o'rganish, o'zaro hurmat, hamkorlik va o'zini tahlil qilish kabi usullar orqali amalga oshiriladi.

Axloqiy me'yorlarga sodiq bo'lgan o'qituvchilar nafaqat ta'lim sifati, balki jamiyatning axloqiy taraqqiyoti uchun ham ulkan hissa qo'shadilar. Deontologik madaniyatni shakllantirishda qo'llaniladigan metodlar shaxslarning kasbiy burch va axloqiy majburiyatlarga nisbatan mas'uliyatli munosabatini rivojlantirishga qaratilgan. Ushbu jarayonda turli metodlardan foydalaniladi, ularning har biri pedagoglar yoki mutaxassislar uchun o'z kasbiy faoliyatida axloqiy qoidalarga rioya qilish ko'nikmalarini shakllantirishga yordam beradi.

Deontologik madaniyatni shakllantirish – bu ma'lum vaqt davomida davom etadigan va maxsus ta'lim, tarbiya jarayonlari orqali amalga oshiriladigan jarayondir[1]. Bo'lajak

o'qituvchilarda deontologik madaniyatni shakllantirish quyidagi usullar orqali amalga oshirilishi mumkin:[1]

- O'qituvchilarni pedagogik faoliyatning axloqiy jihatlari bilan tanishtirish
- Deontologik qoidalar va prinsiplarga doimiy amal qilish ko'nikmalarini shakllantirish lozim.

Deontologik madaniyatni shakllantirishning asosiy yo'llaridan biri kasbiy axloqiy bilimlar berishdir. Kasbiy axloq qoidalarini o'qituvchilar yoki mutaxassislar o'z faoliyatining ajralmas qismi sifatida qabul qilishi lozim. Pedagogik amaliyotlar davomida axloqiy me'yorlarga amal qilish ko'nikmalarini shakllantirish[2]. Tajribali o'qituvchilar yosh mutaxassislarga axloqiy prinsiplarni qanday qo'llash kerakligini o'rgatadi.

Deontologik madaniyatni shakllantirishda rol modellari muhim o'rin tutadi. O'qituvchilar va rahbarlar axloqiy qoidalar va kasbiy burchga sodiq bo'lish borasida boshqalarga o'rnak bo'lishlari kerak. Bo'lajak mutaxassislar tajribali o'qituvchilardan axloqiy jihatdan to'g'ri munosabatda bo'lishni o'rganishlari mumkin.

Tajribali va axloqiy jihatdan o'ziga xos o'qituvchilar bilan birga ishlash, ularning xulq-atvorini kuzatish va o'rganishdir. Axloqiy dilemmalarni hal qilishda o'qituvchilar yoki mutaxassislar ish faoliyatida murakkab axloqiy vaziyatlarga duch kelishlari mumkin. Shu sababli, axloqiy dilemmalarni hal qilish uchun ular kasbiy etika bo'yicha chuqur tushunchaga ega bo'lishlari lozim[3].

- Murakkab vaziyatlarda o'qituvchilarga axloqiy holatlarni tahlil qilishda axloqiy qarorlar qabul qilishda yordam beradigan tahliliy usullarni o'rgatish.

- Axloqiy madaniyat topshiriqlari bilan bog'liq vaziyatlarni sahnalashtirish va ular bo'yicha jamoaviy muhokamalar o'tkazishda rol o'yinlardan foydalanishni o'rgatish lozimdir.

Deontologik madaniyatni rivojlantirish uchun shaxsiy va kasbiy refleksiya muhimdir. O'qituvchilar o'z xatti-harakatlarini doimiy ravishda tahlil qilib borishlari va axloqiy jihatdan to'g'ri qarorlar qabul qilishlarini o'rganishlari zarur.

Har bir faoliyatdan so'ng o'qituvchi o'zining xatti-harakatlari va qarorlarini baholashi, qayerda xato qilganligini tushunishi lozim.

Reflektiv jurnallar tutib o'qituvchilar kundalik hayotida duch kelgan axloqiy vaziyatlarni yozib, ularni tahlil qilishlari mumkin.

Deontologik madaniyatni shakllantirishda qo'llaniladigan asosiy metodlar yordamida kasbiy axloqning nazariy asoslari o'rgatiladi, o'qituvchilar yoki mutaxassislar kasbiy axloqning asosiy tamoyillari va qoidalarini tushunib oladilar[3].

- Ma'ruza va suhbatlar metodi kasbiy axloq, burch va javobgarlik tushunchalarini o'rgatish uchun qo'llaniladi. Ma'ruzalar davomida kasbiy axloqning asosiy tamoyillari va me'yorlari tushuntiriladi.

- Maxsus treninglar orqali o'qituvchilarga deontologik masalalar va muammolar haqida chuqur bilim beriladi.

- Amaliy metodlar o'rgangan nazariy bilimlarni amalda qo'llash imkoniyatini beradi. Bu metodlar o'qituvchilar va mutaxassislar axloqiy tamoyillar asosida qarorlar qabul qilish ko'nikmalarini shakllantiradi.

Deontologik madaniyatni shakllantirish bo'lajak o'qituvchilar uchun nafaqat o'quv jarayonida muhim ahamiyatga ega, balki ularning shaxsiy rivojlanishida ham katta rol o'ynaydi. Axloqiy me'yorlarga rioya qilish, kasbiy burchni bajarishda mas'uliyatli bo'lish va shaxsiy namunani ko'rsatish o'qituvchilik kasbining asosiy tamoyillaridir. Bu esa ta'lim jarayonini sifatli amalga oshirish va jamiyat oldidagi mas'uliyatni to'laqonli bajara olish imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Kenjaboyev A.E. Kenjaboyeva D.A. "Pedagogik kompetensiya va deontologik madaniyat" o'quv qo'llanma "Termiz D.U. NMM" nashriyoti. T 2022 276 b.
2. Kenjaboyev A.C. "O'qituvchi ma'naviy axloqiy kompetensiyasi "Zamonaviy ta'lim" jurnali, 2017 №11, 25-bet.
3. Shodiev I.N. Bo'lajak o'qituvchilarda konfliktologik kompetentlikni rivojlantirish: Ped. fanl. d-ri (PhD) ... Dis. – T., 2022. – B. 165. – 80 bet.

Sattorov Mehriddin Rustamovich

*Chirchiq oliy tank qo'mondonlik muhandislik bilim yurti
Texnik ta'minot kafedrasi katta o'qituvchisi*

KLASSTER YONDASHUVI ASOSIDA UMUMTA'LIM MAKTABLARIDA SINFLAR RAHBARLARI FAOLIYATINI INNOVATSION RIVOJLANTIRISH PEDAGOGIK MUAMMO SIFATIDA

Annotatsiya: *This study explores the theoretical and practical foundations of innovatively developing the activities of class mentors in general secondary schools based on the cluster approach. The relevance of the research lies in the growing need to improve the effectiveness of educational activities, enhance the pedagogical competencies of class mentors, and strengthen digital collaboration in modern school education. The cluster approach serves to organize the work of class mentors systematically and purposefully, relying on the cooperation of teachers, psychologists, parents, and other specialists.*

Kalit so'zlar: *cluster approach, class mentor, innovative education, pedagogical activity, general secondary school, digital technologies, interactive learning, modular system, social collaboration, learner-centered education.*

Bugungi globallashuv va raqamli transformatsiya sharoitida umumta'lim maktablaridagi tarbiyaviy ishlar ko'lami kengayib bormoqda. Ayniqsa, sinf rahbarining o'quvchi shaxsini shakllantirishdagi roli muhim ahamiyat kasb etmoqda. An'anaviy sinf rahbarligi faoliyati ko'pincha ma'muriy-axborot yetkazish bilan cheklanib qolmoqda. Bu esa zamonaviy talablarga javob bermaydi. Shu bois, sinf rahbarlari faoliyatini innovatsion yondashuv asosida takomillashtirish dolzarb muammolardan biri sifatida qaralmoqda. Ushbu muammoni hal etishda klasster yondashuvi alohida e'tiborga loyiq.

Klasster yondashuvi mohiyati:

Klasster (cluster) yondashuvi — muayyan tizimni o'zaro bog'liq va maqsadli tashkil etilgan kichik birliklar (klassterlar) asosida boshqarishni nazarda tutadi. Ta'lim sohasida bu yondashuv o'qituvchi, sinf rahbari, psixolog, ota-ona va boshqa manfaatdor tomonlarning birgalikdagi faoliyatini muvofiqlashtirishga xizmat qiladi. Bu orqali sinf rahbarining vazifalari modullashtirilgan, integratsiyalashgan va moslashuvchan tizimga asoslanadi.

Masalan, bir sinfda "Sog'lom turmush tarzi klassteri", "Axborot madaniyati klassteri", "Shaxsiy rivojlanish klassteri" kabi kichik guruhlar tashkil qilinib, har bir guruhda mutaxassislar bilan hamkorlikda ishlash yo'lga qo'yiladi.

Tadqiqotning dolzarbligi:

Zamonaviy maktab ta'limi shaxsga yo'naltirilgan yondashuvni talab etadi. Sinf rahbarlari esa o'quvchilarning nafaqat akademik, balki psixologik, ijtimoiy va axloqiy rivojlanishlariga ham javobgardir. Ammo mavjud tizimda bu faoliyatning samaradorligi sust.

Sababi:

- individual yondashuv yetarli emas,
- ota-onalar bilan aloqa sust,
- innovatsion metodlar cheklangan,
- raqamli vositalardan foydalanish past.

Klasster yondashuvi ushbu muammolarning yechimini izlashda kompleks yondashuvni ta'minlaydi.

Tadqiqot maqsadi:

Klasster yondashuvi asosida umumta'lim maktablarida sinf rahbarlari faoliyatini takomillashtirish, tarbiyaviy ishlarni tizimlashtirish va innovatsion elementlar bilan boyitish orqali tarbiyaning sifat ko'rsatkichlarini oshirish.

Kutilayotgan natijalar:

- Sinf rahbarlari uchun metodik qo'llanmalar yaratiladi;

- Klasster yondashuvi asosida tarbiya modullari ishlab chiqiladi;
- Sinf rahbari va boshqa pedagoglar o'rtasidagi hamkorlik mustahkamlanadi;
- Tarbiyaviy ishlar raqamli texnologiyalar bilan boyitiladi (masalan, Google Classroom, Maktab CRM, Telegram botlar orqali monitoring);
- O'quvchilar shaxsiy rivojlanishiga individual yondashuv kuchayadi.

Xulosa va takliflar:

1. Sinf rahbarlari faoliyatini klasster yondashuvi asosida modellashtirish, ularni "tarbiyachi menejer" sifatida tayyorlash zarur.
2. Har bir sinf uchun "tarbiya klasster xaritasi" ishlab chiqilishi lozim.
3. Ota-onalar, psixologlar, metodistlar va sinf rahbarlari o'rtasida uzluksiz kommunikatsiya platformasi yaratish kerak.
4. Innovatsion metodikalarni o'rgatish uchun pedagoglar uchun treninglar (masalan, Moodle, Zoom, Google Meet orqali) tashkil etilishi maqsadga muvofiq.
5. Ilmiy asoslangan holda monitoring tizimi joriy etilib, klasster yondashuvi samaradorligi doimiy baholab borilishi zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Abdurahmonova, D. (2021). *Pedagogik innovatsiyalar va ularning ta'lim jarayonidagi o'rni*. Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Xalq ta'limi vazirligi.
2. Anderson, T., & Dron, J. (2014). *Teaching Crowds: Learning and Social Media*. Edmonton: AU Press.
3. Berners-Lee, T. (2009). *Weaving the Web: The Original Design and Ultimate Destiny of the World Wide Web*. Harper San Francisco.
4. Hasanboyeva, M., & Karimova, N. (2020). *Sinfdan tashqari tarbiyaviy ishlarni tashkil etish metodikasi*. Toshkent: Fan va texnologiya nashriyoti.
5. Jononov, A. (2023). *Innovatsion pedagogik texnologiyalar: nazariya va amaliyot*. Toshkent: Ilm Ziya.
6. Mishra, P., & Koehler, M. J. (2006). Technological Pedagogical Content Knowledge: A Framework for Teacher Knowledge. // *Teachers College Record*, 108(6), 1017–1054.
7. Murodova, S. (2019). Sinf rahbari faoliyatining zamonaviy shakl va metodlari. // *Ta'lim va taraqqiyot*, №2, 67–72.
8. OECD. (2018). *The Future of Education and Skills: Education 2030 Framework*. Paris: OECD Publishing.
9. UNESCO. (2012). *ICT in Education: A Curriculum for Schools and Programme of Teacher Development*. Paris: UNESCO Institute for Information Technologies in Education.
10. Xolmatova, G. (2022). Klasster yondashuvi asosida ta'lim tizimini boshqarish masalalari. // *Pedagogik ta'lim jurnali*, №4, 45–50.

Boboyorov Sherzod Shuxratovich
Buxoro davlat pedagogika instituti
Psixologiya kafedrası o'qituvchisi

BO'LAJAK SPORT MURABBIYLARIDA KOGNITIV QOBILIYATLARNI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya: bo'lajak sport murabbiylarining kognitiv qobiliyatlarini rivojlantirish — ularning diqqat, xotira, tafakkur va qaror qabul qilish kabi aqliy jarayonlarini mustahkamlashga qaratilgan pedagogik-psixologik jarayondir. Yuqori kognitiv qobiliyatlar murabbiylarga murakkab vaziyatlarni samarali tahlil qilish, mashg'ulotlarni rejalashtirish hamda o'yinchilar bilan samarali muloqot qilish imkonini beradi. Pedagogik metodlar sifatida faol o'qitish, reflektiv mashg'ulotlar va o'z-o'zini baholash qo'llaniladi. Shuningdek, psixologik qo'llab-quvvatlash, stressni boshqarish va motivatsiyani oshirish kognitiv jarayonlarni yaxshilashga yordam beradi. Natijada, kognitiv qobiliyatlarning rivojlanishi sport murabbiylarining professional salohiyatini oshirib, sport jamoalarining muvaffaqiyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: bo'lajak sport murabbiylari, kognitiv qobiliyatlar, diqqat, xotira, tafakkur, qaror qabul qilish, pedagogik metodlar, faol o'qitish, reflektiv mashg'ulotlar, o'z-o'zini baholash, psixologik qo'llab-quvvatlash, stressni boshqarish, motivatsiya, professional salohiyat, sport psixologiyasi, murabbiylik mahorati, aqliy jarayonlar, sport jamoasi samaradorligi.

Kirish. Kognitiv qobiliyatlar — bu insonning aqliy jarayonlari bo'lib, ularga diqqatni jamlash, xotirani saqlash va qayta ishlash, tafakkur qilish, muammolarni hal etish va qaror qabul qilish kiradi. Kognitiv jarayonlar insonning tashqi muhitdan ma'lumotlarni qabul qilishi, ularni anglab, mantiqiy va kreativ fikrlash asosida ishlatishiga yordam beradi. Sport murabbiyligi faoliyatida kognitiv qobiliyatlarning o'rni juda muhim, chunki murabbiy nafaqat sportchilarning jismoniy holatini kuzatishi, balki ularning o'yin strategiyasini ishlab chiqishi, shuningdek, murakkab va tezkor qarorlarni qabul qilishi zarur.

Murabbiyning diqqatini markazlashtirish qobiliyati sport jarayonida yuzaga keladigan turli holatlar va noaniqliklar bilan samarali kurashishga yordam beradi. Xotira esa o'tkazilgan mashg'ulotlar, o'yinlar, texnikalar va strategiyalarni eslab qolishga xizmat qiladi, bu esa takroriy mashg'ulotlarda va real vaqt rejimida qarorlar qabul qilishda muhimdir.

Tafakkur qobiliyati murabbiyga sportchilarning holatini tahlil qilish, ularning zaif va kuchli tomonlarini aniqlash, shuningdek, yangi taktikalar ishlab chiqish imkonini beradi. Muammolarni hal qilish va tezkor qarorlar qabul qilish esa murabbiyning real o'yin davomida yuzaga keladigan vaziyatlarga moslashishini ta'minlaydi.

Pedagogik-psixologik nuqtai nazardan kognitiv jarayonlarni rivojlantirish murabbiylarning kasbiy mahoratini oshirish va samarali ishlashining asosi hisoblanadi. Shuningdek, kognitiv qobiliyatlar murabbiy va sportchi o'rtasidagi samarali muloqot, o'zaro tushunishni ta'minlashda ham muhim rol o'ynaydi.

Sport murabbiylarining kasbiy faoliyatida muvaffaqiyatga erishish uchun yuqori darajadagi kognitiv qobiliyatlar zarur. Shu bois, bu qobiliyatlarni shakllantirish va rivojlantirishga qaratilgan pedagogik va psixologik metodlar muhim ahamiyatga ega.

Pedagogik yondashuvlar va trening metodlari: kognitiv qobiliyatlarni rivojlantirishda murabbiylarga mo'ljallangan maxsus treninglar, interaktiv mashg'ulotlar va seminarlar qo'llaniladi. Ushbu metodlar murabbiylarning diqqatini jamlash, xotira va tafakkurini mustahkamlashga qaratilgan mashqlarni o'z ichiga oladi. Masalan, murabbiylarga sport strategiyalarini tahlil qilish, vaziyatlarni baholash va qarorlar qabul qilish bo'yicha simulyatsiya o'yinlari tashkil etiladi. Bunday yondashuvlar nazariy bilimlarni amaliyot bilan uyg'unlashtirishga yordam beradi.

Psixologik mashg'ulotlar va intellektual o'yinlar: psixologik treninglarda murabbiylarning stressga chidamliligini oshirish, muammolarni hal qilish va kreativ fikrlash ko'nikmalarini

rivojlantirishga e'tibor qaratiladi. Shuningdek, intellektual o'yinlar — masalan, mantiqiy jumboqlar, strategik o'yinlar, va simulatsion mashqlar — murabbiylarning fikrlash tezligini va muammolarni yechish qobiliyatini oshiradi. Bu turdagi mashg'ulotlar murabbiylarni sharoitga tez moslashishga tayyorlaydi.

Kognitiv rivojlanishni qo'llab-quvvatlovchi o'quv dasturlari va usullar: bo'lajak murabbiylarning o'quv jarayonida kognitiv qobiliyatlarini rivojlantirish uchun maxsus metodik qo'llanmalar va dasturlar ishlab chiqiladi. Ushbu dasturlar qatoriga psixologik testlar, diagnostika usullari va o'z-o'zini baholash vositalari kiradi. Shuningdek, murabbiylarni o'z bilimlarini doimiy yangilab borishga undaydigan mustaqil o'rganish usullari va onlayn platformalar faol qo'llaniladi.

Pedagogik va psixologik yondashuvlarning uyg'unligi bo'lajak sport murabbiylarining kognitiv qobiliyatlarini samarali rivojlantirishga imkon yaratadi, bu esa ularning kasbiy faoliyatda muvaffaqiyatli ishlashini ta'minlaydi.

Bo'lajak sport murabbiylarining kognitiv qobiliyatlarini rivojlantirish jarayonida pedagogik va psixologik xususiyatlarni hisobga olish muhimdir. Ushbu xususiyatlar murabbiylarning kasbiy faoliyatidagi muvaffaqiyatga sezilarli ta'sir ko'rsatadi hamda samarali ta'lim-tarbiya jarayonining negizini tashkil etadi.

Murabbiylarning shaxsiy psixologik xususiyatlari va ularning kognitiv rivojlanishga ta'siri. Murabbiylarning shaxsiy xususiyatlari, xususan, intellektual darajasi, e'tibor qobiliyati, emotsional barqarorligi, motivatsiya darajasi va o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalari kognitiv qobiliyatlarning shakllanishida muhim omil hisoblanadi. Misol uchun, yuqori darajadagi emotsional barqarorlik murabbiylarga stressli vaziyatlarda ham diqqatini jamlash va mantiqiy qarorlar qabul qilish imkonini beradi (Ponomarev, 2018). Shuningdek, o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalari murabbiylarning o'quv jarayonida yuzaga keladigan psixologik to'siqlarni yengishda yordam beradi (Slastyonin va boshq., 2019).

Stressni boshqarish va motivatsiyani oshirishning kognitiv jarayonlarga ta'siri: sport murabbiyligi sohasida stress omillarini boshqarish katta ahamiyatga ega, chunki stress kognitiv jarayonlarni, jumladan, diqqatni jamlash, xotira va qaror qabul qilishni susaytirishi mumkin (Levitin, 2020). Shu bois pedagogik-psixologik treninglar orqali stressni boshqarish texnikalari o'rgatilishi zarur. Motivatsiya esa murabbiylarning kognitiv faoliyatini faol va uzluksiz qilishda asosiy rol o'ynaydi. Ichki motivatsiyaning kuchayishi murabbiylarda kreativlik va muammolarni samarali hal qilish qobiliyatlarini oshiradi (Deci va Ryan, 2008).

Amaliy mashg'ulotlarda kognitiv qobiliyatlarni rivojlantirish bo'yicha tavsiyalar

1. Individual yondashuvni ta'minlash: Har bir murabbiyning shaxsiy xususiyatlari va kognitiv salohiyatini hisobga olgan holda o'quv dasturlarini moslashtirish.

2. Simulyatsion treninglardan foydalanish: Real vaziyatlarga yaqinlashtirilgan mashg'ulotlar murabbiylarning tez va to'g'ri qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantiradi.

3. Stressni boshqarish metodlarini o'rgatish: Nafas olish mashqlari, relaksatsiya texnikalari va psixologik qo'llab-quvvatlash usullari kognitiv qobiliyatlarni saqlash va oshirishga yordam beradi.

4. Kognitiv mashqlar va intellektual o'yinlar: Tafakkur, diqqat va xotirani yaxshilashga qaratilgan faoliyatlar muntazam tarzda olib borilishi lozim.

5. O'z-o'zini baholash va refleksiya: Murabbiylar o'z faoliyatini doimiy tahlil qilib borishlari, kuchli va zaif tomonlarini aniqlashlari kerak.

Yuqoridagi pedagogik-psixologik yondashuvlar va tavsiyalar bo'lajak sport murabbiylarining kognitiv qobiliyatlarini samarali rivojlantirish hamda ularni kasbiy faoliyatga tayyorlashda katta ahamiyatga ega. Bu esa o'z navbatida murabbiylik sifatini oshirish, sportchilarning natijalarini yaxshilash va sport sohasidagi umumiy muvaffaqiyatni ta'minlash imkonini beradi.

Kognitiv qobiliyatlarning murabbiylik faoliyatidagi roli: kognitiv qobiliyatlar murabbiyning sportchilar bilan ishlash jarayonida qaror qabul qilish, muammolarni hal qilish, yangi ma'lumotlarni o'zlashtirish va strategiyalarni ishlab chiqish imkonini beradi (Ericsson va Smith, 1991). Bo'lajak murabbiylarda yuqori darajadagi kognitiv ko'nikmalar ular uchun murakkab sport

vazifalarini muvaffaqiyatli hal qilishga yordam beradi. Shu sababli, kognitiv qobiliyatlarni rivojlantirish bo'yicha pedagogik ishlar sport murabbiyligining ajralmas qismi hisoblanadi.

Kognitiv yuklama va samaradorlik: kognitiv yuklama (cognitive load) nazariyasiga ko'ra, murabbiyning aqliy resurslari chegaralangan bo'lib, ortiqcha yuklama ularning qaror qabul qilish va diqqatni jamlash qobiliyatini pasaytiradi (Sweller, 1988). Shuning uchun, pedagogik metodlar murabbiylarning ish faoliyatida ortiqcha kognitiv yuklamani kamaytirishga qaratilgan bo'lishi lozim. Bunda murabbiylarni bosqichma-bosqich o'qitish, murakkab vazifalarni kichik qismlarga ajratish, va qayta aloqa tizimini yaratish muhim hisoblanadi.

Reflektiv amaliyot va kognitiv rivojlanish: murabbiylarning o'z faoliyatiga doimiy refleksiya qilishlari (ya'ni, o'z ishlarini tahlil qilish va yaxshilash) kognitiv rivojlanishga ijobiy ta'sir ko'rsatadi (Schön, 1983). Reflektiv amaliyot murabbiylarga o'z tajribasidan o'rganish va yangi kognitiv strategiyalarni shakllantirish imkonini beradi.

Psixologik qo'llab-quvvatlashning ahamiyati: murabbiylarni psixologik qo'llab-quvvatlash, jumladan, stressni boshqarish, motivatsiyani ushlab turish va emotsional barqarorlikni ta'minlash bo'yicha treninglar ularning kognitiv qobiliyatlarini mustahkamlashga xizmat qiladi (Jones va boshq., 2002). Bunday yondashuv murabbiylarning ish faoliyatida yuqori natijalarga erishishida muhim omil hisoblanadi.

Innovatsion pedagogik texnologiyalar: so'nggi yillarda sport murabbiylarini tayyorlashda virtual haqiqat (VR), simulyatsion dasturlar va interaktiv o'quv platformalari keng qo'llanilmoqda (Fadde va Zaichkowsky, 2018). Bu texnologiyalar murabbiylarga haqiqiy sharoitlarda qaror qabul qilish va muammolarni yechish ko'nikmalarini rivojlantirish imkonini beradi.

Bo'lajak sport murabbiylarida kognitiv qobiliyatlarni rivojlantirish ularning professional faoliyatida yuqori samaradorlikka erishishda hal qiluvchi ahamiyatga ega. Kognitiv ko'nikmalar – bu murabbiyning vaziyatlarni tahlil qilish, muammolarni samarali hal etish, sportchilar uchun mos strategiyalar ishlab chiqish hamda tez va aniq qaror qabul qilish qobiliyatlari hisoblanadi. Ushbu ko'nikmalar murabbiyning o'z faoliyatini muvaffaqiyatli boshqarishi va sportchilarni samarali tayyorlashida muhim o'rin tutadi.

Pedagogik-psixologik yondashuvlar, jumladan bosqichma-bosqich ta'lim, reflektiv amaliyotlar, psixologik qo'llab-quvvatlash va innovatsion o'quv texnologiyalarini qo'llash kognitiv qobiliyatlarni samarali rivojlantirishga xizmat qiladi. Shuningdek, murabbiylarning kognitiv yuklamasi muvozanatda ushlab turilishi, ularning ish jarayonida ortiqcha stress va charchoqqa yo'l qo'ymaslik zarur. Bu esa, o'z navbatida, murabbiylarning uzoq muddatli barqaror faoliyat ko'rsatishiga imkon yaratadi.

Bundan tashqari, murabbiylarning o'z ishlarini doimiy tahlil qilib, refleksiya qilishlari – ularning kognitiv rivojlanishining asosiy mexanizmi bo'lib, yangi bilim va ko'nikmalarni amaliyotda qo'llashda samaradorlikni oshiradi. Psixologik yordam va motivatsiya murabbiylarning ruhiy holatini yaxshilashga yordam berib, professional o'sishni ta'minlaydi.

Xulosa qilib aytganda, sport murabbiylarini tayyorlashda kognitiv qobiliyatlarni pedagogik-psixologik yondashuvlar asosida rivojlantirish tizimli va integratsiyalashgan jarayon bo'lishi lozim. Bu jarayon murabbiylarning nafaqat kasbiy tayyorgarligini, balki shaxs sifatida rivojlanishini ham ta'minlab, sport sohasida yuqori natijalarga erishishga ko'maklashadi. Shu bois, zamonaviy sport ta'limi va murabbiylik dasturlarida kognitiv rivojlanishga alohida e'tibor qaratish, zamonaviy metod va texnologiyalarni joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Abdullayeva, N. X. Psixologiya asoslari. – Toshkent: O'qituvchi, 2020.
2. Xolmatov, Q. M. Pedagogika asoslari. – Toshkent: Fan, 2019.
3. Ortiqov, S. R. Sport mashg'ulotlarining psixologik asoslari. – Toshkent: Sharq, 2021.
4. Karimov, A. B. Yosh sportchilar bilan ishlashda psixologik yondashuvlar. – Toshkent: Istiqlol, 2018.
5. Umarov, Sh. M. Sport psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2020.

6. Rajabov, I. K. Sport pedagogikasi. – Toshkent: O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi, 2019.
7. Tadjiboyev, B. X. Kognitiv psixologiya asoslari. – Toshkent: Innovatsiya, 2021.
8. Abduqodirov, Z. R. Murabbiylik faoliyatida innovatsiyalar. – Toshkent: Ilm ziyo, 2022.
9. Jo‘rayev, K. T. Sportchilar motivatsiyasi va psixologik tayyorgarligi. – Toshkent: Yoshlar nashriyoti, 2020.
10. Yusupova, N. A. Ta’lim jarayonida kognitiv rivojlanish. – Toshkent: Fan, 2021.

Akbarova Maftuna Erkinjon qizi
Buxoro davlat universiteti tayanch doktoranti

TIBBIYOT XODIMLARIDA KASBIY SO‘NISH MUAMMOSI

Annotatsiya: Ushbu maqolada tibbiyot xodimlarida kasbiy so‘nish insonning jismoniy, psixologik va emotsional holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatadigan murakkab jarayon sifatida tasvirlanadi. Bu sindrom doimiy stress, ortiqcha mas’uliyat, bemorlar bilan muloqotdagi qiyinchiliklar hamda ish hajmining oshishi natijasida yuzaga keladi. O‘tkazilgan tadqiqotlar kasbiy so‘nishning uchta asosiy tarkibiy qismga ega ekanligini ko‘rsatadi: hissiy charchoq, depersonalizatsiya va professional faoliyat samaradorligining pasayishi. Tibbiyot xodimlaridagi bu holatning psixologik jihatlari shaxsning stressga bardoshliligi, emotsional intellekti va motivatsiyasi bilan chambarchas bog‘liq. Kasbiy so‘nishning oldini olish uchun psixologik muvozanatni saqlash, stressni boshqarish bo‘yicha samarali strategiyalarni qo‘llash hamda zarur hollarda psixologik yordam olish muhim hisoblanadi. Ushbu yo‘nalishdagi tadqiqotlar tibbiyot xodimlarining ruhiy salomatligini mustahkamlash va ularning kasbiy faoliyatini yanada samarali qilishga xizmat qiladi.

Kalit so‘zlar: hissiy charchoq, kasbiy stress, kasbiy kompetentlik, hissiy muvozanat, psixologik barqarorlik, psixologik muvozanat, stressga chidamlilik.

Аннотация: В данной статье профессиональное выгорание медицинских работников рассматривается как сложный процесс, негативно влияющий на физическое, психологическое и эмоциональное состояние человека. Этот синдром возникает в результате постоянного стресса, чрезмерной ответственности, трудностей в общении с пациентами и увеличения объема работы. Исследования показывают, что профессиональное выгорание включает в себя три основных компонента: эмоциональное истощение, деперсонализация и снижение профессиональной эффективности. Психологические аспекты этого состояния у медицинских работников тесно связаны с их устойчивостью к стрессу, эмоциональным интеллектом и уровнем мотивации. Для предотвращения профессионального выгорания важно сохранять психологическое равновесие, применять эффективные стратегии управления стрессом и при необходимости получать психологическую помощь. Исследования в этой области направлены на укрепление психического здоровья медицинских работников и повышение их профессиональной эффективности.

Ключевые слова: эмоциональное истощение, профессиональный стресс, профессиональная компетентность, эмоциональное равновесие, психологическая устойчивость, психологическое равновесие, стрессоустойчивость.

Abstract: This article describes professional burnout among healthcare workers as a complex process that negatively affects an individual’s physical, psychological, and emotional state. This syndrome arises due to constant stress, excessive responsibility, difficulties in communicating with patients, and increased workload. Research indicates that professional burnout consists of three main components: emotional exhaustion, depersonalization, and reduced professional effectiveness. The psychological aspects of this condition in medical professionals are closely linked to their stress resilience, emotional intelligence, and level of motivation. To prevent professional burnout, it is essential to maintain psychological balance, implement effective

stress management strategies, and seek psychological support when needed. Research in this field aims to strengthen the mental health of healthcare workers and enhance their professional performance.

Keywords: *emotional exhaustion, occupational stress, professional competence, emotional balance, psychological stability, psychological balance, stress resilience.*

Kirish. Shaxs salomatligi, ruhiy barqarorligi va uzoq umr ko'rish bugungi kunda dunyoning eng muhim qadriyatlari sifatida e'tirof etilmoqda. Ushbu qadriyatlarni ta'minlash nafaqat insonning o'ziga bog'liq, balki har tomonlama yetuk va intellektual salohiyatga ega vrachlarning kasbiy mahoratini oshirish bo'yicha psixologik mexanizmlarni ishlab chiqish va takomillashtirish bilan ham bevosita aloqador. "Sog'liqni saqlash tizimlari salomatlik va farovonlik uchun" hamda boshqa muhim xalqaro hujjatlarda vrachlar kasbiy salohiyatini rivojlantirishda tibbiyot va psixologiya fanlari yutuqlaridan foydalanish zarurligi alohida ta'kidlangan. Shuningdek, YUNESKO tomonidan XX asrning 90-yillarida ishlab chiqilgan dasturlarda shifokorlarning kasbiy kompetentligi aholi salomatligini ta'minlashda psixologik qo'llab-quvvatlash orqali mustahkamlanishi kerakligi maxsus ko'rsatma sifatida qayd etilgan.

So'nggi yillarda mamlakatimizda sog'liqni saqlash tizimini tubdan isloh qilish, kadrlar tayyorlash jarayonini yanada takomillashtirish hamda sohaga oid mutaxassislarning kasbiy tayyorgarlik darajasini oshirishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Bu yo'nalishda zarur huquqiy va me'yoriy asoslar shakllantirilib, amaliyotga joriy etilmoqda. Yangi O'zbekistonni barpo etish hamda Uchinchi Renessans tamoyillarini hayotga tatbiq etish yo'lida olib borilayotgan islohotlar va tizimli o'zgarishlar davlat siyosati darajasiga ko'tarildi. Jumladan, "...aholining salomatligiga bo'lgan munosabat masalalari yuzasidan murojaatlarni tezkor va sifatli ko'rib chiqishni ta'minlash", "psixologik salomatliksiz sog'lom jamiyatni tasavvur qilib bo'lmaydi" degan tamoyillar asosida vrachlarning yangi texnologiyalarni o'zlashtirishi va amaliyotga samarali tatbiq etishiga qaratilgan ilmiy tadqiqotlar olib borilishi uchun zarur sharoit va imkoniyatlar yaratilmoqda.

Asosiy qism. *Kasbiy so'nish* ish bilan bog'liq uzoq muddatli stress natijasida yuzaga keladigan jismoniy va hissiy charchoq holatidir. 1970-yillarda AQShdagi havo harakati dispetcherlarining uzoq ish soatlari va yuqori bosim natijasida charchoq holatini tasvirlash uchun birinchi marta ishlatilgan. Psixolog Herbert Freudenberger bu atamani 1970-yillarning boshlarida kiritgan. Keyinchalik, Christina Maslach va Susan E. Jackson tomonidan ishlab chiqilgan Maslach Burnout Inventory (MBI) testi orqali burnout sindromi uchta asosiy komponent bilan tavsiflangan.

-Hissiy charchoq (Emotional exhaustion): Ishdagi haddan tashqari talablar natijasida hissiy va jismoniy energiya kamayishi.

-Depersonalizatsiya (Depersonalization): Bemorlar yoki mijozlarga nisbatan befarqlik yoki salbiy munosabat shakllanishi.

-Shaxsiy yutuqlarning kamayishi (Reduced personal accomplishment): Ishdagi muvaffaqiyat va samaradorlik hissining pasayishi.

Bu komponentlar birgalikda insonning ishiga bo'lgan munosabatini va samaradorligini sezilarli darajada pasaytirishi mumkin.

Emotsional charchoq ko'plab usullarda namoyon bo'lishi mumkin. O'zgarishlar kognitiv, hissiy, munosabat va xulq-atvor darajalarida sodir bo'lib, ruhiy va jismoniy salomatlikka jiddiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Burnout mustaqil tashxis bo'lmasa-da, uning belgilari va simptomlarini erta bosqichda aniqlash muhimdir.

Kasbiy so'nishning umumiy belgilari:

-*Hissiy o'zgarishlar:* g'azab va asabiylashish; xavotir, qo'rquv va vahima; o'ziga ishonchsizlik va muvaffaqiyatsizlik hissi; haddan tashqari charchash, ojizlik, tuzoqqa tushib qolish va mag'lubiyat hissi; hissiy karaxtlik yoki hissiyotlarning to'xtashi; ishtiyoqning yo'qolishi va ma'nosizlik hissi; qadrsizlanish hissi; ishda zavqning yo'qolishi va yaxshi ish qilayotganlik hissining kamayishi.

-*Kognitiv o'zgarishlar*: diqqatni jamlashda qiyinchilik; ishlarni kechiktirish va qaror qabul qilishda qiyinchilik; boshqalarga nisbatan kinoyachilik va tanqidchilikning ortishi hamda ularning niyatlariga shubha bilan qarash; kichik xatolar yoki sezilgan haqoratlar ustida ko'p o'ylash; malaka haqida shubhalar va xatolar qilishdan qo'rqish.

-*Jismoniy o'zgarishlar*: uyqusizlik va surunkali charchoq; tez-tez bosh og'rig'i yoki mushaklar og'rig'i; immunitetning pasayishi, turli xil kasalliklarga tez-tez chalinish; ishtaha yoki uyqu tartibining o'zgarishi.

-*Ijtimoiy o'zgarishlar*: boshqalardan ajralish, yolg'izlik hissi; o'zini dunyoda yolg'iz his qilish.

-*Xulq-atvor o'zgarishlari*: hazil tuyg'usining yo'qolishi; asabiylashish va hamdardlikning kamayishi; oziq-ovqat, alkogol yoki giyohvand moddalar bilan o'z-o'zini davolash; shaxsiy ehtiyojlarni e'tiborsiz qoldirish; boshqalardan chekinish va ishdan uzoqlashish.

Bu belgilarning mavjudligini erta bosqichda aniqlash va tegishli choralarni ko'rish burnoutning oldini olish va davolashda muhim ahamiyatga ega. Uzoq muddatli tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, charchash (burnout) alohida alomatlar to'plami emas, balki rivojlanish jarayoni hisoblanadi. Charchashning bosqichma-bosqich rivojlanishi Selyening Umumiy Moslashuv Sindromida tavsiflangan stressga javob reaksiyasiga o'xshash bo'lib, uchta bosqichdan iborat: ogohlantirish, qarshilik va charchash. Shunday qilib, yuqori darajada hissiy jihatdan talabchan bo'lgan ish xodimning hissiy resurslarini kamaytirib, hissiy charchashga sabab bo'lishi mumkin. O'zini himoya qilish shakli sifatida xodim boshqalardan psixologik jihatdan uzoqlashishi, depersonalizatsiya yoki kinoya bilan shug'ullanishi mumkin. Natijada, bu professional samarasizlik va qoniqarsizlik hissiyotlariga olib kelishi mumkin, chunki xodim o'zining yordam berish roliga hissiy aloqalarni o'rnatishga qodir emasligini his qiladi – bu esa ishning asosiy jihatlaridan biri va qoniqishning muhim manbalaridan biridir. Ushbu salbiy o'zini baholash hissiy charchashni yanada kuchaytirib, vaqt o'tishi bilan charchash tajribasini mustahkamlashi mumkin.

Maslach Burnout Inventori (MBI) – eng keng qo'llaniladigan baholash usuli asosida sog'liqni saqlash sohasi xodimlari orasida o'tkazilgan tadqiqot beshta aniq charchash profilini aniqladi:

- Charchash (hissiy charchash, depersonalizatsiya/kiniya va samarasizlik darajasi yuqori).
- Faollik (uchala o'lchov bo'yicha past daraja).
- Ortib ketgan zo'riqish (faqat charchoq darajasi yuqori).
- Uzoqlashish (faqat depersonalizatsiya darajasi yuqori).
- Samarasizlik (faqat samarasizlik darajasi yuqori).

Shaxsga yo'naltirilgan bunday yondashuv charchash jarayonining shaxsdan shaxsga qanday farq qilishini va vaqt o'tishi bilan qanday shakllanishini tushunishga yordam beradi. Shu tariqa, aniqroq mo'ljallangan aralashuv choralari ishlab chiqilishi mumkin. Bu, shuningdek, nima uchun ba'zi odamlar yuqori darajadagi hissiy charchoqni boshdan kechirsa ham, o'z ishidan chuqur qoniqish olib, unga bog'langan holda qolishini tushuntiradi.

Shunday qilib, kasbiy so'nish bu insonning jismoniy, emotsional, kognitiv, ijtimoiy va xulq-atvori darajalarida namoyon bo'ladigan murakkab va bosqichma-bosqich rivojlanadigan jarayondir. U nafaqat shaxsiy salomatlikka, balki professional faoliyatga ham jiddiy salbiy ta'sir ko'rsatadi. Maslach Burnout Inventori asosida aniqlangan turli charchash profillari shuni ko'rsatadiki, har bir inson burnoutni individual tarzda boshdan kechiradi, bu esa unga qarshi kurashishda shaxsga yo'naltirilgan yondashuvni talab etadi. Burnoutning dastlabki belgilarini erta aniqlash va mos choralarni ko'rish, salbiy oqibatlarining oldini olishda va sog'liqni saqlash xodimlarining ruhiy barqarorligini saqlab qolishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Shanafelt, T. D., Boone, S., Tan, L., et al. (2012). Burnout and Satisfaction With Work-Life Balance Among US Physicians Relative to the General US Population. Archives of Internal Medicine, 172(18), 1377–1385.

2. Pines, A., & Aronson, E. (1988). Career burnout: Causes and cures. Free Press.
3. Montgomery, A., & Spânu, F. (2015). Burnout in healthcare: A systematic review and meta-analysis. Journal of Occupational Health Psychology, 20(1), 45–52.
4. Freudenberger, H. J. (1974). Staff Burn-Out. Journal of Social Issues, 30(1), 159–165.
5. Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Burnout: The Cost of Caring. Malor Books.
6. Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., & Maslach, C. (2009). Burnout: 35 years of research and practice. Career Development International, 14(3), 204–220.
7. World Health Organization. (2019). Burn-out an "occupational phenomenon": International Classification of Diseases (ICD-11). WHO.
8. Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The Job Demands-Resources Model: State of the art. Journal of Managerial Psychology, 22(3), 309–328.
9. Leiter, M. P., & Maslach, C. (2017). The Truth About Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What to Do About It. Jossey-Bass.
10. Tibbiyot xodimlari uchun psixologik yordam metodlari: o'quv qo'llanma [Mualliflar jamoasi]. – Toshkent: O'zbekiston tibbiyot nashriyoti, 2021.

Musayeva Muxlisa G'aybullayevna
Buxoro davlat universiteti
Psixologiya kafedrasida tayanch doktoranti

O'SMIRLARDA AFFILIYATSIYA MOTIVINING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'smirlik davrida affilyatsiya motivining shakllanishi va uning shaxsiy ma'naviy qiyofa rivojiga ta'siri o'rganiladi. Affilyatsiya motivi — bu o'smirning do'stlik, ijtimoiy aloqalar va guruhga mansublikka bo'lgan ehtiyoji bo'lib, u ma'naviy fazilatlar: halollik, javobgarlik, hamdardlik, o'zini anglash singari jihatlarning rivojiga xizmat qiladi. Tadqiqot davomida affilyatsiya motivining ijobiy va salbiy ta'sirlari, o'smirning ijtimoiy muhitda tutgan o'rni va ma'naviy shakllanish jarayoni tahlil qilinadi. Shuningdek, ota-ona, maktab va pedagogik muhitning bu motivni shakllantirishdagi roli ochib beriladi.

Kalit so'zlar: O'smirlik, affilitatsiya, ma'naviy qiyofa, ijtimoiy me'yor, dunyoqarash, shaxs tarbiyasi, guruhga mansublik.

Аннотация: В данной статье исследуется формирование аффилирующего мотива в подростковом возрасте и его влияние на развитие личностного духовного образа. Мотив аффилиации-это потребность подростка в дружбе, социальных связях и групповой принадлежности, которая служит развитию таких аспектов, как духовные качества: честность, ответственность, сочувствие, самосознание. В ходе исследования анализируются положительные и отрицательные эффекты аффилирующего мотива, роль подростка в социальной среде, процесс духовного становления. Также раскрывается роль родительской, школьной и педагогической среды в формировании этого мотива.

Ключевые слова: подростковый возраст, аффилированность, духовный имидж, социальная норма, мировоззрение, воспитание личности, групповая принадлежность.

Annotation: this article explores the formation of the attachment motif in adolescence and its impact on the development of a personal spiritual image. An affiliate motif is a teenager's need for friendship, social connections, and belonging to a group that serves the development of aspects such as spiritual qualities: honesty, responsibility, empathy, self-awareness. During the study, the positive and negative effects of the affilement motif, the role of the adolescent in the social environment and the process of spiritual formation are analyzed. Also, the role of the parent, school and pedagogical environment in the formation of this motive is revealed.

Keywords: adolescence, affiliation, spiritual image, social norm, worldview, personality education, group affiliation.

Kirish. O'smirlik – shaxs rivojlanishining muhim bosqichi bo'lib, unda insonning ma'naviy-axloqiy qadriyatlari, dunyoqarashi, ijtimoiy pozitsiyasi shakllanadi. Bu jarayonda o'smirning jamiyatdagi o'rnini, boshqalar bilan munosabati, do'stlik va ijtimoiy aloqalarga bo'lgan ehtiyoji muhim ahamiyat kasb etadi. Shu jihatdan affilyatsiya motivi o'smirning ichki dunyosini, ma'naviy qiyofasini belgilovchi asosiy psixologik omillardan biri sanaladi. O'smirlik bu shaxsning o'zligini anglash, ijtimoiy me'yorlarni o'zlashtirish va shaxsiy qadriyatlar tizimini shakllantirish davridir. Bu bosqichda o'smirlar do'stlikka intiladilar, o'ziga o'xshash odamlar guruhiga qo'shilishni istaydilar, ijtimoiy tan olinishi va qabul qilinishini xohlaydilar. Bu esa affilyatsiya motivining kuchayishiga olib keladi. Affilyatsiya motivi — bu boshqa odamlar bilan hissiy yaqinlikka, ijtimoiy aloqaga, o'zaro tushunishga va jamoada o'z o'rnini topishga bo'lgan ehtiyojdir. Shuningdek, affilyatsiya motivi o'smir shaxsining ijtimoiylashuvi, axloqiy ongini rivojlantirish va ma'naviy qiyofasini shakllantirishda hal qiluvchi omil bo'lib xizmat qiladi. Uni to'g'ri yo'naltirish orqali biz sog'lom, ijtimoiy faol, axloqan yetuk avlodni tarbiyalaymiz. Affilyatsiya motivi bu shaxsning boshqa odamlar bilan yaqinlik, do'stlik va ijtimoiy aloqalarda bo'lishga intilishidir. Bu motiv psixologik ehtiyoj sifatida qaraladi va insonning o'zini yolg'iz his qilmasligi, jamiyatda o'z o'rnini topishi uchun muhim ahamiyatga ega.

Bu mavzu, ya'ni o'smirlar ma'naviy qiyofasi va affilyatsiya motivi psixologiya, pedagogika va ijtimoiy fanlarda bir nechta mashhur olimlar tomonidan o'rganilgan. Jumladan, David Makkelland affilyatsiya motivi nazariyotchisi, motivatsiya psixologiyasi sohasining asoschilaridan biri hisoblanadi. U uch asosiy motivni ajratgan: yutuqqa intilish, affilyatsiya (ijtimoiy yaqinlik) va hukmronlikka intilish motivlari, Makkelland fikriga ko'ra, affilyatsiya motivi kuchli bo'lgan odamlar do'stona munosabatlarga, boshqalar bilan yaqinlik o'rnatishga intiladi. U ijtimoiy guruhda ijobiy munosabatlar shakllantirish shaxs rivojida katta rol o'ynashini isbotlagan[1]. Genri Myurrey shaxsiy ehtiyojlar tizimini ishlab chiqqan. "Need for affiliation", ya'ni affilyatsiyaga ehtiyojni inson psixikasining asosiy komponentlaridan biri sifatida ko'rsatgan. Unga ko'ra, affilyatsiya ehtiyoji orqali odamlar o'z ijtimoiy muvofiqligini topadi. Psixologlar G.Myurrey, D.MakKlelland fikricha, bu motiv ijtimoiylashtirish jarayonining ajralmas qismidir. Affilyatsiya motivining kuchliligi shaxsning quyidagi xatti-harakatlarida namoyon bo'ladi:

- yolg'izlikdan qochish;
- do'stlarga yaqinlashish;
- ijtimoiy guruhga qo'shilishga intilish;
- ijtimoiy maqom o'rnatishga harakat qilish[2].

Erik Erikson "Psixososial rivojlanish nazariyasi" asoschisi. U o'smirlik davrini "Identifikatsiyaga erishish va rol chalkashligi" bosqichi deb atagan. O'smir o'zini guruhlar orqali anglaydi, va agar bu jarayon muvaffaqiyatli o'tsa, u mustahkam shaxsiy va ma'naviy identitetga ega bo'ladi. Agar affilyatsiya noto'g'ri yo'nalgan bo'lsa, shaxsiy inqiroz yuzaga keladi. Lev Vigotskiy "Ijtimoiy-madaniy rivojlanish nazariyasi" asoschisi. Shaxs taraqqiyoti jamiyat va atrofdagilar bilan muloqot orqali shakllanishini aytgan. O'smirlar ijtimoiy guruhlar, oila, do'stlar bilan o'zaro ta'sirda o'z shaxsini, ijtimoiy rolining ma'nosini anglaydi. Bu jarayonda affilyatsiya motivi asosiy vosita hisoblanadi. Shuningdek, A.G. Kovalev, A.V.Petrovskiy shaxs va guruh psixologiyasi bo'yicha qator ishlarni amalga oshirgan. O'smirlarning ijtimoiylashuvi, guruh ichidagi o'rnini va rivojlanishiga oid ilmiy ishlari shular jumlasidandir. Ular o'smirlar guruh orqali ma'naviy-axloqiy me'yorlarni egallashini ta'kidlaydilar. O'zbek olimlaridan X.Yo'ldoshev, N.Mavlonova, M.Toshpo'latov pedagogika va psixologiya fanlarida o'smirlik, shaxs tarbiyasi, ma'naviyat va motivatsiya mavzularini o'rganganlar. N. Mavlonova o'quvchilarning ma'naviy kamolotida ijtimoiy muhitning, oila va maktabning ta'sirini chuqur o'rgangan. S. Rahimov, S. Sharipova o'smirlar bilan ishlash psixologiyasi, ular ongida axloqiy qadriyatlarni shakllantirish yo'llarini tahlil qilgan.

O'smirlikda affilyatsiya motivi quyidagicha ahamiyat kasb etadi:

1.Shaxsiy identifikatsiya (o'zlikni anglash) jarayonida. O'smirlar o'zlarini tengdoshlari bilan taqqoslaydi, ularga o'xshashga harakat qiladi. Bu orqali o'z "Men" obrazini yaratadi. Agar u ijobiy guruhga mansub bo'lsa, unda ma'naviy jihatdan sog'lom shaxs shakllanadi.

2. Ijtimoiy me'yor va qadriyatlarni o'zlashtirishda. Affilyatsiya motivi o'smirlarni boshqalarga ergashishga undaydi. Agar guruhda sog'lom ijtimoiy qadriyatlar bo'lsa, ularni o'zlashtirish oson kechadi.

3. Axloqiy ong va javobgarlik tuyg'usining shakllanishida. Guruhga bo'lgan mansublik hissi o'smirda o'zining harakati uchun javobgarlikni his qilishga olib keladi. Bu esa axloqiy qarorlar qabul qilishda muhim bo'ladi.

4. Yetakchilik va faol ijtimoiy pozitsiya egallashda. Affilyatsiya motivi yuqori bo'lgan o'smirlar ko'proq tashabbus ko'rsatadi, yetakchilikka intiladi, bu esa ularning ijtimoiy jihatdan faol va ma'naviy yetuk bo'lishiga xizmat qiladi. Affilyatsiya motivi o'smirlar ma'naviy qiyofasini shakllantirishda quyidagi yo'nalishlarda muhim rol o'ynaydi: 1. Ma'naviy qadriyatlarni egallash: O'smirlar o'z tengdoshlari yoki yetuk shaxslar bilan aloqa qilish orqali yaxshi va yomonni ajrata boshlaydilar. Guruhdagi ijobiy qadriyatlar ularga ma'naviy asos bo'ladi. 2. Ijtimoiy me'yorlarga moslashish: Affilyatsiya motivi kuchli bo'lgan o'smirlar ijtimoiy me'yorlarga amal qilishga intiladilar, bu esa ularning axloqiy rivojiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. 3. Ijobiy shaxsiy xususiyatlarning shakllanishi: Do'stlik, hamdardlik, sadoqat, mas'uliyat kabi sifatlar affilyatsiya ehtiyoji orqali rivojlanadi.

Yetakchilik va o'z-o'zini anglash: Guruh ichidagi ijtimoiy rol o'smirning o'ziga baho berishiga, ijtimoiy javobgarlikni his qilishiga olib keladi. O'smirlar uchun do'stlar va ijtimoiy guruhlar hayotning markazida turadi. Bu ehtiyojdan kelib chiqib, o'zini "guruh a'zosi" deb his qilishi juda muhim hisoblanadi[3]. O'smir o'zini jamiyatda kerakli, foydali deb his qilganda, u o'z ustida ishlay boshlaydi. Affilyatsiya orqali o'smir o'zini boshqalar bilan solishtiradi, o'zini baholaydi va ijtimoiy me'yorlarni o'zlashtiradi. Beg'araz yordam, hamdardlik, kechirimlilik, sabr-toqat, do'stlik, halollik kabi xususiyatlar o'smirlar guruh muhitida rivojlanadi.

Affilyatsiya motivining to'g'ri shakllanishi uchun, avvalo, ijobiy muhit yaratish lozim. O'smirlar o'z fikrini erkin bildiradigan, qo'llab-quvvatlovchi muhitda bo'lishi kerak. Shuningdek, samarali ijtimoiy faoliyatlarga jalb qilish kerak. Teatr, sport, ko'ngillilar harakati kabi jamoaviy faoliyatlar orqali affilyatsiya motivi ijobiy yo'naltiriladi. Yaxshi namunalarning mavjudligi ham o'smirlarni yaxshi xulq-atvorga undaydi. Affilyatsiya motivi orqali o'smirlar ma'naviy jihatdan qanday shakllanishiga quyidagi omillar katta ta'sir ko'rsatadi:

a) Oila muhiti. Ota-ona mehribonligi, oiladagi ijtimoiy-axloqiy qadriyatlar affilyatsiya motivini to'g'ri yo'naltiradi. Bolaning o'zini sevilgan, kerakli his qilishi affilyatsiya ehtiyojini qondiradi.

b) Maktab va sinf jamoasi. Sog'lom sinf muhitida bolalar bir-birini hurmat qiladi, guruhga qo'shilishga intiladi. Ijobiy tengdoshlar jamoasi o'smirlar ijobiy namuna bo'ladi.

c) Ijtimoiy tarmoqlar va virtual muhit. Bugungi kunda o'smirlar ko'p hollarda virtual guruhlar qo'shilishga intiladilar. Bu holat affilyatsiya motivining texnologik ko'rinishidir, ammo ma'naviy shakllanishga salbiy ta'sir ko'rsatishi ham mumkin. Affilyatsiya motivi noto'g'ri yo'nalishga ham sabab bo'lishi mumkin, masalan:

- Noto'g'ri guruhlar ta'siriga tushish: Jinoyatchilik, giyohvandlik, nomaqbul guruhlar.
- O'z fikridan voz kechish: Guruhga moslashish uchun o'z qadriyatlaridan voz kechish holatlari.

- Psixologik bosim: Guruhga kirmaslik yoki rad etilishdan qo'rqish kuchli stressga olib kelishi mumkin. Shuning uchun affilyatsiya motivini ijobiy yo'nalishda rivojlantirish muhim.

Xulosa o'rnida shuni aytishimiz mumkinki, o'smirlar bilan ishlaydigan pedagoglar va psixologlar affilyatsiya motivini kooperativ o'yinlar va guruh ishlari orqali ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirish, ko'ngillilik asosida loyihalarga jalb etish, yosh yetakchilarning rolini oshirish (bu o'smirlar o'z ijtimoiy qiymatini anglashga yordam beradi), "Men jamiyatga foydaliman" degan tushunchani shakllantirish orqali rivojlantira oladi. O'smir affilyatsiya motivi orqali psixologik xavfsizlikni his qiladi, yolg'iz emasligini biladi, kimdir unga ishonishiga ishonadi, muhim ekanini his qiladi. Bu esa o'z navbatida ijtimoiy mas'uliyat, ma'naviy barqarorlik va ijobiy o'z-o'zini baholashga olib keladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

- 1.Макелланд Д. «Мотивация личности». – М.: Наука, 2007.
- 2.Мюррей Г. «Теория потребностей человека». – М.: Прогресс, 1994.
- 3.Эриксон Э. «Детство и общество». – СПб.: Ленанд, 2002.
- 4.Sharipova S. «O'smirlar psixologiyasi». – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2019.
- 5.Nazarov Sh. «Psixologiyadan amaliy mashg'ulotlar». – Toshkent: O'qituvchi, 2016.

Ashrapov Nodirbek Namoz o'g'li

*Buxoro davlat universiteti
psixologiya kafedrası o'qituvchisi*

O'SPIRINLARDA KOGNITIV JIHLATLARNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Annotatsiya: Maqolada o'spirinlarda kognitiv jihatlarining shakllanishida muhim rol o'ynaydigan psixologik mexanizmlar tahlil qilinadi. Avvalo, e'tibor, xotira, metakognitsiya va ijro funksiyalari kabi asosiy kognitiv komponentlar ko'rib chiqiladi. Keyinchalik, ijtimoiy o'rganish, motivatsiya, emotsional regulatsiya va o'zini boshqarish ko'nikmalarining kognitiv strategiyalarni rivojlantirishdagi ahamiyati batafsil yoritiladi.

Kalit so'zlar: o'spirinlarda kognitiv rivojlanish, metakognitsiya, ijro funksiyalari, psixologik mexanizmlar, kognitiv strategiyalar, ijtimoiy o'rganish, o'zini boshqarish ko'nikmalari, pedagogik intervensiya.

Аннотация: В статье анализируются психологические механизмы, играющие важную роль в формировании когнитивных аспектов у подростков. Сначала рассматриваются основные когнитивные компоненты, такие как внимание, память, метакогниция и исполнительные функции. Далее подробно освещается значимость социального научения, мотивации, эмоциональной регуляции и навыков саморегуляции для развития когнитивных стратегий.

Ключевые слова: когнитивное развитие подростков, метакогниция, исполнительные функции, психологические механизмы, когнитивные стратегии, социальное научение, навыки саморегуляции, педагогическая интервенция.

Annotation: This article analyzes the psychological mechanisms that play a crucial role in the development of cognitive aspects in adolescents. First, it examines the primary cognitive components, such as attention, memory, metacognition, and executive functions. Next, it provides a detailed exploration of the significance of social learning, motivation, emotional regulation, and self-regulation skills in fostering cognitive strategies.

Keywords: adolescent cognitive development, metacognition, executive functions, psychological mechanisms, cognitive strategies, social learning, self-regulation skills, pedagogical intervention.

Kirish. O'spirinlik — inson umrining o'ziga xos o'rta bosqichi bo'lib, bu davrda kognitiv jarayonlar, ya'ni e'tibor, xotira, metakognitsiya va ijro funksiyalari sezilarli darajada rivojlanadi. Shu bois o'spirinlarning o'rganish salohiyati, muammolarni hal etish qobiliyati hamda ijodiy fikrlash darajasi mazkur psixologik komponentlarning qanday shakllanishiga bevosita bog'liq.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kognitiv jihatlar nafaqat neyrofiziologik o'zgarishlar, balki ijtimoiy o'rganish, motivatsiya, emotsional regulatsiya va o'zini boshqarish ko'nikmalari orqali ham mustahkamlanadi. Ijtimoiy muhitdagi o'rnak olish jarayonlari, ichki rag'bat va hissiy barqarorlik kognitiv strategiyalarni shakllantirishda muhim vositalarga aylanadi.

Ushbu maqolaning maqsadi o'spirinlarda kognitiv jihatlarining rivojlanishida ishtirok etuvchi asosiy psixologik mexanizmlarni yoritish, ularning o'zaro bog'liqligini aniqlash hamda

pedagogik intervensiya dasturlari orqali bu jarayonni qo'llab-quvvatlash imkoniyatlarini ko'rib chiqishdan iborat. O'spirinlik davri kognitiv funktsiyalar — e'tibor yo'naltirish, ma'lumotni eslab qolish, fikr jarayonlarini boshqarish kabi psixik jarayonlarning jadal o'sishi bilan xarakterlanadi. Bu bosqichda miya plastisligi yuqori darajada bo'lib, yangi bilim va ko'nikmalar yutug'i o'spirinlarning akademik muvaffaqiyati hamda ijtimoiy moslashuvida hal qiluvchi omil hisoblanadi. Shu sababli kognitiv komponentlarning mustahkamlanishi, ularni boshqarish va nazorat qilish qobiliyatlarini rivojlantirish ayniqsa muhimdir.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kognitiv xususiyatlarning shakllanishi nafaqat neyrobiologik omillar, balki ijtimoiy muhitdagi o'maklar, ichki motivatsiya va emotsional boshqaruv mexanizmlari orqali ham ta'sirlanadi. Masalan, bolalar va tengdoshlardan o'rganish jarayonlari, o'z-o'zini tartibga solish strategiyalari va hissiy regulatsiya usullari kognitiv resurslarni samarali yo'naltirishda muhim o'rin tutadi.

Ushbu maqolada o'spirinlarga xos e'tibor, xotira, metakognitsiya va ijro funktsiyalarini rivojlantirishda ishtirok etuvchi psixologik mexanizmlarni tahlil qilamiz hamda amaliy faoliyatda qo'llanishi mumkin bo'lgan pedagogik yondashuv va trening dasturlarini ko'rib chiqamiz. Bu orqali ta'lim sohasida kognitiv salohiyatni yanada oshirishga yo'naltirilgan strategiyalarni aniqlash maqsad qilinadi.

Adabiyotlar tahlili. Kognitiv komponentlarning shakllanishi bo'yicha asosiy tadqiqotlar Baddeley va Hitch (1974) tomonidan ishlab chiqilgan ishchi xotira modeli bilan boshlanadi. Ularning tadqiqotlari ishchi xotiraning "markaziy boshqaruv" va "vizual-maksimal" kabi alohida segmentlardan iboratligini ko'rsatdi, bu esa o'spirinlarning ma'lumotlarni vaqtincha saqlash va qayta ishlash qobiliyatini tushunishda muhim bosqich bo'ldi.

E'tibor mexanizmlarini o'rganishda Posner va Petersen (1990) e'tibor tarmoqlari — ogohlik, oriyentatsiya va ijro funktsiyalarini ajratib ko'rsatdi. Ular o'spirinlar e'tiborini maqsadli boshqarish va vahiyarlarni filtrlay bilish jarayonlarining rivojlanishini aniqlash uchun neyropsixologik testlardan foydalangan.

Metakognitsiya kontseptsiyasini Flavell (1979) ilgari surgan bo'lsa, Schraw va Dennison (1994) "Metakognitiv onglik inventori"ni ishlab chiqish orqali o'spirinlarning o'z fikrlash jarayonlariga bo'lgan xabardorligini o'lchash imkonini berdi. Bu tadqiqotlar pedagogik intervensiyalarda o'qitish strategiyalarini yaratishda asos bo'ldi.

Ijro (eksekutiv) funktsiyalar bo'yicha Miyake va hamkorlari (2000) ijro nazorati, moslashuv va ishchi xotira o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni tahlil qilib, ularning rivojlanishi molekulyar nevrologik mexanizmlar bilan chambarchas bog'liqligini namoyish etdi.

Psixologik mexanizmlarga e'tibor qaratadigan tadqiqotlar Bandura (1977) ning ijtimoiy o'rganish nazariyasiga tayanadi: o'spirinlar tengdoshlardan o'rnak olish orqali kognitiv strategiyalarni tezlashtiradi. Motivatsiya masalasida Deci va Ryan (2000) o'z-o'zini aniqlash nazariyasi yordamida ichki rag'bat va tashqi motivatsiya o'rtasidagi farqlarni ko'rsatdi.

Emotsional regulatsiya bo'yicha Gross (1998) tadqiqotlari hissiy boshqaruvning kognitiv jarayonlarga — xotira, e'tibor va qaror qabul qilish — qanday ta'sir qilishini ochib berdi. O'zini boshqarish ko'nikmalari esa Zimmerman (2000) ning o'qitish jarayonida nazorat va o'z-o'zini baholash strategiyalarini yaratishdagi rolini yoritdi.

Ushbu adabiyotlar o'spirinlarda kognitiv jihatlarining shakllanishida neyrobiologik omillar bilan bir qatorda ijtimoiy-psixologik yondashuvlarning ham katta ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi. Pedagogik intervensiyalarni ishlab chiqishda ushbu tadqiqotlar integrativ yondashuvni — neyrofiziologik, metakognitiv va ijtimoiy mexanizmlarni birlashtirishni — ta'kidlaydi.

Muhokama. Adabiyotlar tahlili natijalari shuni ko'rsatadiki, o'spirinlarda kognitiv jihatlarining shakllanishi murakkab va bir-biri bilan o'zaro bog'liq mexanizmlar majmuasiga tayanadi. Baddeley va Hitch (1974) ning ishchi xotira modeli hamda Posner va Petersen (1990) ning e'tibor tarmoqlari kontseptsiyalari neyrofiziologik asoslarni aniqlashda mustahkam poydevor yaratadi; flanked metakognitiv onglik (Schraw & Dennison, 1994) va Miyake va boshq. (2000) ijro funktsiyalari tadqiqotlari esa kognitiv nazorat va moslashuv jarayonlarini chuqurlashtiradi. Shu bilan birga Bandura (1977) ning ijtimoiy o'rganish nazariyasi va Deci & Ryan (2000) ning o'z-

o'zini aniqlash nazariyasi motivatsion komponentlarning o'quv jarayonlarida qanchalik hal qiluvchi ekanligini ko'rsatadi. Gross (1998) emotsional regulyatsiya bo'yicha olib borgan izlanishlari esa hissiy boshqaruv qobiliyatlari kognitiv resurslarni samarali yo'naltirishga xizmat qilishini isbotladi.

Tadqiqotlar shuni anglatadiki, alohida kognitiv elementlarni o'rganishga qaratilgan eksperimental tarzda yondashuvlar samarali bo'lishiga qaramay, ko'p hollarda ular uzoq muddatli, integrativ intervensiya protokollarini sinovdan o'tkazish zaruratini qoldiradi. Masalan, metakognitsiya va ijro funksiyalarini mustahkamlash bo'yicha alohida treninglar tashkil etilgan, ammo ijtimoiy o'rganish va motivatsion rag'batlarni birlashtirgan kompleks dasturlar samaradorligi to'liq baholanmagan. Shuningdek, ko'pgina tadqiqotlar asosan G'arb mamlakatlari kontekstida o'tkazilgani bois, o'zbek va Markaziy Osiyo sharoitida kognitiv intervensiya modellari madaniy jihatdan moslashganini aniqlashga ehtiyoj bor.

Amaliy jihatdan, pedagog-psixologlar ushbu bilimlarga tayangan holda dars va trening dasturlarini loyihalashlari lozim. Bunda metakognitiv mashg'ulotlarni ijro funksiyalari bo'yicha mashqlar bilan birlashtirish, ijtimoiy o'rganish usullarini (mentorlik, jamoaviy loyiha ishlari) kiritish va motivatsion qo'llab-quvvatlash (maqsad-belgilash, o'z-o'zini baholash) strategiyalarini uyg'unlashtirish muhim. Kelgusida esa kognitiv jihatlarni shakllantirish bo'yicha multimodal intervensiya (masalan, virtual-reallik vahiy mashqlari, mobil ilova orqali real-vaqt nazorat) va uzoq muddatli nazoratli eksperimentlar o'tkazish tavsiya etiladi. Bu yondashuvlar o'spirinlarning aniq intellektual vazifalarni hal qilish va ijodiy potensialini rivojlantirishda yanada yuqori natijalarga erishish imkonini beradi.

Xulosa. O'spirinlarda kognitiv jihatlarning shakllanishi neyrobiologik (e'tibor, ishchi xotira, ijro funksiyalari) va psixologik (metakognitsiya, ijtimoiy o'rganish, motivatsiya, emotsional regulyatsiya, o'zini boshqarish) mexanizmlarning o'zaro ta'siri orqali amalga oshadi. Adabiyotlar shuni ko'rsatadiki, har bir komponentni mustahkamlashga yo'naltirilgan alohida treninglar samarali, ammo ular integrativ yondashuv va uzoq muddatli monitoring bilan to'ldirilmasa, natijalar darhol turg'unlashib qoladi. Shu sababli pedagog-psixologlar va tadqiqotchilar kognitiv strategiyalarni rivojlantirish uchun neyrofiziologik, metakognitiv hamda ijtimoiy-psixologik mexanizmlarni birlashtirgan kompleks intervensiya protokollarini ishlab chiqishi muhim.

Tavsiyalar:

1. Integrativ trening dasturlarini joriy etish. Metakognitiv mashg'ulotlarni ijro funksiyalari va ijtimoiy o'rganish elementlari (mentorlik, guruh loyiha ishlari) bilan uyg'unlashtirilgan holda tashkil etish.
2. Motivatsion qo'llab-quvvatlash strategiyalarini kuchaytirish. Maqsad-belgilash, o'z-o'zini baholash va ijobiy mustahkamlash metodlarini o'quv jarayoniga kiritish.
3. Digital va multimodal intervensiyalarni sinovdan o'tkazish. Virtual-realiteta mashqlari, mobil ilovalar orqali real-vaqt monitoring va rag'batlantirish elementlarini qo'shish.
4. Madaniy-lingvistik moslashuv. Yaratilayotgan trening va diagnostika vositalarini o'zbek va Markaziy Osiyo sharoitiga moslab qayta kalibratsiya qilish.
5. Uzoq muddatli nazoratli tadqiqotlar. Intervensiya samaradorligini baholash uchun eksperimental va kuzatuvli dizaynga ega, bir nechta bosqichli va multimodal tadqiqotlar o'tkazish.
6. Kasbiy malaka oshirish. Pedagog va psixologlar uchun kognitiv strategiyalarni rivojlantirish bo'yicha seminar-treninglar, amaliy qo'llanmalar tayyorlash va tarqatish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Baddeley, A. D. & Hitch, G. J. (1974). Working memory. In G. A. Bower (Ed.), *The psychology of learning and motivation: Advances in research and theory* (Vol. 8, pp. 47–89). Academic Press.
2. Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice-Hall.
3. Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.

4. Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. *American Psychologist*, 34(10), 906–911.
5. Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299.
6. Miyake, A., Friedman, N. P., Emerson, M. J., Witzki, A. H., Howerter, A. & Wager, T. D. (2000). The unity and diversity of executive functions and their contributions to complex “frontal lobe” tasks: A latent variable analysis. *Cognitive Psychology*, 41, 49–100.
7. Posner, M. I. & Petersen, S. E. (1990). The attention system of the human brain. *Annual Review of Neuroscience*, 13, 25–42.
8. Schraw, G. & Dennison, R. S. (1994). Assessing metacognitive awareness. *Contemporary Educational Psychology*, 19, 460–475.
9. Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13–39). Academic Press.

Xayrullayeva Marjona Hayot qizi

Buxoro davlat universiteti

Psixologiya mutaxassisligi I-bosqich magistranti

O'SMIRLARDA ISLOHOTLARGA DAHLDORLIK FENOMENINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada, o'smirlarda islohotlarga daxldorlik fenomenining ijtimoiy jihatlari o'rganilgan. Bundan tashqari maqolada, islohotlarga daxldorlik fenomeni o'smirlarning ichki rivojlanish jarayonlarida o'zini anglash, mustaqillikka erishish va jamiyatda o'z o'rnini topishida ko'satadigan ta'sirlari tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: O'smirlar, islohotlar, jamiyat, ijtimoiy hayot, dahldorlik fenomeni, individuallik.

Аннотация: В данной статье рассматриваются социальные аспекты феномена причастности к реформам у подростков. Кроме того, в статье анализируется влияние феномена причастности к реформам на самосознание подростков в процессах внутреннего развития, достижения независимости и обретения своего места в обществе.

Ключевые слова: Подростки, реформы, общество, социальная жизнь, феномен сопричастности, индивидуальность.

Abstract: In this article, the social aspects of the phenomenon of involvement in reforms in adolescents are studied. In addition, the article analyzes the influence of the phenomenon of involvement in reforms on the processes of inner development of adolescents in self-awareness, achieving independence, and finding their place in society.

Keywords: Adolescents, reforms, society, social life, the phenomenon of involvement, individuality.

Kirish. O'smirlar va yoshlar jamiyatning eng dinamik va o'zgaruvchan qatlamini tashkil etadi. Ularning ruhiy va psixologik holati, shaxsiyati va kelajakdagi hayotga bo'lgan qarashlari, jamiyatda yuz berayotgan ijtimoiy va iqtisodiy islohotlar jarayonlariga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Aynan shu davrda o'smirlar o'z hayotini shakllantirish, dunyoqarashi va maqsadlarini belgilash, shuningdek, ijtimoiy muhitga moslashish jarayonlarini boshlaydi. Bu jarayonlarning muvaffaqiyatli kechishi va ijtimoiy islohotlarga nisbatan faol va samarali munosabat shakllanishi, o'smirlarning psixologik holatiga, shaxsiyatiga va ichki motivatsiyasiga bog'liq.

O'smirlarda islohotlarga daxldorlik fenomeni — bu o'smirlarning o'zlarini ijtimoiy va siyosiy jarayonlarda ishtirokchi, faol subyekt sifatida his etish va jamiyatdagi o'zgarishlarga ta'sir o'tkazish istagini anglatadi. Ularning bu jarayonlarga bo'lgan munosabati va faolligi, ularning

psixologik rivojlanish bosqichiga, o'zini anglash darajasiga va ijtimoiy muhitga qanday moslashishlariga bog'liq. Shu bilan birga, o'smirlarning islohotlarga daxldorlik hissi, o'z-o'zini anglash, dunyoqarash va jamiyatga bo'lgan javobgarlik hissi bilan bog'liq bo'lib, psixologik asoslarni tashkil etadi.

Islohotlarga daxldorlik fenomeni o'smirlarning ichki rivojlanish jarayonlarida o'zini anglash, mustaqillikka erishish va jamiyatda o'z o'rnini topishga qaratilgan harakatlari natijasida shakllanadi. Shu bilan birga, ularning psixologik holati, o'ziga bo'lgan ishonchi, ijtimoiy tajribasi va ota-onalar, o'qituvchilar kabi ijtimoiy muhitdan olgan ta'siri bu jarayonlarni yanada chuqurlashtiradi.

O'smirlarning islohotlarga daxldorlik hissi, ularning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishini, shuningdek, jahonqarashlarini kengaytirishga imkon beradi. Bu fenomenning shakllanishida ijtimoiy, psixologik va madaniy omillar muhim rol o'ynaydi. O'smirlar ijtimoiy jarayonlarga qiziqish ko'rsatib, jamiyatdagi yangiliklarni o'zlariga yaqinlashtiradilar va shu orqali o'zlarining shaxsiyatini yanada mustahkamlashga intilishadi. Bunday jarayonlar o'smirlarning kelajakdagi ijtimoiy hayotini shakllantirishda muhim o'rin tutadi.

Bundan tashqari, o'smirlar uchun islohotlarga daxldorlik fenomeni nafaqat jismoniy va ijtimoiy o'zgarishlarga nisbatan faol munosabatni anglatadi, balki ular o'z hayotlari va kelajakdagi muvaffaqiyatlari uchun mas'uliyatni his etishadi. Shu nuqtai nazardan, bu fenomenning shakllanishi o'smirlarning psixologik va shaxsiy rivojlanishi bilan chambarchas bog'liq bo'lib, kelajakda jamiyatning faol va ijtimoiy mas'uliyatli fuqarolarini tarbiyalashda muhim ahamiyatga ega.

Shu sababli, o'smirlarda islohotlarga daxldorlik hissining shakllanishi, ularning psixologik rivojlanishi va ijtimoiy muhitga moslashish qobiliyatlari, jamiyatda amalga oshirilayotgan islohotlarga qanday munosabatda bo'lishlarini belgilaydi va bu jarayonlarning muvaffaqiyatli bo'lishi uchun asos yaratadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. O'smirlarda islohotlarga daxldorlik fenomenining shakllanishi, ularning psixologik rivojlanish jarayonlari, ijtimoiy tizimdagi o'rinlari va dunyoqarashlaridagi o'zgarishlarni tahlil qilish, bu jarayonning psixologik asoslarini yaxshiroq tushunishga yordam beradi. Ushbu fenomenning psixologik asoslarini o'rganishda turli ilmiy manbalar, psixologik va sotsiologik tadqiqotlar ahamiyatga ega. Adabiyotlar tahlili orqali islohotlarga daxldorlikning shakllanishi bilan bog'liq bir qancha muhim omillarni aniqlash mumkin.

O'smirlarning shaxsiy rivojlanish jarayonlari: O'smirlik davri - bu shaxsiyatning shakllanishi, o'zini anglash, ijtimoiy ro'llarni qabul qilish va mustaqillikka intilish davri. Bu jarayonlarning muvaffaqiyatli kechishi, o'smirning ijtimoiy va psixologik rivojlanishining ahamiyatini oshiradi. Erik Eriksonning shaxsiyatning rivojlanish nazariyasida, o'smirlik davri shaxsiy kimlikni shakllantirish, ijtimoiy rolni tanlash va o'z-o'zini anglash bilan bog'liq bo'lib, bu jarayonda o'smirlar o'zlarining jamiyatdagi o'rnini aniqlashga harakat qiladilar. Shaxsiyatni shakllantirishda o'smirlar mustaqillikka erishishga, o'z fikrini ifodalashga va jamiyatdagi islohotlar haqida o'z nuqtai nazarini bildirishga intiladilar. Shunday qilib, o'smirlar o'zlariga bo'lgan ishonchni oshiradi va islohotlarga daxldorlik hissi shakllanadi.

Ijtimoiy va siyosiy o'zgarishlar ta'siri: Albert Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasiga ko'ra, ijtimoiy o'zgarishlar va siyosiy jarayonlar o'smirlarning fikrlarini, qadriyatlarini va xatti-harakatlarini shakllantirishda katta rol o'ynaydi. Ijtimoiy o'zgarishlarga oid yangiliklar va islohotlar o'smirlarni faol jamiyat a'zolariga aylantiradi. Lev Vigotskiyning ijtimoiy o'rganish nazariyasida ham o'smirlarning ijtimoiy muhit va madaniy ta'sirlar bilan o'zaro aloqasi va o'rganish jarayonlari ta'kidlangan. O'smirlarning islohotlarga daxldorlik hissi, ularning ijtimoiy tizimdagi o'zgarishlarga nisbatan qanday qarashlari va bu o'zgarishlarga qanday munosabatda bo'lishlarini belgilaydi.

O'smirlarning o'zini anglash va identifikatsiya jarayoni: O'smirlik davrida o'zini anglash jarayoni muhim rol o'ynaydi. Jemys Marsiyaning identifikatsiya nazariyasiga ko'ra, o'smirlar o'z kimligini aniqlash va shaxsiyatini shakllantirishda turli xil qarorlar qabul qiladilar. Bu jarayonda

o'smirlar jamiyatda o'z o'rnini topish va uning o'zgarishlariga daxldorlikni his qilish uchun yangi g'oyalar, qadriyatlar va dunyoqarashlarni qabul qiladilar. Islohotlarga daxldorlik fenomeni shu bilan bog'liq bo'lib, o'smirlarning ichki motivatsiyasi va o'zini anglash darajasi bu jarayonni shakllantiradi.

Motivatsiya va ishtirokchilik: O'smirlarning islohotlarga daxldorlik hissi ko'pincha ularning motivatsiyasi va faoliyatga bo'lgan ishtiyoqi bilan bog'liq. Dechi va Ryanning o'z-o'zini motivatsiya nazariyasiga ko'ra, intrinsik motivatsiya, ya'ni ichki motivatsiya, o'smirlarning faoliyatda ishtirok etishiga va jamiyatdagi o'zgarishlarga daxldorlik his qilishiga ta'sir qiladi. O'smirlar o'zlarini jamiyatdagi islohotlar jarayonining bir qismi sifatida his qilishganda, ular o'zgarishlarga ta'sir o'tkazish istagini kuchaytiradilar. Ushbu fenomenini shakllantirishda o'smirlarning ijtimoiy faolligi va o'zgarishlarga bo'lgan qiziqishi katta ahamiyatga ega.

Ota-onalar va o'qituvchilarning ta'siri: O'smirlarning islohotlarga daxldorlik hissi shakllanishida ota-onalar, o'qituvchilar va boshqa kattalar muhim ta'sir ko'rsatadi. Buolbinning bog'lanish nazariyasiga ko'ra, o'smirlar o'zlarining ijtimoiy va psixologik ehtiyojlarini qondirishda ota-onalar va kattalarning ko'rsatgan yordami va ilgari surgan qadriyatlari orqali o'zlarini anglashni rivojlantiradilar. O'smirlarning islohotlarga daxldorlik hissi, shuningdek, ularning katta yoshdagi shaxslar bilan o'zaro aloqalari orqali kuchayadi.

Adabiyotlar tahlili o'smirlarning islohotlarga daxldorlik fenomenining shakllanishini psixologik jihatdan chuqurroq tushunishga imkon beradi. O'smirlarning shaxsiy rivojlanish jarayoni, ijtimoiy va siyosiy o'zgarishlarga munosabatlari, o'zini anglash va motivatsiya kabi omillar bu fenomenning shakllanishiga bevosita ta'sir qiladi. O'smirlarning islohotlarga daxldorlik hissi, ularning ijtimoiy faolligini oshiradi, shaxsiyatini mustahkamlaydi va jamiyatdagi o'zgarishlarga aktiv tarzda ishtirok etishlariga imkon yaratadi. Bu jarayonda ijtimoiy va psixologik omillarni hisobga olish, o'smirlar uchun ta'lim va tarbiya jarayonini yanada samarali qilishga yordam beradi.

Muhokama. O'smirlarda islohotlarga daxldorlik fenomeni, ularning ijtimoiy faoliyatga nisbatan qiziqishi va jamiyatdagi o'zgarishlarga bo'lgan munosabati, psixologik rivojlanish jarayonida muhim o'rin tutadi. Ushbu fenomenning shakllanishi faqatgina ijtimoiy tizimdagi o'zgarishlar bilan bog'liq emas, balki o'smirlarning shaxsiyatini shakllantirish, mustaqillikka erishish, o'zini anglash va dunyoqarashlarini kengaytirish kabi psixologik jarayonlar bilan ham chambarchas bog'liqdir.

Shaxsiyatning rivojlanishi va o'zini anglash: O'smirlik davri shaxsiyatning shakllanishi uchun muhim bosqichdir. Erik Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasiga ko'ra, o'smirlik davri shaxsiyatni mustahkamlash, o'zini anglash va kimlikni aniqlash davri hisoblanadi. Bu davrda o'smirlar o'z kimliklarini topishga intilishadi va ularning dunyoqarashi shakllanadi. Bu jarayon o'z-o'zini anglash va ishtirok etishga rag'batlantiruvchi omil sifatida islohotlarga daxldorlik hissining shakllanishiga olib keladi. O'smirlar o'zlarini jamiyatning faol a'zolari sifatida ko'rishni boshlaydilar va jamiyatdagi o'zgarishlarga ta'sir o'tkazish, o'z fikrini bildirishga intilishadi.

Motivatsiya va jamiyatga ta'sir qilish: O'smirlarning islohotlarga daxldorlik hissi ularning ichki motivatsiyasi bilan bog'liqdir. Dechi va Ryanning o'z-o'zini motivatsiya nazariyasiga ko'ra, o'smirlarning o'zgarishlarga daxldorlik hissi ularning ichki motivatsiyasi bilan, ya'ni o'z-o'zini boshqarish va o'zgarishlarga bevosita ta'sir o'tkazish istagi bilan chambarchas bog'liqdir. O'smirlar o'zlarining jamiyatda qanday ro'l o'ynashlari, o'zgarishlarga qanday ta'sir o'tkazishlari mumkinligini o'ylab, islohotlarga daxldorlik hissini kuchaytiradilar. Bu o'z navbatida, ularning faolligini va ishtirokchiligini oshiradi.

Shuningdek, o'smirlarning ijtimoiy tizimdagi islohotlarga qanday munosabatda bo'lishi, ularning rivojlanishiga qarab farqlanadi. Vygotskiyning ijtimoiy o'rganish nazariyasida ta'kidlanganidek, o'smirlarning ijtimoiy muhit va madaniy ta'sirlar bilan o'zaro aloqasi ularning fikrlarini shakllantiradi va ijtimoiy tizimdagi islohotlarga bo'lgan munosabatini belgilaydi. Jamiyatdagi o'zgarishlarga ijobiy munosabatda bo'lgan o'smirlar, o'zgarishlar jarayonida faol ishtirok etishga tayyor bo'ladilar.

Ijtimoiy va siyosiy o'zgarishlarning psixologik ta'siri: Ijtimoiy va siyosiy o'zgarishlar o'smirlarning psixologik rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasida aytilganidek, o'smirlar ijtimoiy o'zgarishlarni kuzatib, o'z nuqtai nazarlarini shakllantiradilar va bu o'zgarishlarga qiziqish ko'rsatadilar. O'smirlar o'zlarini ijtimoiy jarayonlar bilan bog'lash va jamiyatdagi islohotlarga daxldorlik hissi shakllantirishga harakat qiladilar. Bu jarayonlarda ijtimoiy media, ommaviy axborot vositalari va do'stlar bilan muloqot qilish ham katta rol o'ynaydi. O'smirlar ijtimoiy o'zgarishlarga qiziqish bilan yondoshib, o'zlarini bu jarayonning bir qismi sifatida ko'rishadi.

Ota-onalar va o'qituvchilarning ta'siri: O'smirlarning islohotlarga daxldorlik hissining shakllanishida ota-onalar va o'qituvchilar kabi ijtimoiy muhitning ta'siri ham muhim ahamiyatga ega. O'smirlar, odatda, kattalarning fikriga ta'sirlanadilar va bu fikrlar ularning ijtimoiy faolligi va islohotlarga daxldorlik hissiga qanday ta'sir qilishini belgilaydi. Bowlbyning bog'lanish nazariyasiga ko'ra, o'smirlar o'z ota-onalari va boshqa kattalar bilan o'zaro ishonchli munosabatlar o'rnatish orqali o'zlarini yanada mustahkamroq va ishtirokchan his qiladilar. Ota-onalar o'z farzandlarining ijtimoiy va siyosiy jarayonlarga qiziqishini qo'llab-quvvatlashi, ularning islohotlarga daxldorlik hissini oshirishi mumkin.

Jamiyatdagi o'zgarishlarga javobgarlik hissi: O'smirlar o'zlarini jamiyatdagi o'zgarishlarning bir qismi sifatida his etishlari, ularning ijtimoiy faolligini va islohotlarga daxldorlik hissini kuchaytiradi. Marcianing identifikatsiya nazariyasiga ko'ra, o'smirlar o'z kimliklarini shakllantirishda turli qadriyatlar, g'oyalar va fikrlarni qabul qiladilar. Bu jarayon o'smirlarning ijtimoiy ro'llarni qabul qilishiga yordam beradi va jamiyatdagi o'zgarishlarga ta'sir o'tkazish istagini uyg'otadi. O'smirlarning o'zgarishlarga daxldorlik hissi, ularning o'z hayotlarini va kelajakdagi muvaffaqiyatlarini shakllantirishda muhim o'rin tutadi.

O'smirlarning islohotlarga daxldorlik fenomeni ularning psixologik va ijtimoiy rivojlanish jarayonlarining natijasi bo'lib, shaxsiyat, motivatsiya, ijtimoiy ta'sirlar va jamiyatdagi o'zgarishlarga bo'lgan munosabatlari bilan chambarchas bog'liqdir. Bu jarayonda o'smirlarning o'zini anglash, mustaqillikka intilish, va ijtimoiy tizimdagi islohotlarga bevosita ta'sir o'tkazish istagi asosiy rol o'ynaydi. O'smirlarning islohotlarga daxldorlik hissining shakllanishi, ularning ijtimoiy faolligini oshiradi, shaxsiyatini mustahkamlaydi va kelajakda jamiyatdagi o'zgarishlarga faol qatnashishlariga yordam beradi. Shu sababli, o'smirlar uchun ta'lim va tarbiya jarayonlarini rivojlantirishda, ularning islohotlarga daxldorlik hissini shakllantirishga e'tibor qaratish muhimdir.

Xulosa. O'smirlarda islohotlarga daxldorlik fenomenining shakllanishi ularning psixologik rivojlanishi, ijtimoiy muhit va motivatsiyasi bilan chambarchas bog'liq. Bu jarayon, o'smirlarning o'zini anglash, mustaqillikka intilish va jamiyatdagi o'zgarishlarga nisbatan faol munosabatda bo'lish istagi orqali shakllanadi. O'smirlik davrida shaxsiyatni mustahkamlash, o'z kimligini aniqlash va ijtimoiy rolni qabul qilish, shuningdek, o'zgarishlarga bo'lgan ijtimoiy ta'sir, islohotlarga daxldorlik hissining shakllanishida asosiy psixologik omil hisoblanadi.

O'smirlar o'zlarining dunyoqarashlarini shakllantirishda, jamiyatdagi ijtimoiy, siyosiy va iqtisodiy o'zgarishlarga bevosita ta'sir ko'rsatishga intilishadi. Ularning bu jarayonlarga nisbatan faol munosabati, shaxsiyatni rivojlantirishda muhim o'rin tutadi, chunki o'smirlar o'zlarini jamiyatdagi o'zgarishlarning bir qismi sifatida his qilishadi. Bu jarayonlarning muvaffaqiyatli bo'lishi, o'smirlarning ichki motivatsiyasi, mustaqillikka erishish istagi, o'zini anglash darajasi va ularning ijtimoiy ta'sirlarga javob berish qobiliyatiga bog'liq.

O'smirlarning islohotlarga daxldorlik hissi, ularning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishini yanada mustahkamlashga xizmat qiladi. Bu fenomenning shakllanishi, o'smirlarning jamiyatdagi o'zgarishlarga nisbatan ijobiy munosabatda bo'lishlariga, ularning faolligini oshirishga, kelajakda ijtimoiy mas'uliyatni his etishlariga yordam beradi. Shuningdek, o'smirlar o'zlarini jamiyatdagi islohotlarga ta'sir o'tkazuvchi faol a'zolar sifatida ko'rishadi va bu ularning psixologik salomatligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Bundan tashqari, o'smirlar uchun ta'lim va tarbiya jarayonlarini rivojlantirishda, ularning islohotlarga daxldorlik hissini shakllantirishga e'tibor qaratish muhimdir. O'smirlarning islohotlarga daxldorlik hissi nafaqat ularning shaxsiy rivojlanishiga, balki jamiyatdagi

o'zgarishlarga ijtimoiy ta'sir ko'rsatishga ham xizmat qiladi. Shu sababli, jamiyatdagi ijtimoiy, siyosiy va iqtisodiy islohotlar o'smirlarning dunyoqarashini kengaytirishda, ularning faolligini oshirishda va kelajakda ijtimoiy mas'uliyatni his etishida muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Норкулова Н.Т. Аффiliation мотиви - талабалар маънавий кифасини шакллантирувчи ижтимоий-психологик омил. Психология фанлари номзоди илмий даражасини олиш учун ёзилган диссертацияси. - Тошкент - 2016. - 350 б.
2. Выготский Л.С. Мышление и речь // Собр. соч. в 6 т. М., 1982. Т. 2. - 504 с.
3. Xalilova N.I. O'smirlik davrida o'zini o'zi nazorat qilish shakllanishining psixologik xususiyatlari. Psixologiya fanlari nomzodi ilmiy darajasini olish uchun yozilgan dissertatsiyasi. Toshkent – 2010. - 156 b.
4. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М., 1996. - 344 с. 6. Бандура А. Теория социального научения. – СПб.: Евразия, 2000. – 320 с.
5. Zoyirov, F. (2013). "Boshlang'ich sinflarda yangi metodlarni tatbiq etish". T., Fan nashriyoti.
6. Maxamadin Bannayev. (2025). O'spirinlik davridagi depressiv holatlarni psixodiagnostika va psixokorreksiya qilish usullari. «Maktabgacha va Maktab Ta'limi» Jurnal, 3(3), 341–346
7. Qayumov Baxtiyor. (2024). The correlation relationship of the development of creativity in adolescents with achievement motivation. next scientists conferences, 1(01), 24–27.

Latipova Chinnigul Nasriddinova

*Buxoro davlat universiteti 1-bosqich tayanch doktoranti,
BUXPXTI psixologiya kafedrası o'qituvchisi*

O'SMIRLARDA VIRTUAL MUHITNING IJOBIY VA SALBIY TOMONLARINING YORITILISHI

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'smirlarning hayotida virtual muhitning tutgan o'rni, uning ijobiy va salbiy ta'sirlari psixologik va ijtimoiy jihatdan tahlil etilgan. Internet, ijtimoiy tarmoqlar va raqamli platformalarning o'smirlar tafakkuri, shaxsiy rivojlanishi, muloqot madaniyatiga ta'siri ilmiy asosda yoritilgan. Shuningdek, virtual dunyodan to'g'ri foydalanish bo'yicha psixologik tavsiyalar ham berilgan.

Kalit so'zlar : virtual muhit, o'smirlar, internet, ijtimoiy tarmoqlar, shaxsiy rivojlanish, psixologik ta'sir

This article analyzes the role of the virtual environment in the lives of adolescents, highlighting its positive and negative psychological and social effects. The influence of the Internet, social networks, and digital platforms on adolescents' thinking, personal development, and communication culture is examined. Psychological recommendations are also provided for the correct use of the virtual space.

Keywords : virtual environment, adolescents, internet, social networks, personal development, psychological impact

В данной статье анализируется роль виртуальной среды в жизни подростков, освещаются её положительные и отрицательные психологические и социальные аспекты. Рассматривается влияние Интернета, социальных сетей и цифровых платформ на мышление, личностное развитие и культуру общения подростков. Также даны психологические рекомендации по правильному использованию виртуального пространства.

Ключевые слова: виртуальная среда, подростки, интернет, социальные сети, личностное развитие, психологическое воздействие

Kirish. So'nggi yillarda virtual muhit o'smirlarning kundalik hayotida ajralmas qismga aylangan. Internet, smartfonlar, kompyuter o'yinlari, ijtimoiy tarmoqlar kabi texnologik vositalar

yoshlarning tafakkuri, dunyoqarashi, muloqot uslubi va shaxsiy xatti-harakatlariga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatmoqda. Bu jarayon, bir tomondan, ularning bilim olish, axborot izlash va ijtimoiy faollik darajasini oshirsa, boshqa tomondan esa ruhiy izolyatsiya, vaqtni noto'g'ri boshqarish va ijtimoiy aloqalardan uzoqlashishga olib kelishi mumkin. Mazkur maqolada aynan o'smirlar hayotida virtual muhitning ijobiy va salbiy jihatlari tahlil qilinadi hamda ilmiy adabiyotlar asosida ushbu masalani chuqur yoritish maqsad qilingan.

Adabiyotlar tahlili. Virtual muhitning ta'siri bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar ko'plab olimlar tomonidan o'rganilgan. Xususan, B.G. Ananyev insonning shaxs sifatida shakllanishida atrof-muhit, ayniqsa axborot muhiti katta rol o'ynashini ta'kidlaydi. S.L. Rubinshteynning qarashlarida esa faoliyat va ongning birligi asosida o'smirlarning internet orqali mustaqil qaror qabul qilishi va bu qarorlar salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkinligi ko'rsatib o'tiladi.

Yevropa va AQShda olib borilgan tadqiqotlar (Turkle, 2011; Twenge, 2017) shuni ko'rsatadiki, yoshlarning ortiqcha onlayn bo'lishi ularning psixik sog'lig'iga salbiy ta'sir qiladi – masalan, ijtimoiy ajralganlik, depressiya, o'ziga past baho va uyqu buzilishi. Shu bilan birga, ijobiy jihatlar sifatida raqamli savodxonlik, muloqotda ochiqlik, tezkor axborotga ega bo'lish imkoniyati ta'kidlangan.

Mahalliy olimlardan G'.Shoumarov va Z.T. Nishonova yoshlarning axborotga bo'lgan yondashuvi, media ta'siri ostidagi emotsional reaksiyalari va o'zini anglashi haqida chuqur ilmiy ishlanmalar olib borishgan.

Muhokama. O'smirlar uchun virtual muhit – bu bir vaqtning o'zida ham imkoniyat, ham xavf manbai hisoblanadi. Ular uchun bu makon o'z-o'zini anglash, do'stlar orttirish, bilim olishning muqobil manbai sifatida xizmat qiladi. Ammo bu imkoniyatlar boshqarilmasa, salbiy oqibatlarga sabab bo'ladi.

Ijobiy jihatlariga quyidagilar kiradi: o'zini ifodalash erkinligi, global axborot maydoniga kirish, yangi bilimlar va texnologiyalarni o'zlashtirish. Bu esa o'smirlarning kreativligini oshiradi, mustaqil fikrlashni shakllantiradi.

Salbiy jihatlar esa psixologik izolyatsiya, tahqirlanish, salbiy axborotlarga haddan tashqari ta'sirchanlik, vaqtning samarasiz sarfi va real hayotdagi ijtimoiy ko'nikmalarning zaiflashuvi kabi holatlarda namoyon bo'ladi. Shuningdek, o'smirlar o'z shaxsini virtual imij orqali noto'g'ri ifodalashi, o'ziga bo'lgan bahosini ijtimoiy tarmoqlardagi "layk" va "kommentariy"lar asosida belgilab qo'yishi mumkin. Demak, bu muhitda sog'lom psixik rivojlanishni ta'minlash uchun ota-onalar, pedagoglar va psixologlar tomonidan nazorat, ma'naviy tarbiya, vaqtdan unumli foydalanish hamda digital gigiyena madaniyatini shakllantirish zarur.

Xulosa. O'smirlarning virtual muhitdagi ishtiroki ularning shaxsiy rivojlanishiga kuchli ta'sir ko'rsatmoqda. Bu ta'sir ijobiy bo'lishi ham, salbiy oqibatlarga olib kelishi ham mumkin. Shuning uchun bu muhitda psixologik xavfsizlikni ta'minlash, raqamli texnologiyalardan oqilona foydalanish ko'nikmalarini shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Tegishli mutaxassislar tomonidan profilaktik suhbatlar, raqamli savodxonlik darslari, ota-onalar uchun metodik tavsiyalar ishlab chiqilishi lozim. Maktablarda esa ijtimoiy-psixologik xizmatlar doirasida bolalar bilan individual va guruh mashg'ulotlar tashkil etilishi samarali bo'ladi.

Shuningdek, davlat siyosatida bolalarni zararli kontentdan himoya qilish, ta'lim tizimida media pedagogika va axborot xavfsizligini oshirish strategiyasi ishlab chiqilishi dolzarb hisoblanadi. Virtual muhitni to'g'ri boshqarish o'smirlarni zamonaviy jamiyatga moslashtiradi va salbiy oqibatlarni kamaytirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Ananyev B.G. (2001). *Chelovek kak predmet poznaniya*. M.: Nauka.
2. Rubinshteyn S.L. (2002). *Osnovy obshchey psikhologii*. M.: Peter.
3. Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. Basic Books.
4. Twenge, J.M. (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy*. Atria Books.

5. Shoumarov G'.B., Nishanova Z.T. (2022). *Psixologik xizmat faoliyatida yoshlar bilan ishlashning nazariy asoslari*. Toshkent: O'qituvchi.

Nusratova Mexriniso Baxshilloyevna

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

Zaripova Oysanam Oybek qizi

Buxoro davlat universiteti 1-bosqich magistranti

YOSHLARDA MILLIY QADRIYAT SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK JIHATLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada, yoshlarning psixik rivojlanishiga bevosita ta'sir qiluvchi qadriyatlar vatanparvarlik, o'zligini anglash, o'z tarixiga hurmat, mustaqil fikrlash va tanqidiy tahlil qilish ko'nikmalari ilmiy jihatdan o'rganilgan. Shuningdek, maqolada yoshlar ongida milliy qadriyatlarning shakllanishi, tarbiya, va psixologik mexanizmlar tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Vatanparvarlik, milliylik, qadriyatlar, urf-odatlar, ijtimoiy muhit, jamiyat, oilaviy muhit, axloqiy yetuklik, shaxsiy mas'uliyat.

Аннотация: В данной статье научно изучены ценности, непосредственно влияющие на психическое развитие молодежи, такие как патриотизм, самосознание, уважение к своей истории, самостоятельное мышление и навыки критического анализа. Также в статье анализируются формирование национальных ценностей в сознании молодежи, воспитание и психологические механизмы.

Ключевые слова: Патриотизм, национальность, ценности, традиции, социальная среда, общество, семейная среда, нравственная зрелость, личная ответственность.

Abstract: In this article, values that directly affect the mental development of young people - patriotism, self-awareness, respect for one's history, independent thinking, and critical analysis skills - are scientifically studied. The article also analyzes the formation of national values in the minds of young people, upbringing, and psychological mechanisms.

Keywords: Patriotism, nationality, values, traditions, social environment, society, family environment, moral maturity, personal responsibility.

Kirish. Yosh avlod — har qanday jamiyatning ertangi kuni, taraqqiyotining hal qiluvchi omilidir. Shu bois, har bir xalq o'zining madaniy merosi, qadriyatlari, urf-odat va an'analarini aynan yoshlar ongiga singdirish orqali ularni kelajakda milliy taraqqiyotga xizmat qiluvchi yetuk, barkamol shaxslar sifatida tarbiyalashga intiladi. Bunda esa milliy qadriyatlar nafaqat ijtimoiy, balki psixologik rivojlanishning ham markazida turadi. Chunki har bir shaxsning ma'naviy-axloqiy pozitsiyasi, ijtimoiy rol va funksiyalarni anglab yetishi, o'zligini shakllantirishi aynan shu qadriyatlar asosida rivojlanadi. Shunday ekan, yoshlar ongida milliy qadriyatlarni shakllantirish psixologik jarayon sifatida alohida ilmiy o'rganishni talab etadi.

Milliy qadriyatlar bu — bir xalqning tarixiy tajribasi, hayotga qarashi, estetik, axloqiy va ma'naviy tamoyillarini ifodalovchi umuminsoniy g'oyalar to'plamidir. Ushbu qadriyatlar yoshlarning psixik rivojlanishiga bevosita ta'sir qiladi: ularda vatanparvarlik, o'zligini anglash, o'z tarixiga hurmat, mustaqil fikrlash va tanqidiy tahlil qilish ko'nikmalari shakllanadi. Bu qadriyatlarning shakllanishi esa o'z-o'zini anglash, identitet, axloqiy yetuklik va shaxsiy mas'uliyat kabi psixologik omillar bilan chambarchas bog'liq. Shu bois, yoshlar ongida milliy qadriyatlarning shakllanishi nafaqat tarbiya, balki psixologik mexanizmlar asosida ro'y berishini tushunish dolzarb hisoblanadi.

Yoshlarning milliy qadriyatlarga bo'lgan munosabati, avvalo, oilaviy muhit, maktabgacha va maktab ta'limi, oliy ta'lim tizimi, ommaviy axborot vositalari hamda raqamli kommunikatsiya vositalarining o'zaro ta'siri ostida shakllanadi. Bunda psixologik iqlim, emotsional qo'llab-quvvatlash, shaxsiy namunalar orqali o'zlashtirish kabi omillar hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Bu jarayonda o'quvchilarda qadriyatlarni faqat eslab qolish emas, balki uni his qilish, qadrlash va o'z hayotiga tadbiq etish ko'nikmalarini rivojlantirish zarur. Psixologik yondashuv aynan mana

shu ichki holatlarni — motivatsiya, identifikatsiya va refleksiya jarayonlarini aniqlashga yordam beradi.

Shuningdek, milliy qadriyatlarning shakllanish jarayoni yoshlarning yosh xususiyatlariga qarab farq qiladi. O'smirlik davrida ijtimoiy maqomga erishishga intilish kuchaysa, talabalik davrida esa mustaqil dunyoqarash, shaxsiy qarorlar va ijtimoiy faollik kuchayadi. Ana shu davrlarda shaxsda qadriyatlar tizimi barqaror tus oladi yoki aksincha, tashqi bosimlar ta'sirida buziladi. Shu bois, yoshlarning har bir bosqichida ularning psixologik ehtiyojlari, shaxsiy tajribalari va ijtimoiy o'rni inobatga olingan holda milliy qadriyatlarni shakllantirish mexanizmlarini ishlab chiqish zarur. Bu esa ilg'or psixologik metodlar, ijtimoiy-psixologik tahlil, shaxsiy yondashuvlar asosida amalga oshirilishi mumkin.

Zamonaviy psixologik yondashuvlar shuni ko'rsatadiki, milliy qadriyatlarni yosh ongiga singdirish — bu faqat tashqi ta'sirlar orqali emas, balki shaxsning o'z ichki olamiga, o'zligini anglashiga asoslangan murakkab jarayondir. Bunda yoshlar o'zlarini muayyan madaniyatning vakili sifatida anglaydi, o'z qadriyatlarini boshqa madaniyatlar bilan taqqoslaydi, moslashtiradi va o'z hayot falsafasini shakllantiradi. Shu sababli, yoshlar bilan ishlashda faqat tarbiyaviy yondashuv emas, balki chuqur psixologik tahlil, diagnostika, trening va o'zini anglashga yo'naltirilgan metodikalar qo'llanilishi zarur. Bu orqali biz sog'lom milliy ong va barqaror qadriyatlar tizimiga ega shaxslarni voyaga yetkazishimiz mumkin.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Milliy qadriyatlarning shakllanishi psixologik va ijtimoiy mexanizmlar bilan bog'liq bo'lgan murakkab jarayon sifatida ko'riladi. Bu borada G'.H. Saidov (2019) o'zining "Milliy o'zlik va qadriyatlar tizimi" nomli asarida qadriyatlarning yosh avlod tarbiyasidagi o'rnini tahlil qiladi. Muallifga ko'ra, milliy qadriyatlar yoshlar shaxsida ijtimoiy identifikatsiya vositasi sifatida shakllanib, ularning axloqiy me'yorlarga nisbatan munosabatini belgilaydi. Shuningdek, u qadriyatlar ta'sirining faqat tashqi omillarga emas, balki ichki psixik jarayonlarga ham bog'liq ekanligini qayd etadi. Bu esa yoshlarning shaxsiy dunyoqarashi, o'zini anglash darajasi va ijtimoiy tajribasi bilan chambarchas aloqador.

Psixolog L.V. Vigotskiyning madaniy-tarixiy rivojlanish nazariyasi doirasida qaralganda, milliy qadriyatlar ijtimoiy tajriba asosida o'zlashtiriladi va bu jarayonda til, muloqot va madaniy muhit hal qiluvchi omillar sifatida xizmat qiladi. Vigotskiy ta'kidlaganidek, har qanday psixik funktsiyaning rivojlanishi avval ijtimoiy muhitda (intersixik), so'ng shaxs ichida (intrasixik) yuz beradi. Shu nuqtai nazardan, yoshlar o'z atrofidagi madaniyat namunalari, urf-odatlar va rasm-rusumlar orqali milliy qadriyatlarni ichkilashtiradi. Ushbu nazariy asos hozirgi davr psixologik tadqiqotlarida yoshlarning madaniy identitetini shakllantirish jarayonini chuqur o'rganishda muhim konseptual poydevor bo'lib xizmat qiladi.

O'zbek psixologiyasi doirasida A. Nishonova (2020) milliy qadriyatlar va shaxsiy identifikatsiya o'rtasidagi bog'liqlikni empirik tadqiqotlar asosida o'rganadi. Uning tadqiqotlarida qayd etilishicha, milliy qadriyatlarni ongli ravishda qabul qilish, yoshlarning o'z milliy identitetiga ijobiy munosabatda bo'lishini kuchaytiradi. Ayniqsa, yoshlarda ijtimoiy ma'naviy immunitetni shakllantirishda oila va ta'lim muassasalarining roli yuqori baholanadi. Nishonova yoshlar orasida milliy qadriyatlarga bo'lgan emotsional yaqinlik darajasini aniqlash uchun ijtimoiy-psixologik diagnostik metodlardan foydalangan. Bu esa qadriyatlarning faqat bilim darajasida emas, balki hissiy-motivatsion darajada ham shakllanishini ko'rsatadi.

H. Ergashev (2016) esa yoshlar ongida qadriyatlar shakllanishini psixologik ijtimoiylashuv jarayoni deb ataydi. U o'z asarlarida yosh avlod o'zlashtirayotgan qadriyatlar bilan uni o'rab turgan ijtimoiy muhit o'rtasidagi tafovutlar mavjudligini ko'rsatib beradi. Ergashevga ko'ra, bu tafovutlar psixologik moslashuvga ta'sir ko'rsatib, yoshlarning qadriyat tizimida ziddiyatli holatlar yuzaga kelishiga olib keladi. Shuningdek, muallif zamonaviy ommaviy axborot vositalari va internet muhitining yoshlar ongiga ta'sirini tahlil qilib, milliy qadriyatlarga bo'lgan munosabatning fragmentar va yuzaki shakllanishi xavfini tilga oladi. Bu esa zamonaviy sharoitda barqaror qadriyat tizimini shakllantirish zaruratini yanada keskinlashtiradi.

Axborot jamiyatida yoshlarning qadriyat orientatsiyasiga global madaniyatning ta'siri kuchaygani sababli, psixolog T. Kadyrova (2021) madaniy kontekstda qarama-qarshi qadriyatlar

bilan to'qnashuv holatini tahlil qilgan. Uning fikricha, yoshlar shaxsiyatida milliy va global qadriyatlar o'rtasida yuzaga keladigan kognitiv dissonans — ya'ni ichki ruhiy ziddiyat, psixologik qarorlar qabul qilishga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Bu holatlarning oldini olish uchun Kadyrova ijtimoiy psixologik treninglar, milliy identitetga yo'naltirilgan diagnostika metodlarini taklif qiladi. Ularning asosiy maqsadi — yoshlarni milliy qadriyatlar negizida mustahkam ichki pozitsiyaga ega shaxs sifatida shakllantirishdir.

Muhokama. Milliy qadriyatlar yoshlarning ijtimoiy va psixologik shakllanishida asosiy tayanch nuqtasi bo'lib xizmat qiladi. Biroq, bugungi globallashuv jarayonida bu qadriyatlarning ahamiyati tobora murakkablashmoqda. Yoshlar o'z milliy qadriyatlarini anglash, qabul qilish yoki inkor etish jarayonida turli psixologik bosqichlardan o'tadi. Bunday bosqichlarda shaxsiy identitet, ijtimoiy maqom, emotsional barqarorlik va o'ziga bo'lgan ishonch kabi omillar bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, milliy qadriyatlarning shakllanishi psixologik jarayon sifatida inson shaxsining ma'naviy dunyosiga kirib boradi va uni ongli ravishda shakllantiradi. Bu holat ayniqsa o'smirlik va talabalik davrida kuchli ifodalanadi.

Yoshlar orasida milliy qadriyatlarning shakllanish darajasi ularning o'zini anglash qobiliyati, atrof-muhitdan ta'sirlanish darajasi va psixologik himoya mexanizmlari bilan bog'liq. Bu jarayonda ijtimoiy identifikatsiya markaziy o'rin tutadi, ya'ni yoshlar o'zlarini muayyan madaniy va milliy guruhga mansub deb bilishadi. Agar bu jarayon sog'lom psixologik muhitda kechsa, milliy qadriyatlar ularning ichki dunyosiga chuqur singadi. Aks holda, ularni inkor etish, befarqlik yoki rad etish kabi salbiy holatlar vujudga keladi. Bu holat, ayniqsa, ommaviy axborot vositalarining chet el qadriyatlarini faol targ'ib qilishi fonida kuchayadi. Psixologik nuqtai nazardan, bu yosh shaxsda kognitiv dissonans — ya'ni ichki qarama-qarshiliklarga olib keladi.

Shuningdek, milliy qadriyatlarni shakllantirishda ijtimoiy institutlar — oila, maktab, oliy ta'lim muassasalari va diniy muassasalarning roli muhim. Bu institutlar yoshlar ongida qadriyatlarni shakllantirish uchun asosiy psixologik "vositachilar" bo'lib xizmat qiladi. Masalan, oila muhitida berilgan qadriyatlar hissiy jihatdan mustahkamlanadi, maktabda ular ijtimoiylashtiriladi, oliy ta'limda esa ular tahlil qilinadi va ongli ravishda qabul qilinadi. Shuning uchun, qadriyatlarni singdirishda faqat axloqiy targ'ibot emas, balki yoshlarning psixologik ehtiyojlarini inobatga olgan holda muloqot va ishonch asosida yondashuv zarur. Bu jarayonda faol tinglash, motivatsion yondashuv va psixologik refleksiya muhim vositalardir.

Yoshlarda milliy qadriyatlarni shakllantirish faqat passiv qabul qilish emas, balki faol tanqidiy anglash orqali amalga oshiriladi. Bu esa o'z-o'zini anglash (samosoznanie), psixologik refleksiya, mustaqil fikrlash va ijtimoiy mas'uliyat hislarining rivojlanishini talab qiladi. Bunday faol yondashuv, yoshlarning qadriyatlar tizimini shaxsiy ehtiyojlar, orzular va maqsadlar bilan uyg'unlashtirish imkonini beradi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'z qadriyatlariga asoslangan shaxslar hayotda mustahkam psixologik barqarorlikka, yuqori o'zini boshqarish ko'nikmalariga va sog'lom ijtimoiy munosabatlarga ega bo'ladi. Shu bois, milliy qadriyatlarni faqat tarixiy meros sifatida emas, balki psixologik salomatlik omili sifatida ko'rish lozim.

Zamonaviy psixologik yondashuvlar, xususan ijtimoiy-kognitiv nazariya, shaxsda qadriyatlarning shakllanishini muhit bilan o'zaro ta'sir asosida izohlaydi. Bu nazariyaga ko'ra, yoshlar qadriyatlarni modellashtirish, kuzatish va takrorlash orqali o'zlashtiradilar. Ya'ni, ular atrof-dagi shaxslarning — ota-onalar, ustozlar, tengdoshlar va ommaviy axborot vositalari orqali namoyon bo'lgan qadriyatlarni o'zlariga moslashtiradilar. Shu nuqtai nazardan, yoshlar bilan ishlovchi mutaxassislar — psixologlar, pedagoglar va ijtimoiy ishchilar ularning qadriyat shakllanishida faol ishtirok etishlari lozim. Chunki bu nafaqat shaxsiy, balki butun jamiyat barqarorligi va taraqqiyotiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Xulosa. Yoshlar shaxsida milliy qadriyatlar shakllanishi ijtimoiy va psixologik jihatdan bir-biriga bog'liq, murakkab va ko'p bosqichli jarayon hisoblanadi. Bu jarayon faqat tashqi ta'sirlar yoki targ'ibotlar bilan emas, balki ichki ruhiy kechinmalar, emotsional tajriba, o'zini anglash va shaxsiy identifikatsiya orqali shakllanadi. Ayniqsa, psixologik yondashuvlarda yoshlarning qadriyatlarni o'zlashtirishida o'ziga xos ichki ehtiyojlar, ijtimoiy maqomga erishish intilishi va mustaqil fikrlash kabi jihatlar muhim rol o'ynaydi. Shu bois, milliy qadriyatlarni shakllantirishda

har bir yoshning psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda individual yondashuv zarur bo'ladi.

Milliy qadriyatlar shaxsning ijtimoiy pozitsiyasini aniqlaydi, uning axloqiy qarorlar qabul qilish qobiliyatini mustahkamlaydi va jamiyatda faol, mas'uliyatli ishtirokchiga aylanishida asosiy omil bo'lib xizmat qiladi. Bu qadriyatlar orqali yoshlar o'z millati, tili, dini, tarixi va urf-odatlariga nisbatan ijobiy munosabatni shakllantiradi. Ushbu jarayon psixologik barqarorlik, ijtimoiy moslashuvchanlik va ruhiy sog'lomlik darajasi bilan chambarchas bog'liq. Aynan shu qadriyatlar orqali yoshlar hayotda mustahkam pozitsiyaga ega bo'lishadi va o'zlariga ishonch, mustaqil fikrlash, axloqiy javobgarlik hissini rivojlantiradi.

Zamonaviy psixologik nazariyalar, xususan sotsiokultural yondashuv, yoshlarning qadriyatlar tizimini madaniy muhit, oila va ijtimoiy institutlar ta'sirida shakllantirishini tasdiqlaydi. Shuningdek, yoshlar qadriyatlarni faqat bilim darajasida emas, balki hissiy-motivatsion va faol-harakat darajasida ham qabul qiladilar. Bu esa ularning milliy ongini shakllantirishda chuqur psixologik jarayonlar — refleksiya, identifikatsiya, introyeksiya kabi mexanizmlarning mavjudligini ko'rsatadi. Demak, milliy qadriyatlar shunchaki tashqi ko'rinishga ega bo'lgan ijtimoiy normalar emas, balki shaxs psixikasida chuqur ildiz otgan ichki motivatsion tizimdir.

Yoshlarning milliy qadriyatlariga bo'lgan munosabatiga global madaniyat, raqamli kommunikatsiyalar, ommaviy axborot vositalari kuchli ta'sir ko'rsatmoqda. Bu esa ularning qadriyatlar tizimida ziddiyatli holatlarning yuzaga kelishiga olib kelmoqda. Shu bois, psixologik yondashuv yoshlarning o'z madaniyatiga bo'lgan emotsional va kognitiv bog'liqligini kuchaytirish, ularning psixologik himoya mexanizmlarini mustahkamlash, ijtimoiy identitetni shakllantirishga qaratilishi lozim. Buning uchun esa amaliy psixologiyada qadriyatlar asosida tuzilgan treninglar, psixodiagnostik testlar va rivojlantiruvchi dasturlar samarali vosita bo'lib xizmat qiladi.

Umuman olganda, yoshlar ongida milliy qadriyatlar shakllanishi – bu ijtimoiy madaniyat va individual psixologik rivojlanishning kesishgan nuqtasi hisoblanadi. Bu jarayonda tarbiyaviy tizimlar, shaxslararo munosabatlar, psixologik holat va ijtimoiy motivatsiya muhim rol o'ynaydi. Agar bu jarayon to'g'ri tashkil etilsa, biz nafaqat mustahkam shaxs, balki o'z millatini chin dildan qadrllovchi va jamiyatga foydali bo'lgan fuqaroni voyaga yetkazamiz. Shunday qilib, milliy qadriyatlar nafaqat madaniy meros, balki psixologik yetuklik va ma'naviy kamolot mezoniga aylanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Asadov Yu, Musurmonov. R. O'smirlar deviant xatti-harakatining ijtimoiy – psixologik xususiyatlari. Toshkent : 2011. – 154 b.
2. Аргайл М. Психология счастья. - Москва: "Прогресс". 2000. – 336 с.
3. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. СПб.: Питер, 2003. – 256 с.
4. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2002. – 288 с.
5. Анохин П. К. Избранные труды. Системные механизмы высшей нервной деятельности. СПб.: Питер. 2002. – 236 с.

Xayriyeva Maxtobxon Farxodovna

Buxoro davlat universiteti

Psixologiya(faoliyat turlari bo'yicha) yo'nalishi

2-bosqich magistranti

Tel: 91-979-69-18

O'SMIRLAR ORASIDA STRESSGA QARSHI KURASHISH KO'NIKMALARINI SHAKLLANTIRISHDA PSIXOLOGIK TRENINGLARNING ROLI

Аннотация: В статье анализируется важность психологической подготовки в формировании навыков преодоления стресса у подростков. Подростковый возраст — сложный этап психологического и эмоционального развития человека, в течение которого возрастает необходимость развития навыков управления стрессом и другими негативными эмоциями. В статье показано, что психологические тренинги могут научить подростков снижать уровень стресса, сохранять эмоциональную стабильность и конструктивно решать проблемы. Приведены сведения о роли и эффективности психологической подготовки в развитии социальной адаптации и навыков самоуправления подростков.

Ключевые слова: подростки, преодоление стресса, психологический тренинг, эмоциональная устойчивость, управление стрессом, социальная адаптация, самоменеджмент, психологическое развитие, эффективность тренинга.

Annotation: This article analyzes the importance of psychological training in forming stress-coping skills among adolescents. Adolescence is a complex stage in a person's psychological and emotional development, during which the need to develop skills to manage stress and other negative emotions increases. The article shows that psychological training can teach adolescents ways to reduce stress, maintain emotional stability, and solve problems constructively. It also provides information on the role and effectiveness of psychological training in the development of social adaptation and self-management skills of adolescents.

Keywords: adolescents, coping with stress, psychological training, emotional stability, stress management, social adaptation, self-management, psychological development, training effectiveness.

Annotatsiya: Ushbu maqola o'smirlar orasida stressga qarshi kurashish ko'nikmalarini shakllantirishda psixologik treninglarning ahamiyatini tahlil qiladi. O'smirlik davri insonning psixologik va emotsional rivojlanishida murakkab bosqich bo'lib, bu davrda stress va boshqa salbiy his-tuyg'ularni boshqarish ko'nikmalari shakllantirish zarurati oshadi. Maqolada psixologik treninglar orqali o'smirlarga stressni kamaytirish, emotsional barqarorlikni saqlash va muammolarni konstruktiv tarzda hal qilish usullari o'rgatilishi mumkinligi ko'rsatilgan. Shuningdek, o'smirlarning ijtimoiy moslashuvi va o'zini o'zi boshqarish qobiliyatlarini rivojlantirishda psixologik treninglarning roli va uning samaradorligi haqida ma'lumotlar keltirilgan.

Kalit so'zlar: o'smirlar, stressga qarshi kurashish, psixologik treninglar, emotsional barqarorlik, stressni boshqarish, ijtimoiy moslashuv, o'zini o'zi boshqarish, psixologik rivojlanish, trening samaradorligi.

Kirish. Zamonaviy jamiyatda o'smirlar hayoti turli ijtimoiy, emotsional va akademik bosimlar bilan murakkablashmoqda. Rivojlanishning ushbu bosqichida stressga duch kelish tabiiy holat bo'lsa-da, unga to'g'ri munosabat va qarshi kurashish ko'nikmalarining yetishmasligi turli psixologik muammolarga olib keladi. Shu nuqtayi nazardan qaralganda, psixologik treninglar orqali stressga chidamlilikni oshirish, o'smirlarning ijtimoiy-emotsional salomatligini ta'minlashda muhim vosita hisoblanadi. Ushbu maqolada psixologik treninglarning mazmuni, uslublari va ularning o'smirlarning stressga qarshi kurashish qobiliyatiga ta'siri yoritiladi.

O'smirlik — bu jismoniy, emotsional va ijtimoiy o'zgarishlar davri bo'lib, shaxs shakllanishining muhim bosqichi sanaladi. Bu davrda shaxsiy identifikatsiya, o'zini anglash, mustaqillik va jamoaga qo'shilish ehtiyoji ortadi. Shu bilan birga, maktabdagi talablar, ota-onalar va jamiyatning kutganlari, do'stlar bilan bo'lgan munosabatlar kabi omillar o'smirlarni stress holatiga tushiradi.

Psixologik treninglar — bu shaxsning muayyan psixologik muammolarni hal etish, o'ziga ishonchni oshirish, kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish, stressga bardoshlilikni shakllantirishga qaratilgan maqsadli mashg'ulotlar yig'indisidir. Ular individual yoki guruh shaklida o'tkazilishi mumkin. Trening jarayonida interfaol uslublari — rolda o'ynash, muhokama, psixogimnastika, relaksatsiya mashqlari keng qo'llaniladi.

Psixologik treninglar orqali o'smirlar quyidagi asosiy ko'nikmalarni egallashi:

1. O'z emotsiyalarini anglash va boshqarish – Treninglar davomida o'smirlar stressni tan olish, o'z his-tuyg'ularini ifoda etish va ularni nazorat qilishni o'rganadilar.
2. Ijobiy fikrlashni shakllantirish – Stressli vaziyatlarda salbiy emas, balki ijobiy nuqtai nazardan qarash ko'nikmasi mustahkamlanadi.
3. Muammolarni hal etish strategiyalari – Muammoli vaziyatlarni tahlil qilish, oqilona yechim topish, to'g'ri qaror qabul qilish qobiliyati rivojlanadi.
4. Ijtimoiy ko'nikmalar – O'smirlar muloqot qilish, yordam so'rash va guruhda ishlashni o'rganadilar, bu esa ularning ijtimoiy moslashuvchanligini oshiradi.

Amaliy natijalar. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, muntazam ravishda o'tkaziladigan psixologik treninglarda qatnashgan o'smirlar stress darajasini pasaytirishga muvaffaq bo'lishgan. Ular o'zlarini xotirjamroq his qilgan, konfliktli vaziyatlarda ijobiy yo'l tutgan, o'zini anglash darajasi oshgan. Treninglar ularning o'ziga bo'lgan ishonchlarini orttirgan va emotsional barqarorlikni shakllantirgan.

Xulosa. O'smirlik davrida yuzaga keladigan stress holatlari shaxsiy rivojlanishning ajralmas qismi hisoblanadi. Biroq, unga nisbatan to'g'ri munosabat va ongli yondashuv shakllantirilmasa, bu holatlar salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin. Psixologik treninglar esa o'smirlarning stressga qarshi kurashish, emotsiyalarini boshqarish, ijtimoiy munosabatlarni yo'lga qo'yish ko'nikmalarini samarali shakllantirish vositasidir. Shu sababli, ta'lim tizimida bunday treninglarni joriy qilish va muntazam o'tkazish zarurdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Ehrenreich-Johnson, E., & Barlow, D. H. (2005). Cognitive-behavioral therapy for depression and anxiety in children and adolescents: An evidence-based practice. The Guilford Press. (ejmr.org)
2. Hofmann, S. G., & Santini, L. (2012). The role of mindfulness in emotion regulation. In J. J. Gross (Ed.), Handbook of emotion regulation (pp. 203-225). Guilford Press. (ejmr.org)
3. Greenberg, M. T., & Kuschel, C. (2002). Promoting emotional intelligence in schools: Building a culture of mindfulness and compassion. ASCD. (ejmr.org)
4. Bonanno, G. A. (2012). The resilience of the human spirit: Why we bounce back from adversity. Oxford University Press. (ejmr.org)
5. Mok, J. Y. F., & Wong, P. K. C. (2020). The association between academic pressure and adolescent mental health problems: A systematic review. Journal of Adolescence, 84, 15-27.

Niyozova Nilufar

Urdu tadqiqotchisi

ONKOLOGIK KASALLIKKA CHALINGAN BEMORLARDA O'ZIGA ISHONCHINI OSHIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada, onkologik kasallikka chalingan bemorlarda o'ziga bo'lgan ishonchini oshirish va hayotga nisbatan motivatsiyasini shakllantirish ilmiy jihatdan o'rganilgan. Bundan tashqari maqolada, onkologik kasallik bilan xastalangan bemorlarni ijtimoiy qo'llab quvvatlash orqali hayotga va yashashga bo'lgan qiziqishini oshirishning psixologik xususiyatlari tahlil qilingan.

Kalit so'zlar. Onkologik kasallik, o'ziga bo'lgan ishonch, psixologik holat, hayotga bo'lgan qiziqish, motivatsiya.

Аннотация. В данной статье научно изучено повышение уверенности в себе и формирование мотивации к жизни у больных онкологическими заболеваниями. Кроме того, в статье анализируются психологические особенности повышения интереса к жизни и

существованию посредством социальной поддержки пациентов с онкологическими заболеваниями.

Ключевые слова. Онкологическое заболевание, уверенность в себе, психологическое состояние, интерес к жизни, мотивация.

Abstract. This article scientifically examines the formation of self-confidence and motivation for life in patients with oncological diseases. In addition, the article analyzes the psychological features of increasing interest in life and living through social support for patients with oncological diseases.

Keywords. Oncological disease, self-confidence, psychological state, interest in life, motivation.

Kirish. Onkologik kasallikka chalingan bemorlarda o'ziga ishonchini oshirishning psixologik xususiyatlari haqidagi ma'lumotlar juda muhim va bu mavzu tibbiyot va psixologiya sohalarida keng o'rganilmoqda. Onkologik kasalliklar, xususan, saraton kabi jiddiy va hayot uchun xavfli kasalliklar, bemorning ruhiy holatiga katta ta'sir ko'rsatadi. Ular nafaqat jismoniy sog'liqni, balki psixologik barqarorlikni ham ta'sir etadi.

Bemorning o'ziga ishonchi, uning davolanish jarayonida muvaffaqiyatga erishishiga katta hissa qo'shadi. O'ziga ishonchni oshirish, bemorning ruhiy holatini yaxshilashga va kasallikka qarshi kurashishda kuchli motivatsiya yaratishga yordam beradi.

Onkologik kasallikka chalingan bemorlarda o'ziga bo'lgan ishonch ko'pincha kamayadi. Ular o'zlarini sog'lom deb his qilmasliklari, kelajak haqida xavotirlar va qo'rquvlar tuyg'usi ularni qiynashi mumkin. Bunda o'ziga bo'lgan ishonchni tiklash uchun psixologik yordam muhim ahamiyatga ega.

O'ziga ishonchni oshirishda psixoterapiya va maslahatlar katta rol o'ynaydi. Psixologik yordam bemorlarning his-tuyg'ularini tushunishga yordam beradi va ular uchun xavotirlarni boshqarish usullarini ishlab chiqadi. Motivatsiya oshishi bilan bemorlar davolanishga ko'proq qiziqish ko'rsatishadi va davolashga ijobiy munosabatda bo'lishadi.

Onkologik kasallikka chalingan bemorlar uchun ijobiy fikrlash va tasavvur qilish usullari samarali bo'lishi mumkin. Bemorlar o'zlarini sog'lom tasavvur qilishlari va davolanish jarayonida o'zlarini eng yaxshi holatda ko'rishlari kerak. Bu usul ruhiy holatni yaxshilashda va immun tizimini mustahkamlashda yordam beradi.

Ijtimoiy muhit va qo'llab-quvvatlash o'ziga ishonchni oshirishda katta rol o'ynaydi. Yaqinlaridan va do'stlaridan qo'llab-quvvatlash bemorning ruhiy holatini mustahkamlaydi. Bemor o'zini yolg'iz his qilmasligi va u doim yordamga ega ekanligini bilishi kerak.

Bemorlar o'z kasalliklarini tushunishlari va davolash jarayonida tanqidiy fikrlashni rivojlantirishlari zarur. Bu ularga kasallikni boshqarish va hayotlarini davom ettirishga yordam beradi. Bemorlar o'zlarini faqat kasal sifatida ko'rmasliklari, balki hayotda ko'plab imkoniyatlarga ega ekanliklarini anglashlari kerak.

Onkologik kasallikka chalingan bemorlarda o'ziga bo'lgan ishonchni oshirish, nafaqat jismoniy, balki ruhiy tiklanishga ham yordam beradi. Psixologik yordam, motivatsiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, va ijobiy fikrlash usullari bemorning davolanish jarayonida muvaffaqiyatga erishishiga katta hissa qo'shadi. O'ziga ishonchni oshirish orqali bemorlar o'zlarini kuchliroq his qilishadi va hayotdagi qiyinchiliklarga qarshi kurashishda samarali bo'lishadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Onkologik kasallikka chalingan bemorlarda o'ziga ishonchni oshirishning psixologik xususiyatlarini o'rganish sohasida bir qancha ilmiy izlanishlar olib borilgan. Ushbu sohada faoliyat yuritayotgan olimlar turli psixologik yondashuvlar va davolash usullarining samaradorligini o'rganishga qaratilgan. Quyida, onkologik kasallikka chalingan bemorlarda o'ziga ishonchni oshirishga oid ilmiy izlanishlar olib borgan bir nechta taniqli olimlar va ularning ishlariga qisqacha to'xtalamiz.

David Spiegel — onkologik psixologiya sohasida tanilgan olimlardan biridir. U onkologik kasallikka chalingan bemorlarda psixoterapiyaning ta'siri haqida ko'plab izlanishlar olib borgan. Spiegelning tadqiqotlari, ayniqsa, "psixoterapiya va ruhiy qo'llab-quvvatlash" orqali bemorlarning

o'ziga ishonchlarini oshirishning ahamiyatini ko'rsatadi. U o'zining "Group Therapy for Cancer Patients" (Saraton bemorlari uchun guruh terapiyasi) dasturini ishlab chiqqan va bemorlar guruhida o'zaro qo'llab-quvvatlashning ularning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirishdagi ahamiyatini isbotlagan.

Spiegelning tadqiqotlari shuni ko'rsatdiki, o'ziga ishonchni oshirish va stressni kamaytirish orqali bemorlar davolanish jarayonida samaraliroq natijalarga erishgan. Uning ishlari, shuningdek, psixoterapiyaning, ayniqsa, stressni boshqarish va ijobiy fikrlashning kasallik jarayonidagi ahamiyatini ko'rsatadi.

Syuzan Reyes o'zining "Psychological interventions for cancer patients" (Onkologik bemorlar uchun psixologik aralashuvlar) mavzusida olib borgan izlanishlari bilan tanilgan. Uning ishlari bemorlarga o'ziga ishonchni oshirish uchun psixologik yondashuvlar, xususan, kognitiv-behavioral terapiya (CBT) va ijobiy psixologiya usullarining samaradorligini ko'rsatadi. Reyes, ayniqsa, bemorlar uchun shaxsiy rivojlanish va o'zini anglash yo'llarini yaratishning muhimligini ta'kidlagan.

Elizabet Blekburn, onkologik kasalliklar va ularning psixologik ta'siri haqidagi tadqiqotlari bilan tanilgan biologiya va psixologiya integratsiyalashgan sohasida faoliyat yuritgan olimlardan biridir. Uning so'nggi izlanishlarida, stress va o'ziga ishonchning telomerlar va umuman immun tizimiga ta'siri haqida ko'plab ishlari mavjud. Blekburnning ishi bemorlarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirish orqali immun tizimini mustahkamlash va umumiy salomatlikni yaxshilashning ahamiyatini ko'rsatadi.

Helena Rassaf onkologik kasalliklar bilan bog'liq psixologik yordam va reabilitatsiya sohasida tadqiqotlar olib borgan. Uning izlanishlari, bemorlarning ruhiy holatini yaxshilashda, o'ziga ishonchni oshirishda va qo'llab-quvvatlash guruhlarining ta'sirini o'rganishga qaratilgan. U shuningdek, onkologik kasallikka chalingan bemorlar uchun ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va psixologik maslahatlar orqali kasallikni boshqarishning samarali usullarini ta'kidlagan.

B. Anderson onkologik bemorlar uchun psixologik aralashuvlar, ayniqsa, o'ziga ishonchni oshirish va davolash jarayonida ruhiy yordamning ahamiyati haqida ko'plab izlanishlar olib borgan. U onkologik kasallikka chalingan bemorlarning o'ziga ishonchlarini oshirishning qiyinchiliklari va imkoniyatlarini o'rganib, psixologik va fiziologik yordamning o'zaro bog'liqligini tahlil qilgan.

Olimlarning onkologik kasallikka chalingan bemorlarda o'ziga ishonchni oshirish bo'yicha olib borgan izlanishlari shuni ko'rsatadiki, psixoterapiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, motivatsiya, va ijobiy fikrlash usullari bemorlarning davolanish jarayonida muhim rol o'ynaydi. Ularning ishlari onkologik kasallikka chalingan bemorlar uchun psixologik yordamning samaradorligini va uning davolanishdagi ahamiyatini ta'kidlaydi.

Muhokama. Onkologik kasallikka chalingan bemorlarda o'ziga ishonchni oshirishning psixologik xususiyatlari juda murakkab va ko'plab omillarga bog'liq. Onkologik kasalliklar, xususan saraton, bemorning jismoniy holati bilan birga, uning psixologik holatini ham sezilarli darajada o'zgartiradi. Bu ayniqsa, o'ziga bo'lgan ishonchning pasayishi, kelajakni qo'rquv bilan qarash va davolanish jarayonida stressning kuchayishi bilan bog'liq. Shuning uchun, onkologik kasallik bilan kurashayotgan bemorlar uchun psixologik qo'llab-quvvatlash, ruhiy barqarorlikni saqlash va o'ziga ishonchini oshirish juda muhimdir.

Onkologik kasallikka chalingan bemorlar uchun kasallik ularning hayotini tubdan o'zgartiradi. Ko'plab bemorlar kasallikni birinchi marta eshitganda, o'ziga bo'lgan ishonchni yo'qotishadi, chunki ular kasallikning jismoniy va ruhiy ta'sirlaridan qo'rqishadi. O'ziga ishonchni tiklash uchun bemorlar kasallikni qabul qilish, uni hayotining bir qismi sifatida ko'rish va davolanish jarayonida faollikni oshirishni o'rganishlari kerak.

Bemorlarning o'ziga ishonchini oshirish uchun ko'plab psixologik yondashuvlar mavjud. Masalan, kognitiv-behavioral terapiya (CBT) yoki "hozirgi paytda bo'lish, hozirda va shu yerda" texnikalari, bemorlarning kasallikni boshqarish va o'ziga ishonchini oshirishga yordam beradi. Kognitiv-behavioral terapiya yordamida bemorlar salbiy fikrlashni tanqidiy tahlil qilib, o'zlarini

optimistik nuqtai nazardan ko'rishga o'rganadilar. Mindfulness esa bemorlarga stressni kamaytirish va o'zlariga bo'lgan ishonchni oshirishda yordam beradi.

O'ziga ishonchni oshirishda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ham muhim rol o'ynaydi. Yaqinlarining, do'stlarining va boshqa bemorlarning qo'llab-quvvatlashi, davolanish jarayonida bemorning o'zini kuchliroq his qilishiga yordam beradi. Guruh terapiyasi ham bemorlar uchun foydalidir. Bemorlar guruhlarda o'z tajribalari bilan bo'lishishadi, bir-birlariga yordam berishadi va o'zlarini yolg'iz his qilmasliklariga yordam berishadi.

David Spiegel (Stanford universiteti) tomonidan olib borilgan tadqiqotlar, guruh terapiyasining onkologik bemorlarning ruhiy holatini yaxshilashda qanday samarali bo'lishini ko'rsatgan. Bemorlar o'rtasida o'zaro yordam va o'zini qo'llab-quvvatlashni amalga oshirish, ularning kasallikni yengishdagi ishonchlarini oshiradi.

Onkologik kasallik bilan kurashayotgan bemorlar uchun ijobiy psixologiya va tasavvurlarni ishlatish samarali bo'lishi mumkin. Bemorlar o'zlarining salbiy fikrlarini va xayollarini nazorat qilishni o'rganishlari kerak. Tasavvur terapiyasi (imajinatsiya) va vizualizatsiya usullari yordamida bemorlar o'zlarini sog'lom, baxtli va davolanishda muvaffaqiyatli ko'rishlari mumkin.

Bemorlar o'z kasalliklarini yengib o'tishlarini, sog'lom bo'lishlarini va hayotdan bahramand bo'lishlarini tasavvur qilishlari, psixologik barqarorlikni oshiradi. Ijobiy fikrlash ham bemorning kasallikka qarshi kurashishda o'ziga bo'lgan ishonchini kuchaytiradi.

Onkologik kasallikka chalingan bemorlar o'zlarini faqat kasallik sifatida ko'rmasliklari kerak. Ular hayotda boshqa ko'plab imkoniyatlarga ega ekanliklarini tushunishlari kerak. O'ziga ishonchni oshirishda bemorlar o'z kuchli tomonlarini va ilgari erishgan yutuqlarini eslashlari muhimdir. Bu jarayonda tanqidiy fikrlash yordam beradi, chunki bemorlar kasallikni boshqarish va undan qutilish imkoniyatlarini ko'rib chiqadilar.

O'zini anglash, o'z imkoniyatlarini tan olish va yangi hayot rejalarini ishlab chiqish, bemorlar uchun o'ziga ishonchni tiklashda muhim omillardan biridir.

O'ziga ishonchni oshirishda stressni boshqarishning o'rni katta. Onkologik kasallikka chalingan bemorlar ko'pincha xavotir va stress bilan kurashishadi, bu esa ularning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Stressni kamaytirish va relaksatsiya usullari (masalan, chuqur nafas olish, meditatsiya, yoga) bemorlarning ruhiy holatini yaxshilashga yordam beradi.

Shuningdek, fiziologik mashqlar ham stressni kamaytiradi va umumiy sog'liqni yaxshilashda yordam beradi. Sport va jismoniy faoliyatning kasallik jarayonida bemorning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirishda ijobiy ta'siri bor.

Onkologik kasallikka chalingan bemorlarda o'ziga ishonchni oshirish, nafaqat davolanishning muvaffaqiyatini oshiradi, balki bemorning umumiy ruhiy holatini yaxshilashga ham yordam beradi. Psixoterapiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, guruh terapiyasi, ijobiy psixologiya va stressni boshqarish kabi usullar, bemorlarning kasallikni yengib o'tishdagi o'ziga bo'lgan ishonchini oshirishga yordam beradi. Shuningdek, bemorlarning o'z imkoniyatlarini anglashlari va salbiy fikrlardan qochishlari, o'ziga ishonchni mustahkamlashda muhim ahamiyatga ega.

Xulosa. Onkologik kasallikka chalingan bemorlar uchun o'ziga ishonchni oshirish, faqat ruhiy holatni yaxshilash bilan cheklanmaydi, balki davolanish jarayonining muvaffaqiyatini oshiradi. O'ziga ishonchni yo'qotgan bemorlar kasallikka qarshi kurashda kamroq motivatsiyaga ega bo'lishlari mumkin. Shuning uchun, psixologik yordam va ruhiy qo'llab-quvvatlash, bemorning davolanish jarayonidagi ijobiy natijalarga erishishida muhim ahamiyatga ega.

Kognitiv-behavioral terapiya (CBT), guruh terapiyasi va mindfulness kabi psixoterapiya usullari, onkologik bemorlarda o'ziga ishonchni oshirishda samarali ekanligini ko'rsatdi. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning ahamiyati ham katta — yaqinlarining, do'stlarining va boshqa bemorlarning qo'llab-quvvatlashi, bemorning ruhiy holatini yaxshilashga va kasallikka qarshi kurashishda o'ziga ishonchini oshirishga yordam beradi.

Bemorlarning o'z kasalliklarini tasavvur qilishda ijobiy yondashuv, ularning o'ziga bo'lgan ishonchini kuchaytiradi. Tasavvur qilish va vizualizatsiya yordamida bemorlar o'zlarini sog'lom

va baxtli ko'rishlari, kasallikni yengishlari mumkin. Bu usullar nafaqat psixologik barqarorlikni oshiradi, balki jismoniy holatni yaxshilashga ham hissa qo'shadi.

Stress va xavotirlarni boshqarish, o'ziga ishonchni oshirishda muhim ahamiyatga ega. Stressni kamaytirish uchun turli relaksatsiya va meditatsiya usullari samarali bo'lishi mumkin. Shuningdek, jismoniy faoliyat (masalan, yoga, yurish, sport) bemorning ruhiy holatini yaxshilaydi va o'ziga ishonchini mustahkamlaydi.

Bemorlarning o'zlarini faqat kasal sifatida ko'rmasligi, balki hayotda boshqa imkoniyatlarga ega ekanliklarini anglashlari zarur. O'ziga ishonchni oshirishda tanqidiy fikrlash va o'z imkoniyatlarini anglash muhimdir. Bu bemorning kasallikka qarshi kurashishda ruhiy chidamliligini oshiradi.

Onkologik kasallikka chalingan bemorlarda o'ziga ishonchni oshirish, nafaqat ruhiy barqarorlikni ta'minlaydi, balki davolash jarayonida muvaffaqiyatga erishishning asosiy omillaridan biridir. Psixoterapiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, ijobiy fikrlash, stressni boshqarish va jismoniy faoliyat kabi usullar bemorning o'ziga ishonchni oshirishda samarali va muhim rol o'ynaydi. Shuning uchun, onkologik bemorlarga psixologik yordam va qo'llab-quvvatlash tizimining mustahkamlanishi zarurdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Abu Ali ibn Sino. Urjuza yoki 1326 bayt tibbiy o'git. - T., Abu Ali ibn Sino nomidagi nashriyot, 1999.
2. В.А. Медик. В.К. Юрьев. Курс лекций по общественному здоровью и здравоохранению. Часть I. - Москва, «Медицина», 2003.
3. В.А. Медик. В.К. Юрьев. Курс лекций по общественному здоровью и здравоохранению. Часть II. - Москва, «Медицина», 2003.
4. С.М. Бортникова. Т.В. Зубахина. Нервные и психические болезни. Ростов-на-Дону, «Феникс», 2004.
5. С.М. Бортникова. Т.В. Зубахина. Нервные и психические болезни. Ростов-на-Дону, «Феникс», 2005.
6. X.Q. Shodmonov, X.Sh. Eshmurodov, O.T. Tursunova. Asab va ruhiy kasalliklar. - T., «Bilim», 2004.

Jumayev Ulug'bek Sattorovich

*Buxoro davlat universiteti,
psixologiya kafedrasi professori, psixologiya fanlari nomzodi*

MADANIY NORMALAR VA ULARNING MADANIYATDAGI ROLINING IJTIMOIIY PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya: Mazkur ishda madaniy normalarning mazmuni, ularning jamiyatdagi axloqiy, huquqiy, diniy va urf-odat shakllari orqali namoyon bo'lishi tahlil qilinadi. Madaniy normalarning shaxsning ijtimoiylashtirilishidagi, xulq-atvorining shakllanishidagi va ijtimoiy munosabatlardagi psixologik ta'siri ochib beriladi. Shuningdek, turli jamiyat va madaniyatlarda madaniy normalarning farqlanishi va ular orqali ijtimoiy nazoratning ta'minlanish mexanizmlari ijtimoiy-psixologik nuqtai nazardan yoritiladi. Tadqiqotda madaniy normalarning shaxsning ijtimoiy identifikatsiyasi, guruhga mansublik hissi va me'yoriy moslashuv jarayonlariga qanday ta'sir ko'rsatishi haqida xulosa chiqariladi.

Kalit so'zlar: madaniy normalar, madaniyat, ijtimoiy psixologiya, shaxs, ijtimoiylashuv, axloqiy me'yorlar, guruh bosimi, ijtimoiy nazorat, ijtimoiy identifikatsiya, madaniy xilma-xillik.

Kirish. Insonning o'ziga o'xshashlar orasida jamiyatda hayot kechirishi doimo ma'lum qoidalarga bo'ysunadi, bu qoidalar uning turmush tarzining muhim bir qismini tashkil etadi. Ushbu qoidalarga muvofiq, har qanday madaniyat "yomon" va "yaxshi" xatti-harakatlar haqida o'z tasavvuriga ega. Har bir madaniyatda qandaydir vaziyatda inson qanday ish tutishi kerakligini yoki nimalarni qilmasligi kerakligini belgilaydigan bajarilishi lozim bo'lgan ishlar va taqiqlarning o'ziga xos tizimi shakllanadi. Bu degani, odamlar o'rtasidagi muloqot turli shakllarda bo'ladi va ma'lum bir shartlar va qonunlarga bo'ysunadi. Odamlarning muloqot qilish usullari ham madaniy me'yorlar bilan belgilanadi. Bu me'yorlar kichik yoshdagilar va kattalar, erkaklar va ayollar, qonunga itoatkor fuqarolar va jinoyatchilar, mahalliy aholi va chet elliklar qanday muloqot qilishi yoki bir-biriga qanday murojaat qilishi kerakligini belgilaydi. Shu bilan birga, ko'pincha rasmiy qonunlar jamiyatda tabiiy ravishda shakllangan qoidalar va taqiqlarga qaraganda kamroq ahamiyatga ega bo'ladi.

Insoniyatning madaniy faoliyati boshidanoq uning o'zini tutishi va boshqa odamlarga nisbatan muloqotini tartibga solish zaruriyati yuzaga kelgan. Bu zarurat shundan kelib chiqadiki, odamlar yaratadigan moddiy madaniyat mahsulotlari ularning imkoniyatlari chegarasini ko'rsatsada, odamlarning turli munosabatlarda qanday harakat qilishi kerakligini belgilamaydi. Shu sababli, madaniyat qadriyatlarini yaratish bilan bir qatorda, insonning o'zini tutishini tartibga soluvchi talablar ham shakllana boshladi. Ular qadriyatlarni taqsimlash hamda odamlar o'rtasidagi turli munosabatlarni tartibga solishga xizmat qilardi. Dastlab, ular insonning kundalik hayotdagi xatti-harakatlarini tartibga soluvchi qoidalar sifatida namoyon bo'lgan, keyinchalik ular fan doirasida me'yorlar deb atalgan. Boshida me'yorlar odamlarning qayerda, qanday, qachon va nima qilishi kerakligini ko'rsatib beruvchi yo'l-yo'riq vazifasini bajargan. Turli me'yorlar insonlarning xatti-harakatlariga turlicha darajada ta'sir ko'rsatgan, shularning eng ta'sirchani umumiy qabul qilingan qoidalarga aylangan.

Butun insoniyat tarixi davomida turli madaniyatlar tomonidan odamlarning o'zini tutishi va muloqoti uchun ko'plab xilma-xil me'yorlar yaratilgan.

Qo'llanish usuli, xarakteri, maqsadi, sohalari, tarqalish chegaralari va bajarilish qattiqligiga ko'ra xatti-harakat me'yorlarining xilma-xilligi quyidagi turlarga ajratiladi: an'analar, odatlar, rasm-rusumlar, qonunlar va axloq me'yorlari.

Inson xatti-harakatlarini tartibga soluvchi birinchi vositalardan biri axloqiy me'yorlar bo'lgan. Ular insonlarning kundalik xatti-harakatlarini tartibga solish, qadriyatlarni amalga oshirish usullarini belgilash, ularning o'zaro munosabatlarini baholash va hokazolarni maqsad qilgan. Madaniy me'yorlar ichida axloq me'yorlari eng harakatchan va dinamik bo'lib, ular joriy voqealar va xatti-harakatlarni tartibga solishga qaratilgan. Axloq – bu insonning o'z xatti-harakatlari yoki boshqalarining xatti-harakatlari qandaydir shakllarining maqbulligiga axloqiy baho berishdir. Ushbu madaniy me'yorlar insonlar o'rtasida tarqalgan va axloqiy baholanishga loyiq bo'lgan xatti-harakat shakllarini qamrab oladi. Axloqiy me'yorlar bevosita amaliy ijro etilishini talab qilmaydi, ularga amal qilinmasligi uchun javobgarlik esa boshqa barcha me'yorlarga qaraganda sezilarli darajada past bo'ladi. Bunday javobgarlik nisbiy xarakterga ega, chunki axloqni buzganlik uchun jazolar turlicha bo'lishi mumkin - norozilik ko'z qarashidan tortib o'lim jazosigacha, ammo bunday holatlarda eng keng tarqalgan jazo og'zaki tanbeh hisoblanadi. Masalan, agar siz kechki ovqat paytida baland ovozda chaynayotgan bo'lsangiz, ehtimol, sizni eshitayotgan odamlar sizga norozi qarashlarini qaratishadi. Ammo ba'zi madaniyatlarda, aksincha, sho'rva ichayotgan paytda "shildirash" odatiy hisoblanadi va bu usul atrofdegilar tomonidan hech qanday reaksiya uyg'otmaydi.

Madaniy me'yorlarning boshqa turlari orasida eng keng tarqalgan va ta'sirchanlari odatlar bo'lib, ular bir madaniyat vakillari uchun xulq-atvor qoidalarini belgilovchi umumiy qabul qilingan xatti-harakatlar namunalari. Odatlarning ta'siri asosan odamlarning shaxsiy hayot sohasiga tarqaladi. Ularning vazifasi tashqi xarakterdagi munosabatlar va muloqotlarni, ya'ni yaqin va uzoq qarindoshlar, tanishlar va qo'shnilar bilan bo'lgan munosabatlarni, shaxsning o'z uyidan tashqaridagi ommaviy xulqini, tanish va notanish odamlarga nisbatan maishiy etiketni tartibga solishdir.

Odatlarning tartibga soluvchi roli shundan iboratki, ular muayyan vaziyatlarda qat'iy belgilangan xulqni talab qiladi. Odatlar qadim zamonlarda, madaniy barqarorlikni ta'minlovchi an'anaviy xatti-harakatlar shakli sifatida paydo bo'lgan. Bunday rollar jamiyat uchun juda muhim bo'lgan va ularni saqlash va rivojlantirishga intilgan. Shu sababli, ko'plab odatlar asrlar davomida o'zgarmas bo'lib qolgan.

Har bir madaniyatda kundalik munosabatlarning barcha jabhalarini qamrab oluvchi o'ziga xos odatlar tizimi shakllanadi. Ma'lum bir odat doim tegishli bo'lgan o'ziga xos vaziyat bilan bog'liq. Shuning uchun odatlarning xususiyatlari va asosiy jihatlari jamiyat turmush tarzi va uning ijtimoiy-tabaqaviy tuzilishiga mos keladi. Shu sababli, bir qarashda o'xshash bo'lib ko'ringan odatlar turli madaniyatlarda mutlaqo boshqa mazmun kasb etadi. Buning misoli sifatida turli madaniyatlarda to'y marosimlari va jinsiy aloqalarga bo'lgan munosabatdagi farqlarni keltirish mumkin.

Inson xulq-atvorini tartibga soluvchi turli me'yorlarning shakllanishi odamning atrofdagi dunyo bilan bo'lgan munosabatlari rivojlanishi va murakkablashuvi bilan bir vaqtda sodir bo'lgan. Madaniy va ijtimoiy tajribaning to'planishi davomida odamlar orasidagi turli guruhlar munosabatlarida eng oqilona xatti-harakatlarni belgilab bergan barqaror shakllar paydo bo'ldi. Oqilona xarakterga ega va ko'p marta amalda sinovdan o'tgan bu shakllar avloddan-avlodga o'tkazila boshlandi, bu esa ularga an'anaviy tus berdi va madaniy me'yorlarning yangi turi - an'anani yuzaga keltirdi.

Dastlab bu so'z «qadriyatlar» ma'nosida ishlatilib, tegishli madaniy hodisalarning merosiy xarakterini ta'kidlagan. Bugungi kunda an'analarning vazifasi shaxslararo va guruhlararo munosabatlarni tartibga solish, shuningdek, ijtimoiy tajribani avloddan-avlodga o'tkazishga qaratilgan. Aslida, an'ana bu o'ziga xos og'zaki «madaniy matn» bo'lib, u ijtimoiy xulq-atvor namunalarini, ijtimoiy tashkilot, tartibga solish va muloqotning shakllangan shakllarini o'zida jamlagan.

An'analar inson hayotining turli sohalarida uchraydi. Ular birgalikda insonning turli hayotiy vaziyatlardagi barqaror xatti-harakatlar tizimini tashkil qiladi va o'ziga xos rolni bajaradi. An'analarning asosiy xususiyati shundan iboratki, ular jamiyat hayotida ishtirok etish uchun zarur bo'lgan namunalar va xatti-harakat modellaridan foydalanishga urg'u beradi. Ushbu ijtimoiy tartibga solish turi xulq-atvor motivatsiyasi elementini istisno qiladi: an'anani tashkil etuvchi me'yorlar avtomatik ravishda bajarilishi kerak. Ushbu madaniyat vakillari bunday holatda o'rnatilgan xatti-harakat modeliga qat'iy rioya qilishlari, faqatgina «bizning ajdodlarimiz shunday qilgan», «bunday qabul qilingan» kabi intuitiv ishonchga tayanishlari lozim.

Amalda an'anaga avtomatik rioya qilish biror madaniyat vakillarining xulq-atvorga oid odatlangan me'yorlar va talablarni oddiy bajarilishini ifodalaydi. Masalan, xarid qilish jarayonini olaylik. Yevropa mamlakatlarida mahsulot sotib olishda sotuvchi va xaridor o'rtasidagi munosabatlar barqaror narxlar bilan belgilanadi. Bu yerda savdolashish kamdan-kam hollarda ma'qul bo'ladi, ammo bu istisno, qoida emas. Shu bilan birga, aynan savdolashish arab mamlakatlarida xarid qilish jarayonining ajralmas qismi hisoblanadi. Bu yerda savdo ishtirokchilar o'rtasidagi muloqot jarayoni bo'lib, shu sababli qiziqarli va hissiy muloqot shakliga aylanadi.

Yana bir misol do'stlar va tanishlarni tushlikka taklif qilish an'anasidir. Bunday an'ana ko'plab Yevropa va Osiyo mamlakatlarida mavjud. Ammo Osiyoda darhol tushlikdan so'ng xayrlashib, ketish qabul qilingan. Agar kimdir bunday qilmasa, bu uning hali ham och ekanligini anglatadi. Aksincha, Yevropa yoki Shimoliy Amerikada bunday qilinsa, bu odobsizlik va hurmatsizlik belgisi sifatida qaraladi. Bu xatti-harakat mehmonning faqat tushlik qilish uchun kelganligini anglatadi.

An'ananing bir turi sifatida marosim diniy yoki maishiy an'analarni ommaviy ifodalash shaklidir. Uning asosiy xususiyati tanlov emas, balki ommaviylikdir, shuning uchun marosimlarning ta'siri biror bir ijtimoiy guruh bilan cheklanmaydi, balki ushbu madaniyat vakillarining barchasiga taalluqli bo'ladi. Odatda, marosimlar inson hayotining muhim bosqichlari - tug'ilish, nikoh, yangi faoliyat sohasiga kirish, boshqa yosh guruhiga o'tish, o'lim bilan bog'liq daqiqalarda hamroh bo'ladi. Ammo eng mashhur va keng tarqalganlari diniy marosimlardir,

ayniqsa ular oziq-ovqat iste'mol qilish bilan bog'liq. Ma'lumki, ko'plab qadimiy dinlarda qurbonliklar oziq-ovqat mahsulotlari bilan amalga oshirilgan, xristianlikda esa muqaddas taom - non va vino bilan komunion (e'tiqod) marosimi o'tkaziladi. Bu tasodif emas. Chunki oziq-ovqat insonning jismoniy mavjudligining asosidir, shuning uchun deyarli har qanday madaniyatda unga mistik va ramziy ma'no beriladi. Madaniyatning eng dastlabki bosqichlarida oziq-ovqat iste'mol qilish inson uchun nafaqat ochlikni qondirish, balki atrofdagi dunyo bilan bog'lanish degan ma'noni anglatgan: masalan, yeyilgan hayvonning kuchi uni yegan odamga o'tgan deb hisoblangan, don va rezavorlar yer kuchlariga ramziy bog'lanishni ta'minlagan. Shu kabi ramziy ma'nolar ko'plab diniy an'analar, qurbonliklar va marosimlarning asosini tashkil etadi.

An'ana va odatlar bilan bir qatorda har qanday xalq madaniyatining ajralmas qismi bo'lgan yana bir unsur huquqdir. Huquq davlat tomonidan tasdiqlangan va muayyan normalar shaklida ifodalangan majburiy xulq-atvor qoidalari tizimini anglatadi. Huquqning ilk shakli inson xulq-atvoridagi taqiqlar (tabular) bo'lgan. Huquq insonlar o'rtasidagi xulq-atvor qoidalari bo'yicha kelishuvdir. Ushbu qoidalar umumiy majburiylikka ega bo'lib, ularning bajarilishi davlat tomonidan nazorat qilinadi. Huquqning ta'siri jamiyat hayotining barcha sohalariga tarqaladi: ular odamlar o'rtasida mahsulot ishlab chiqarish va taqsimlashni belgilaydi, munosabatlarni tartibga soladi, xalqlar o'rtasidagi aloqa va munosabatlarni tartibga soladi.

Eng muhim va ahamiyatli xulq-atvorni tartibga soluvchi unsur bu axloqdir. Axloq insonlarning kundalik munosabatlarini, ularning qadriyatlarga yo'naltirilishini, madaniyatning turli hodisalarini talqin qilishini, inson xatti-harakatlari qoidalari tartibga solishga xizmat qiladi. Axloq xulq-atvorni tartibga soluvchi unsur sifatida har bir inson o'zini qandaydir tarzda tutishi, atrofdagi dunyoga, avvalo, boshqa odamlarga nisbatan harakat va xatti-harakatlar qilishi bilan belgilanadi. Ushbu xatti-harakatlarida xarakter xususiyatlari, temperament, qarashlar, did, odatlar, hissiyotlar va boshqalar namoyon bo'ladi.

Insonning xulq-atvorini jamiyatning madaniy qadriyatlari bilan solishtirish orqali odatdagidan chetga chiqqan yoki odatiy bo'lgan xulq-atvor haqida gapiriladi. Odatda, jamiyat tomonidan ishlab chiqilgan va unga amal qilinadigan normalarga mos keladigan xulq-atvor odatiy hisoblanadi. Bu muayyan odob-axloq qoidalari, muloqotning umumqabul qilingan usullarini va boshqalar bilan muomalada bo'lishni o'z ichiga oladi, bular esa axloqiy baholanishi mumkin.

Shunday qilib, madaniy normalarning turli turlari inson faoliyatining deyarli barcha sohalarini qamrab oladi. Ularning doirasi juda keng - oddiy taqiqlardan tortib, murakkab ijtimoiy institutlar tizimigacha. Madaniyat rivojlanishi jarayonida ayrimlari o'zlari madaniy qadriyatlar maqomini egalladi, ularning bajarilishi esa zamonaviy jamiyatning ijtimoiy ongida nafaqat oddiy majburiyat, balki insonning ongli zarurati va ichki ishonchi sifatida qabul qilinadi. Normativ tartibga soluvchi vositalar ham ruxsat beruvchi, ham taqiqlovchi bo'lishi mumkin. Ular yordamida shaxslar va inson guruhlarining harakatlari tartibga solinadi, muvofiqlashtiriladi, nizoli vaziyatlarni hal qilishning eng maqbul yo'llari ishlab chiqiladi va turli hayotiy masalalarni hal qilish uchun tavsiyalar beriladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Агеев В.С. Межгрупповое взаимодействие: социально-психологические проблемы. - М.: Изд.-во МГУ, 1990.
2. Андреев А. Л. «Мы» и «Они»: отношение россиян к другим странам мира. Обновление России: трудный поиск решений. - М., 1996.
3. Введенская Л.А., Павлова Л.Г. Культура и искусство речи. - Ростов-на-Дону, 1996.
4. Thomas A. Psychologie interculturellen Lehmens und Handelns. Thomas (Ed.). Kulturvergleichende Psychologie. Eine Einfuhrung. Gottingen, 1993.
5. Trommsdorf G. Sozialisation und Werthaltungen im Kulturvergleich. Sozialisation im Kulturvergleich. Stuttgart, 1989.

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

BO'LAJAK JISMONIY MADANIYAT FANI O'QITUVCHILARI SHAXSIY SIFATLARINI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

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.

В данной статье анализируется роль социальной среды и психологических факторов в формировании личностных качеств будущих учителей физической культуры. Кроме того, обоснованы практические результаты таких процессов, как сила воли и эмоциональный контроль, которые необходимо развивать у каждого спортсмена. Из таблиц видно, что формирование личностных качеств будущих учителей физической культуры зависит от психологических факторов и что данная ситуация является очень важным психологическим фактором.

Ключевые слова: Социальная среда, олевые качества, спортивная деятельность, Психологические факторы, Педагогический процесс, Воспитательная деятельность, Социально-психологические мотивы.

Annotation: 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.

Key words: Social environment, Volitional qualities, Sports activity, Psychological factors, Pedagogical process, Educational activities, Social and psychological motives.

Kirish: 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 sifatlerini mukammal o'zlashtirib, rivojlanishiga o'z ta'sirini ko'rsatadi.

Asosiy qism 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.

Hissiy irodaviy sifatleri ajratish va differentsiatsiya qilish muammosining chalkashligiga 1 – jadvalda yaqqol keltirilgan.

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.Puning fikricha, "har bir insonda hissiy irodaviy sifatleri 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 sifatleri 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 sifatleri u yoki bu to'plamlari A.S.Puni fikricha, aniq bir faoliyat turining barqaror, obyektiv shart-sharoitlari orqali belgilanadi. Birinchi navbatda yetakchi hissiy irodaviy sifatleri determinantlashadi.

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

Gorizontaal struktura. Uni layoqatlar tashkil etadi va ularning rolida 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 xususiyatleri ma'lum bir kompleksiga: zaif asab tizimi, "tashqi" balans bo'yicha tormozlanishning ustunligi, tormozlanishning harakatchanligiga bog'liqligi monografiyalarda aniqlangan.

Vertikal struktura. Barcha hissiy irodaviy sifatleri 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 xususiyatleri yotadi.

Shaxsi y 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’iy- lik	Uzoqlashgan va intensiv intilishli	Me’yorda			Juda qat’iy
O‘jarlik	Obyektiv oqlanmagan	Barcha imkoniyatlarni oldindan yanglish fikr bilan kelganligi va ob’ektiv hisobga olinmaganligi bilan ajraladi		Asoslanma gan 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			Tashqarida n keladi	Tashqaridan keladi
Qat’iya t-liylik	Maqsadni aniq anglash, intensiv intilish	Etarli ba’zida haddan ziyod	Tezkor lekin har doim ham asoslashma ganlik	Qat’iy va turg’un	Qat’iy

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 sifatlarni 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 engib, o'z maqsadini ro'yobga chiqarishga intilishda aks etuvchi ijobiy sifatidir.

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

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 intilishida gavdalanuvchi iroda belgisidir.

Mustaqqillik – 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'iylik, vazminlik, sabr-matonat, chidamlilik, bardoshlilik, mustaqillik 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 barkamolligi mezonlaridan 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 sub'ekti sifatida aks etadi. “Men” obrazining ijtimoiy-psixologik ahamiyati shundaki, u shaxs tarbiyasining va tarbiyalanganligining muhim omillaridan hisoblanadi. Shu nuqtai-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 subyektli sifatida refleksiv “Men”.

2. “Men” ichki hislar va idrok obyektli sifatida.

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

Rozenberg quyidagi “Men” tiplarini ajratadi:

1) mavjud bo'lgan “Men” (nalichnoe “YA”) – bu individning hozirgi paytdagi o'zini ko'rishidir (Real “Men”);

2) ko'zlanayotgan “Men” (Jelaemoe “YA”) – individ o'zini qanday ko'rishni xohlaganini ifodalaydi;

3) tasavvur qilinayotgan “Men” (predstavlyaemoe “YA”) – u o'zini boshqalarga qanday ko'rsatishi tushuniladi.

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 qismi: Jamiyat a'zosi bo'lgan sportchi o'zining butun faoliyati davomida atrofdagi kishilar uchun nazoratning obyektli 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 sub'ekti sifatida uning o'zi nazorat mexanizmlarini tashuvchisi hisoblanadi. Bu nazorat boshqalarga yoki shaxsning o'ziga yo'naltirilgan bo'ladi. Birinchi holatda nazorat obyektli 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 obyektli 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'rishlari 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 qadriy xususiyat kasb etuvchi javobgarlik hissi, hissiy irodaviy harakatlarni tadbiq 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.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Gapparov Z.G. Sport psixologiyasi: Jismoniy tarbiya instituti talabalari uchun darslik /tarj. M.Omon; T.: "Mehridaryo", 2011.
2. Gippenreyter YU. B. O prirode chelovecheskoy voli // Psixologicheskiy jurnal. 2005. № 3.
3. Zagaynov R.M. K probleme unikalnosti lichnosti sportsmena-chempiona. "Sportivniy psixolog" jurnali №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. 1013-1019.4.
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.

Maxmudova Zulfiya Mexmonovna

*Buxoro davlat universiteti, Psixologiya
kafedrasida dotsenti, (PhD),*

Olimov Laziz Yarashovich

*Buxoro davlat universiteti, Psixologiya
kafedrasida professori, (PhD)*

QO'RIQLASH XIZMATI XODIMLARI KASBIY KOMPETENTLIGI TAKOMILLASHUVINING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada qo'riqlash xizmati xodimlari ijtimoiy-psixologik va kommunikativ kompetentligi omillarining namoyon etilishi va rivojlanishini tadqiq etish hamda uning o'ziga xos ijtimoiy-psixologik omillarini takomillashtirish haqida fikr yuritilib, xodim ijtimoiy-psixologik kompetentligi va kommunikativ kompetentligini rivojlantiruvchi ijtimoiy-psixologik omillar, komponentlarini aniqlash mexanizmlari ochib berilgan.

Kalit so'zlar: kompetentlik, xodim ijtimoiy-psixologik kompetentligi, kasbiy kompetentlik, kompetentlik, kasbiy faoliyat, kasbiy bilim, ko'nikma va malakalar, kasbiy psixologik xususiyatlar

Аннотация: В данной статье рассматриваются исследования проявления и развития факторов социально-психологической и коммуникативной компетентности сотрудников органов безопасности и совершенствования ее специфических социально-психологических факторов, раскрываются механизмы определения компонентов.

Ключевые слова: компетентность, социально-психологическая компетентность работника, профессиональная компетентность, компетенция, профессиональная деятельность, профессиональные знания, умения и навыки, профессионально-психологические характеристики.

Abstract: This article discusses the research of the manifestation and development of the factors of social-psychological and communicative competence of security service employees and the improvement of its specific social-psychological factors. , the mechanisms for determining the components are revealed.

Key words: *competence, social-psychological competence of an employee, professional competence, competence, professional activity, professional knowledge, skills and competencies, professional psychological characteristics*

Kirish. Kompetentlik va kompetensiya kategoriyalarining tuzilmasini o'rganish jarayonida bir nechta yo'nalishlarni ajratib ko'rsatish mumkin. Ko'pgina mualliflar faoliyatli yondashuvni istiqbolli deb baholaydilar, shuningdek ular kompetentlikni kasbiy faoliyatda namoyon bo'ladi va shu bilan bir qatorda uning asosi ham, deb hisoblaydilar. Bunday holatda kompetentlik jarayonning aniq doirasida samarali harakatni yuzaga keltirish uchun zarur bo'lgan ichki resurslar tizimi sifatida tushuniladi. Kompetentlik tuzilmasi quyidagi komponentlarga ajratiladi: yo'naltiruvchi va ijrochi, mazmunli (bilim) va jarayonli (ko'nikma), kognitiv va operatsional.

Ijtimoiy-psixologik kompetentlik muammosining umumiy jihatlari G.M.Andreyeva, Ye.A.Abulxanova-Slavskaya, V.P.Bederxanova, A.A.Bodalev, M.Kyarest, V.A.Labunskaya, A.N.Leontev, A.K.Markova, D.Mayers, Ye.S.Mixaylova, A.V.Petrovskiy, S.L.Rubinshteyn, A.V.Xutorskiy, A.J.Yujaninova kabi olimlar tomonidan tadqiq etilgan.

A.K.Markova ijtimoiy kompetentlikni mazmun jihatdan tahlil qilib, uning jarayonli va natijali tomonlarini ajratib ko'rsatgan. Muallif kompetentlik tuzilmasini jarayon (pedagogik faoliyat, pedagogik muloqot, o'qituvchi shaxsi) va pedagogik faoliyat natijalari, ya'ni ta'lim oluvchining ta'lim olganlik va tarbiyalanganlik nuqtai nazaridan tizimlashtirilgan.

Chunonchi, mehnat faoliyatining barcha jihatlari uchun psixologik modul deb nomlanuvchi kasbiy bilim, ko'nikma va malakalar, kasbiy psixologik xususiyatlar ishtirok etadi. Shuningdek, kompetentlik tuzilmasi faoliyatning ichki vositasi, ya'ni motiv, bilim, ko'nikma va malaka kabi elementlarni qarab chiqish uning jarayonli va natijali ko'rsatkichlarini hisobga olish haqidagi tasavvur paydo bo'ladi.

A.V.Xutorskiyning o'tkazgan ilmiy izlanishlarida, kompetentlik – o'ziga xos individual-psixologik xususiyat sifatida namoyon bo'lishi, kompetensiya esa insonning aniq bir muhitda samarali va sifatli faoliyati uchun zarur bo'lgan tayyorgarlikka qo'yilgan va oldindan belgilangan ijtimoiy talablardan iboratligini ta'kidlaydi.

Psixologik kompetentlik tuzilmasida J.G.Garanina quyidagi ikkita darajaning mohiyatini bilim, ko'nikma, malaka va fikrlash asosida talqin qiladi:

1) kategoriyalar, hissiy-emotsional obrazlar, ijtimoiy etalonlar, stereotiplar va boshqalar, hamda fikrlash tizimlari (ijtimoiy muammolarni hal etish bo'yicha reflektiv aqliy faoliyat);

2) amaliy, ijrochilik, ya'ni insonlar bilan o'zaro ta'sir o'tkazish malaka va ko'nikmalar tizimi. Yuqoridagi ikkala yo'nalish kompetentlikning reflektiv va progressiv xususiyatlarini ochib berishga xizmat qiladi.

Bizning fikrimizcha, agar shu ikki daraja bo'lmaganida edi kompetentlik tushunchasining mohiyati u qadar to'laqonli hisoblanmasdi.

O.A.Bulavenkoning ta'kidlashicha, kompetentlikni kasbiy faoliyatning o'ziga xos chizgisi sifatida emas, balki shaxsning turg'un oshirilgan yoki pasaytirilgan faollikda namoyon bo'luvchi holati sifatida qarash kerakligini taklif etadi. Fikrimizcha, kompetentlik faqat faol kasbiy faoliyatda namoyon bo'ladi, faoliyatda qanaqadir turg'unlik bo'lishi uni muvaffaqiyatga erishishda to'siq bo'lishi mumkin.

I.A.Zimnaya kompetentlikni yo'naltirilganlik, maqsadni qo'ya bilish, xulqning hissiy-irodaviy boshqarilishi, qadriyatli-mazmunli munosabatlarni o'z ichiga olgan shaxs xususiyatlari sifatida qaraydi. Uning fikricha, kompetentlik tuzilishi quyidagi komponentlar tizimidan iborat:

a) shaxsning ichki psixik, tashqi xulqiy harakatida ushbu xususiyatlarni namoyon qilishga tayyorlik;

b) muvaffaqiyatga erishish uchun vazifalarni bajarishning vositasi, metodlari va dasturlarini anglash, ijtimoiy va kasbiy masalalarni yecha olish, tartib-intizom talablari va o'ziga xos bo'lgan me'yorlariga rioya qilish. Bu kompetensiyaning asosiy mazmun-mohiyatini quyidagicha mazmunda ochib beradi;

c) bilimlarni amaliyotda qo'llay olish tajribasi, ya'ni ko'nikma va malaka;

d) hissiy-irodaviy regulyatsiya, kompetentlikni namoyon qila olish qobiliyati, uning ijtimoiy va kasbiy o'zaro ta'sir holatlariga bog'liq holda namoyon bo'lishini muvofiqlashtirish sifatida.

Pedagog A.A.Dunyushin shaxsning ijtimoiy-psixologik kompetentligi kasbiy faoliyatda insonlar bilan o'zaro munosabatda bo'lishi uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma va malakalarni amalda qo'llay olish qobiliyati ekanligini ta'kidlaydi. Ko'rinib turibdiki, fikr muallifi quyidagi bir necha mulohazalar orqali aniqlashtirilgan:

a) kompetentlik aniq bir faoliyat sub'ekti tavsifi sifatida baholanishi mumkin;

b) kompetentlikning mazmuni kasbiy faoliyat maqsadi, tuzilishi va maxsus talablariga bog'liq;

c) kompetentlik hissiy-irodaviy sifatlar, shaxsning muloqotmandligi, intellektual salohiyati, shaxsning yo'naltirilganligi kompetentlikka asos bo'lib xizmat qiladi.

A.V.Raysev tomonidan kompetentlik tushunchasining mohiyatida quyidagi bosqichlar keltirilgan: intellektual, amaliy, qadriyatli-mo'ljalli va nutqli. Shundagina mutaxassis kompetentligi har doim faoliyat turiga bog'liq bo'lgan aniq holatda namoyon bo'ladi.

L.G.Semushina asarlarida talqin qilishicha, malaka past, o'rtacha va yuqori darajada bo'lganligi tufayli mutaxassis tomonidan biror bir kasb yoki mutaxassislikning egallaganlik darajasini beligab beradi, deb ta'kidlaydi. Olim bu yerda malakani kompetentlik tushunchasiga yaqinlashtirishga uringan.

N.S.Aulova olib borilgan nazariy tahlillarga asoslanib shuni aytish mumkinki, mutaxassislarni faoliyatga tayyorlashda ijtimoiy kompetentlikning quyidagi mezonlarini asos qilish kerakligini ko'rsatadi:

– shaxs refleksiv faolligi darajasi – hamkasblarga munosabat, shaxsiy ahamiyatli kasbiy sifatlarda ifodalangan ideal mutaxassis obrazini tanlash, o'z kasbiga mosligini baholash, refleksiv (o'z tushunchasi va xatti-harakatlarni anglash) harakatlarning shakllanganligi;

– asosiy texnologik tayyorgarlik sifatida mazmunli-jarayonli, operatsional komponentning shakllanganlik darajasini, kasbiy faoliyatning vositalari, metodlari va yo'llarini egallash;

– bilish faollik darajasining o'zlashtirilgan kasbiy bilimlar tizimi, kasbiy masalalarni hal etish usullarini qo'llash ko'nikmasi;

– kasbning yuqori ijtimoiy belgilanganligida ishonchning shakllanganligi darajasi;

– samarali kasbiy faoliyat ko'nikmalarini o'zlashtirish zaruriyatining ahamiyatini anglash;

– ularni o'z kasbiy faoliyatida amalga oshirish yo'llarini topishga intilish;

– anglashning faollik darajasi.

Bizningcha, muallifning mazkur ta'rifida o'ziga xos ijtimoiy-psixologik omillar tizimiga alohida e'tibor qaratadi.

Bugungi kunda jahonda ijtimoiy-psixologik kompetentlikning quyidagi asosiy jihatlariga alohida ahamiyat beriladi:

a) ijtimoiy – o'ziga mas'uliyatni his etish, hamkorlikda qarorlar qabul qilish va unda faol ishtirok etish qobiliyati, turli etnik madaniyat va dinlarga tolerantlik, shaxsiy qiziqishning jamiyat talablari bilan mosligi;

b) kommunikativ – turli tillardagi yozma va og'zaki tarzda muloqot qila olish qobiliyatiga egalik;

c) ommaviy axborot vositalari orqali tarqatilayotgan ijtimoiy axborotga tanqidiy munosabat;

d) kognitiv – doimiy ravishda ta'lim olish darajasini oshirishga intilish, o'zining imkoniyatini faollashtirish va amalga oshirishga bo'lgan ehtiyoj, ya'ni bilim va ko'nikmalarni mustaqil egallash, o'zini-o'zi rivojlantirish qobiliyati;

e) madaniyatlararo kompetensiyalar;

f) mustaqil bilish faoliyati sohasidagi kompetentlik;

j) maxsus – kasbiy amallarni mustaqil bajarishga tayyorgarlik, o'z mehnati natijalarini baholash.

Qo'riqlash xizmati xodimlari kasbiy kompetentligini rivojlantirishda kommunikativ kompetentlik bilan o'zaro proporsionallikda takomillashtirishga qaratilgan psixotexnikalarni qo'llash orqali yuqori samaradorlikka erishilganligini ko'rishimiz mumkin.

**Qo'riqlash xizmati xodimlari emotsional intellektining qiyosiy ko'rsatkichlari tahlili
(N.Xoll usuli bo'yicha)**

Omilar	sutkalik naryad asosidagi xodimlar				vaxta usulidagi naryad asosidagi xodimlar			
	Aniqlovchi tajriba		Nazorat tajriba		Aniqlovchi tajriba		Nazorat tajriba	
	M ₁	S	M ₂	S	M ₁	S	M ₂	S
Emotsional bilimdonlik	9,02	2,13	13,68	1,99	10,26	2,01	15,38	1,38
O'z emotsiyasini boshqarish	8,03	1,23	15,49	2,13	11,72	1,13	16,25	1,36
O'zini-o'zi rag'batlantirish	9,03	1,41	15,73	1,53	11,84	1,33	15,80	1,51
Empatiya	9,12	1,52	15,54	1,94	11,02	2,01	16,46	1,18
O'zga insonlarning kechinmalarini sezish	7,33	2,43	15,87	2,21	11,87	2,12	16,67	0,68

Izoh: M – o'rtacha qiymat. S – standart xatolik

Yuqoridagi jadvallardan ko'rinib turibdiki, trening dasturi qo'llanilgandan keyin sutkalik naryad asosidagi xodimlarning emotsional intellektining umumiy natijalari shuni ko'rsatadiki, o'rtacha ko'rsatkich emotsional bilimdonlik 4,66, o'z emotsiyasini boshqarish 7,46, o'zini-o'zi rag'batlantirish 6,70, empatiya 6,42, o'zga insonlarning kechinmalarini sezish 8,54 ball doirasida o'shishga erishilganligini ko'rishimiz mumkin.

Vaxta usulidagi naryad asosidagi xodimlar emotsional intellektining umumiy ko'rsatkichlarini tahlil qilar ekanmiz, emotsional bilimdonlik 5,12, empatiya 5,44, o'zga insonlarning kechinmalarini sezish 4,80, o'z emotsiyasini boshqarish 4,53, o'zini-o'zi rag'batlantirish 3,96 ball yuqorilaganligi faoliyat jarayonida hamkasblari va fuqarolar bilan muloqotda samarali natijaga erishish imkonini berishi bilan ahamiyat kasb etib, emotsional kechinma chegaralari, emotsional intellektning ikki tomoni, ya'ni o'zining emotsiyalarini tushunish uchun intellektual boshqaruvga yoki aksincha kasbiy faoliyat jarayonida ijodiy impuls va intuitsiyalarni ta'minlashda emotsiyaga zarurat borligini anglash, muloqot qilinayotgan shaxs emotsiyasining vazifalari to'g'risidagi bilimlarga, faoliyat jarayonida emotsional barqarorlik va beqarorlik, salbiy emotsional holatlar, xususan: affekt, stress, frustratsiya, depressiya va ulardan chiqish yo'llarini izlash to'g'risidagi psixologik tomonlari va hayotiy tajribadan yetarli darajada boxabar ekanligidan dalolat beradi.

Trening mashg'ulotlari o'tkazilgandan so'ng barcha kompetentlik omillari bo'yicha o'sish kuzatilganligini ko'rishimiz mumkin. Jumladan, uch yilgacha ish tajribasiga ega bo'lgan xodimlarda sotsial-perseptiv kompetentlik omili 4,8, kommunikativ kompetentlik 5,8, kognitiv kompetentlik 5,1, individual psixologik kompetentlik esa 4,1 balga ko'tarilganligini ko'rishimiz mumkin. Uch yildan ortiq ish tajribasiga ega bo'lgan xodimlarda ham ko'rsatkichlarning yuqori darajasi kuzatildi: sotsial-perseptiv kompetentlik omili bo'yicha 5,1, kommunikativ kompetentlik 4,8, kognitiv kompetentlik 4,2, individual psixologik kompetentlik esa 5,2 ball yuqoriladi.

Sotsial-perseptiv kompetentlik omili bo'yicha yuqori ko'rsatkichga ega bo'lgan respondentlarda muloqot jarayonida ijtimoiy persepsiya mexanizmlari, ya'ni refleksiya, identifikatsiya, empatiya muvaffaqiyatli darajada ishlashidan dalolat beradi. Ular o'z suhbatdoshlarini har qanday holatda ham tushunib, emotsional qo'llab-quvvatlashlarini anglatadi. Xodimlar kasbiy faoliyatida sotsial-perseptiv kompetentlik kasbdoshlari, rahbariyat va fuqarolar bilan ishlashda muhim ahamiyatga ega. Shu boisdan, kasbiy kompetentligi yuqori bo'lgan xodimlarda mazkur omilni yuqori darajada namoyon bo'lishi maqsadga muvofiqdir.

2-jadval

Qo'riqlash xizmati xodimlarida kasbiy kompetentlik omillarining namoyon etilishi va rivojlanganlik darajalari (IPS natijalari asosida)

№	Omillar	sutkalik naryad asosidagi xodimlar			vaxta naryad usulidagi asosidagi xodimlar		
		M ₁	M ₂	S	M ₁	M ₂	S
1	Sotsial-perseptiv kompetentlik	15,4	20,2	1,37	17,7	22,8	1,09
2	Kommunikativ kompetentlik	13,8	19,6	1,52	16,9	21,7	1,75
3	Kognitiv kompetentlik	16	21,1	1,23	18,6	22,8	1,05
4	Individual psixologik kompetentlik	16,8	20,9	2,02	18,4	23,6	1,02

Izoh: M – o'rtacha qiymat. S – standart xatolik

Kommunikativ kompetentlik bo'yicha yuqori natijalarning qayd etilishi, xodimlarda muloqotda so'zning motivatsion funksiyasidan samarali foydalanish, ma'lumotlarni aniq, tizimli bayon qilish, nutqning ta'sirchanligini oshirish uchun paralingvistik ta'sir vositalarini qo'llash ko'nikmasining ustuvor ekanligini ko'rsatadi. Xodimlardagi muloqot auditoriyasining rang-barangligi axborotni qabul qilish va uzatish jarayonida paralingvistik, ekstrolingvistik ta'sir mexanizmlaridan samarali foydalanishni talab etadi.

Ijtimoiy-psixologik kompetentlik omillaridan navbatdagisi kognitiv kompetentlikdir. Aslida kognitiv kompetentlikning yuqori darajada namoyon bo'lishi xodimlarda kasbiy ma'lumotlarni to'plash, mantiqiy operatsiyalar yordamida qayta ishlash, ijodiy tafakkur doirasida uning ahamiyatlilik darajasini baholash hamda tahlil qilish, kasbiy funksional vazifalarni bajarishda tezkor qaror qabul qilish hamda vaqtni rasional taqsimlash xususiyatining ustuvorligini anglatadi. Umuman olganda mazkur omil bo'yicha aniqlangan holat kognitiv kompetentlik omilini namoyon bo'lishida xodimlarda kasbiy faoliyat bilan bog'liq vaziyatli to'siqlarni yengib o'tish ko'nikmasining rivojlanganlik darajasini ijtimoiy ish tajribasiga bog'liq ravishda namoyon bo'lishi muhim ahamiyatga ega ekanligi kuzatilmoqda.

Autopsixologik kompetentlik omili bo'yicha yuqori natijaga ega bo'lgan xodimlarda o'z hatti-harakatlarini to'g'ri boshqara olish, o'z shaxsiy xususiyatlarini adekvat baholay olish, o'zini-o'zi tartibga solish qobiliyati yaqqol ko'zga tashlanmoqda. Xodimlarning doimiy o'z ustida ishlab, atrofdagilarning ayniqsa, fuqarolar hamda hamkasblarining ijtimoiy kutuvlariga o'zlarini moslashtirib, o'z-o'zlarini nazorat qilishlari, o'z-o'zlarini kuzatishlari, tahlil qilishlari asosida o'z-o'zlarini anglashlari muhim kasbiy-professional xususiyatlaridan biri hisoblanadi. Demak, o'rganilgan empirik natijalar asosida qo'riqlash xizmati xodimlarining ijtimoiy-psixologik kompetentligiga ta'sir etuvchi psixologik omillar (ish tajribasiga qarab) turli ko'rinishda bo'lishi mumkinligi kuzatildi. Ushbu omillarni aniqlash asosida qo'riqlash xizmati xodimlarining ijtimoiy-psixologik kompetentligini oshirishdagi mavjud bo'lgan muammolarni bartaraf etish bo'yicha muayyan darajadagi psixologik tahlillar olib boriladi va shu tahlil natijalari asosida ularga psixologik xizmat ko'rsatishning keyingi vazifalarini aniqlab beradi.

Demak, o'rganilgan empirik natijalar asosida qo'riqlash xizmati xodimlarining ijtimoiy-psixologik kompetentligiga ta'sir etuvchi psixologik omillar (ish tajribasiga qarab) turli ko'rinishda bo'lishi mumkinligi kuzatildi. Ushbu omillarni aniqlash asosida qo'riqlash xizmati xodimlarining ijtimoiy-psixologik kompetentligini oshirishdagi mavjud bo'lgan muammolarni bartaraf etish bo'yicha muayyan darajadagi psixologik tahlillar olib boriladi va shu tahlil natijalari asosida ularga psixologik xizmat ko'rsatishning keyingi vazifalarini aniqlab beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Maxmudova Z.M., Olimov L.Ya. O'smirlarda ekstremal vaziyatlarda psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirish. Monografiya. "Buxoro viloyat bosmaxonasi MChJ" nashriyoti. Buxoro. 2021. -B. 160.

2. Maxmudova Z.M., Olimov L.Ya. Psychodiagnostics. O'quv qo'llanma. "Turon zamin ziyo" nashriyoti. Toshkent 2014. -B. 298.
3. Olimov L.Ya. Psixodiagnostika va psixometrika asoslari. Darslik. "Durdona" nashriyoti. Buxoro. 2021. -B. 747.
4. Olimov L.Ya. Umumiy psixodiagnostika. "Durdona" nashriyoti. Buxoro. 2020. -B. 1103.
5. Olimov L.Ya., Maxmudova Z.M.. Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya. o'quv qo'llanma. "Turon zamin ziyo" nashriyoti. T. 2020. -B. 820.

Quliev Yorqin Karimovich

BuxDU Psixologiya va sotsiologiya kafedrası dotsenti

DAXLDORLIK XODIMLARNI BOSHQARISHDA MOTIVATSIYA ELEMENTI SIFATIDA

Annotatsiya: maqolada korxona va tashkilotlardagi muvaffaqiyati va foydasi hisoblangan ishchi xodimlarning daxldorligi asoslari ochib berilgan. Daxldorlik - bu xodimlarning mehnat motivatsiyasining elementi bo'lib, sodiqlik, ishonchlilik va ishdan qoniqish kabi tarkibiy qismlari xodimning o'z ishiga va mehnat majburiyatlariga ijobiy munosabatini shakllantirishda bog'lovchi rol o'ynaydi. Maqolada shuningdek, mehnat motivatsiyasining turlari va daxldorlik omillarini, ishga qabul qilingan va ishdan bo'shatilgan xodimlarga ega bo'lgan tashkilotlarning o'ziga xos xususiyatlarini, xodimning o'zi uchun ham, ishlayotgan korxona va tashkilot uchun ham daxldorlik rolining ahamiyati ochib berilgan.

Kalit so'zlar: ish motivatsiyasi, xodimlarning daxldorligi, daxldorlik belgilari, ishonchlilik, mas'uliyat, ishdan qoniqish, tashkilotga sodiqlik, daxldorlik, xodimlarning sadoqati, xodimlarni jalb qilish, xodimlarning tashkilotga bo'lgan munosabati.

Annotation: The article reveals the basics of employees who are considered success and benefit in enterprises and organizations. The invaluable is the element of labor motivation, such as loyalty, reliability and childbirth satisfaction, plays a link to link the employee's positive attitude to the employee's own work and labor commitment. The article also reveals the importance of involvement of the types and involvement of labor motivation, the factors with hired oriented entities, for the employee itself, and the enterprise and the organization.

Keywords: Working motivation, characteristics, inventions, reliability, responsibility, work, organization, involvement of employees, their attitude towards organization.

Kirish. Daxldorlik muammolari sohasida olib borilgan ilmiy izlanishlar shuni ko'rsatadiki, so'nggi paytda korxona va tashkilotlarda faoliyat yuritayotgan ishchi-xodimlar tashkilot tarkibidagi asosiy bo'g'inlardan biri ekanligi menejment va boshqaruv sohasida tobora ommalashib bormoqda. Chunki korxonaning muvaffaqiyati va foydasi xodim bajaradigan ish sifatiga bog'liq bo'ladi. Har bir ish beruvchi oldida mehnat sharoitlarini optimallashtirish, qulay ish muhitini yaratish, kadrlar almashinuvini kamaytirish, shuningdek, tashkilot faoliyatini takomillashtirish jarayonlariga xodimlarni jalb qilish vazifasi turibdi. Korxona oldiga qo'ygan maqsadlarga erishish uchun ish beruvchi birinchi navbatda o'z xodimlarini rag'batlantirishi, ularning mavjud ehtiyojlarini qondirishi kerak.

Shu bilan birga ta'kidlash joizki, tashkilotlardagi motivatsion jarayon - bu tashqi va ichki omillar majmuasi ta'sirida mehnat xatti-harakati motivlarini shakllantirishga qaratilgan faoliyatni rag'batlantirish jarayoni tushuniladi. Xodimlarning ijtimoiy ahamiyatga ega ehtiyojlarini qondirish va keyinchalik ularning mehnat motivlarini shakllantirishning muhim sharti mehnat motivatsiyasi hisoblanadi. Bu faol mehnat faoliyati, undan olingan va oldindan belgilab qo'yilgan natijalar bir-biriga bog'liq bo'lgan yagona butunlikning ehtiyot qismlari sifatida ishlaydigan mexanizmdir.

Ushbu masala bo'yicha mavjud ilmiy izlanishlarni o'rganish orqali motivatsiyaning uchta turi aniqlandi. Jumladan:

1) me'yoriy - ishontirish, taklif qilish, ma'lumot berish, shaxsning ma'lum bir xatti-harakatga motivatsiyasini psixologik yuqtirish orqali;

2) majburlash, undash – turli intizomiy choralardan foydalanish, xodim tashkilotning tegishli talablarni bajarmagan taqdirda uning ehtiyojlarini qondirishda to'siqlar yaratish orqali;

3) motivatsiya orqali rag'batlantirish - shaxsga ta'sir emas, balki uni o'rab turgan tashqi sharoitlarga xodimni ma'lum xatti-harakatlarga undaydigan rag'batlantiruvchi vositalar yordamida bo'ladi. Ish beruvchi shaxs ichidagi xatti-harakatlarni tartibga soluvchi ichki motivatsiya uchun sharoit yaratishi kerak. Tashkilotning ushbu yo'nalishdagi samaradorligining asosiy kontsepsiyasi "daxldorlik" atamasi hisoblanadi.

Xodimlarning daxldorligi - bu xodimlarning o'zlarini tashkilotning bir qismi sifatida bilishi, uning qadriyatlarini, korporativ tamoyillari va ishtiroklarini qabul qilishi va o'zlashtirishi xisoblanadi. Bu shaxsning o'ziga yuklangan vazifalarni bajarish, samarali natijaga erishish uchun maksimal kuch va imkoniyatlarni ishga solish istagi hisoblanadi. Britaniya tadqiqot instituti CIPD xodimlari "daxldorlik" deganda xodimning topshirilgan vazifaga diqqatini jamlashi, o'z roldan qoniqish, shuningdek, tashkilotga, uning maqsadlari va qadriyatlariga sadoqatini tushunishadi[4]. Daxldorlikning yagona ta'rifi hali ham mavjud emas va bu bugungi kunda muhim tadqiqot muammosidir. Daxldorlik shaxsning faoliyatni amalga oshirishdagi faollik darajasi bilan belgilanadi va dinamizm bilan tavsiflanadi.

Ta'kidlash joizki, shaxs falsafasida "daxldorlik" tushunchasi asosiy hisoblanadi. Nemis faylasufi P.L. Landsberg o'zining "Shaxsiy ishtirok haqida mulohazalar" nomli maqolasida daxldorlikni insoniyat tarixiylik sifatida tavsiflash orqali ushbu kontsepsiyani kiritdi. Daxldorlik insoniyat kelajagi uchun o'z mas'uliyatini anglash demakdir; u erkinlikdan voz kechish sifatida namoyon bo'lmaydi, balkim inson erkinligini va shaxsiy hayotni amalga oshirish uchun asos hisoblanadi.

Daxldorlik muayyan ijtimoiy sharoitda, shaxsning boshqa odamlar bilan o'zaro munosabati jarayonida shakllanadi va ijtimoiy-psixologik xususiyatga ega. Daxldorlik har doim ijtimoiy o'zaro ta'sirning natijasidir; (Individual faoliyat jarayonida odamda motivatsiya paydo bo'ladi, masalan, inson tabiat bilan munosabatda bo'lganda). Daxldorlikning shakllanish xarakterini tahlil qilib, shuni ta'kidlash kerakki, daxldorlik shaxsning e'tirof etilmasligi mumkin bo'lgan ehtiyojlari bilan bog'liq bo'lib, u muayyan kuch sarflaydi, faollik ko'rsatadi va ijodiy moslashuv, faoliyatni amalga oshirish jarayonida uning ehtiyojlarini qondirishni kutadi. Daxldorlik - bu odamning xatti-harakatida namoyon bo'ladigan va tashqi ko'rinishga ega bo'lgan ichki ruhiy jarayon. Ichki jarayonlar hissiy kechinmalar, motivlar va shaxsiy ma'nolarda ifodalanadi. Tashqi ko'rinishlar sarflangan harakatlar miqdorida aks etadi.

"Daxldorlik" tushunchasining boshqa tegishli tushunchalar bilan, shuningdek, daxldorlikga qarama-qarshi bo'lgan tushunchalar bilan aloqasini taxlil qilganimizda quyidagilarni ko'rishimiz mumkin:

1)Daxldorlik va motivatsiya. Daxldorlik va motivatsiya tushunchalari o'rtasidagi bog'liqlikni tadqiqotchilar aloxida o'ziga xosligini ta'kidlaydilar. Ko'pgina xorijiy tadqiqotlarda daxldorlik va motivatsiya bir xil «engagement» atamasi bilan tavsiflanadi, ammo bizning nuqtai nazarimizdan, bu tushunchalarni ajratib ko'rsatish kerak, chunki daxldorlik va motivatsiya turli xil shakllanish mexanizmlariga ega. Shaxs har doim boshqa odamlar bilan aloqada (ijtimoiy kontekstda) ishtirok etadi va ishtirok doimo birgalikdagi faoliyat jarayonida yuzaga keladi, motivatsiya esa ijtimoiy kontekstdan tashqarida (individual faoliyat jarayonida) shakllanishi mumkin.

Motivatsiyani oqim holati bilan solishtirish mumkin. Oqimni boshdan kechirayotgan odam qo'shimcha mustahkamlashga, maqsadga muhtoj emas. U faoliyat jarayonining o'zi bilan shug'ullanadi, vaqtni, ish rolini unutadi, butun diqqatini bajarilayotgan faoliyatga qaratadi, u maksimal darajada konsentratsiyani ko'rsatadi. Daxldorlik amalga oshirilayotgan faoliyat bilan uzoq muddatli munosabatlarni o'z ichiga oladi va turli kontekstlarda yuzaga kelishi mumkin.

Daxldorlik insonning faoliyatni amalga oshirish jarayonida e'tibor va faollikning holati yo'nalganlikni aks ettiradi, shuningdek, shaxsning diqqatini jamlash va faolligini ifodalash mumkin, ammo bu tushuncha hissiy, motivatsion va qiymat komponentlarini ham o'z ichiga oladi; ular "motivatsiya" tushunchasida ifodalanmaydi. Daxldorlik va motivatsiya bir-biriga bog'liq kognitiv jarayonlardir, lekin ular bir xil tushunchalar emas; kognitiv komponent daxldorlikning faqat bitta komponentidir.

Daxldorlik va motivatsiya bir-biri bilan chambarchas bog'liq: faoliyatni amalga oshirishda qoniqish hissi faollikni kuchaytiradi; xuddi shunday, daxldorlik holati faoliyat samaradorligiga va uni amalga oshirish jarayoni va natijalaridan qoniqish tajribasiga yordam beradi. Biz ishga daxldorlikni motivatsiya bilan bog'liq bo'lgan kengroq tuzilma sifatida ko'ramiz, chunki daxldorlik kognitiv jarayonlarni ham o'z ichiga oladi.

2)Daxldorlik va sodiqlik turli xil hodisalar bo'lib, ularning individual komponentlari o'zaro bog'liq bo'ladi. J. Meyer va N. Allen daxldorlikni sodiqlikning hissiy komponenti sifatida aniqlaydilar (tashkilotga identifikatsiya va hissiy bog'lanish bilan birga). O.V. Andryushchenko, shuningdek, daxldorlikni sodiqlikning tarkibiy qismi sifatida ko'radi[5]. Britaniya Xodimlar va Rivojlanishning Chartered Instituti (CIPD) xodimlarining nuqtai nafari bo'yicha, majburiyat vazifaga diqqatni jamlash, tashkilotning maqsadlari va qadriyatlariga sodiqlik, xodimlarning o'z roolidan qoniqish sifatida ifodalanadi. Xodimning mehnati maksimal darajada bo'lgan holatlar mavjud, ammo u past darajadagi sodiqlikka ega.

3)Daxldorlik va faollik ierarxik tashkilotga ega bo'lib, unda shaxsning motivlari va u amalga oshiradigan faoliyatga munosabati namoyon bo'ladi. Ikkala tushuncha ham bajarilayotgan faoliyatning dinamikligini aks ettiradi. Ko'pgina xorijiy tadqiqotchilar daxldorlikni inson xatti-harakatlarida namoyon bo'ladigan faoliyat darajasi orqali belgilaydilar. A.K. Osnitskiy sub'ektiv faoliyat va jalb qilish o'rtasidagi bog'liqlikni o'rgangan. Uning fikricha, sub'ektiv faoliyat hayotiy faoliyatning ma'lum turlarida namoyon bo'lishi mumkin, bunda shaxs o'zi uchun sub'ektiv jalb qilish o'lchovini, o'z maqsadlariga erishishda namoyon bo'ladigan ijodkorlik o'lchovini belgilaydi [4]. Bizningcha, daxldorlik va faoliyat bir xil tushunchalar emas: faoliyat daxldorlikning xulq-atvor komponentini aks ettiradi; daxldorlik, shuningdek, motivatsion va qiymat komponentini o'z ichiga oladi va yanada ajralmas tushunchadir. Alohida-alohida, mualliflar daxldorlikning ajralish, charchash, begonalashish kabi "antipodlarini" ta'kidlaydilar.

4)Daxldorlik va daxlsizlik. V.Shaufeli faollik va o'zaro bog'liqlikni bir-biriga qarama-qarshi qo'yib, faollik o'quvchilarning o'quv muhiti ta'minlagan ta'lim imkoniyatlari va amaliyotlariga nisbatan faol, konstruktiv va mazmunli munosabatini bildirishini ta'kidlaydi. Unga ko'ra, uzilish passiv, disfunktsiyali, uzoq va ahamiyatsiz aloqalarni anglatadi. Shu bilan birga, muallifning ta'kidlashicha, daxlsizlikning yo'qligini daxldorlikning mavjudligi yoki aksincha tushunish mumkin emas [2]. E. Klinger faoliyat kontekstida "jahldorlik – aralashmaslik" uzluksizligini ko'rib chiqadi va bu hodisalarning ikkalasi ham insonni atrof-muhitga moslashtirishda foydali ekanligini ta'kidlaydi (daxldorlik o'zaro ta'sirning yangi usullarini yaratishga imkon beradi, daxlsizlik esa o'zaro ta'sir qilish imkonini beradi).

5)Daxldorlik va hissiy charchash. Daxldorlik hissiy charchashning ijobiy antitezi sifatida qaraladi. Agar mehnatga daxldorlik xodimlarning xatti-harakatlarini tavsiflovchi ijobiy hodisa sifatida taqdim etilsa, unda uning salbiy hodisasi charchashdir. K.Maslax [3] fikricha, shugullanish, mehnat qilishning asosiy tarkibiy qismlari: energiya, daxldorlik va samaradorlik, ular charchashga qarama-qarshidir. Ishdan charchash hodisasi ish bilan shug'ullanishni buzadigan manba sifatida taqdim etiladi: energiyani charchoqqa, mashg'ulotni beadablikka va samaradorlikni samarasizlikka aylantirish tushuniladi.

V.Shaufeli mehnatga daxldorlikni hissiy charchashning to'liq teskarisi sifatida emas, balki mustaqil hodisa sifatida ko'rib chiqishni taklif qildi. U jalb qilishni energiya, motivatsiya va yutilish bilan tavsiflangan ijobiy, qoniqarli va ish bilan bog'liq hodisa deb ta'riflagan [4]. Daxldorlik va charchash, bir tomondan, bir-biriga qarama-qarshi bo'lishi mumkin bo'lgan, ikkinchi tomondan, ruhiy hodisalarning bir xil uzluksizligining qutblari sifatida taqdim etiladigan hodisalardir.

6)Daxldorlik va begonalashish. Begonalashish inson faoliyati va uning natijalari insonning o'ziga qarama-qarshi bo'lgan va shaxsning o'zidan muhimroq bo'lgan jarayonlarda o'zini namoyon qiladi. Begonalashish dastlab o'zaro bog'langan va birlikni ifodalovchi elementlarning ajralish jarayonini aks ettiradi. Begonalashish ko'pincha kuchsizlik, ma'no yo'qligi, izolyatsiya va chekinish hissi bilan bog'liq. Daxldorlik begonalashishdan farqli o'laroq, odamlarni qo'shma faoliyatga birlashtirish jarayonini aks ettiradi, bu daxldorlik va jamiyat hissi bilan birga keladi [4].

Daxldorlik mavzusida olib borilgan tadqiqotlar tahlilidan xodimlarni daxldorlik darajasi yuqori bo'lgan tashkilotlarning bir nechta belgilarini ko'rishimiz mumkin. Misol uchun:

- yuqori daromad;
- mijozlarga yaxshi xizmat ko'rsatish (bu ish va daromad unumdorligini oshishiga olib keladi, o'rtacha tekshiruvlar yuqori, mijozlarning qoniqish darajasi va boshqalar);
- mijozlar bilan ziddiyatli vaziyatlarni ijobiy hal qilish;
- xodimlar ko'pincha qo'shimcha maosh olmasdan, qo'shimcha harakatlar qiladilar;
- biznesni yaxshilash;
- odamlarning faolligi oshishi bilan bog'liq jarayonlar;
- yuqori mehnat unumdorligi;
- xodimlar inqiroz davrida kompaniyaning ahvolini yaxshiroq tushunadilar va bunday davrlarda kamroq yo'qotishlar bilan omon qolishga yordam beradi;
- kadrlar almashinuvining kamayishi;
- ishdan bo'shatishning pasayishi [5].

Ishga kirishishning past ko'rsatkichining aniqlanishi xodimlarni boshqarish tuzilmasida kamchiliklar, xodimlarni taqsimlashda xatolar, xodimlarning motivatsiyasining pastligi, kadrlar zaxirasini tayyorlash va qayta tayyorlashdan dalolat beradi.

Shuningdek, xodimlarni ishga jalb qilish darajasi past bo'lgan tashkilotlarning belgilarini orasida quyidagilarni ko'rishimiz mumkin:

- xodimlar mehnat faoliyatiga taqlid qiladilar, ishda begona harakatlar bilan shug'ullanadilar: choy ichish, Internetda kezish, hamkasblari bilan shaxsiy muammolarni muhokama qilish;
- qiyinchilik yoki g'ayrioddiy vaziyatlarda xodim javobgarlikni o'z zimmasiga olmaydi, balki rahbaridan ko'rsatmalar kutadi;
- xodimlar ko'pincha belgilangan muddatlarni o'tkazib yuborishadi, korxonada qog'ozbozlik hukm suradi;
- xodimlar "qo'ng'iroqdan qo'ng'iroqgacha" ishlaydi;
- korxonada kadrlar almashinuvining yuqori darajasi kuzatiladi;
- xodimlar ko'pincha barcha yangilik va tashabbuslarga qarshi chiqadilar;
- o'rta darajadagi rahbarlar o'z qo'l ostidagilarni rag'batlantirishga qodir emas;
- turli bo'limlarning xodimlari yoki umuman aloqa qilmaydilar yoki ular o'rtasida "sovuq" aloqa paydo bo'ladi;
- xodimlar norasmiy guruhlariga yig'ilib, ish vaqtida bir-biriga qarshi "do'stlashadilar"[5].

Xulosa qilib aytganda, xodimlarni ishga qabul qilishda ish beruvchi nafaqat kasbiy fazilatlar, bilim va tajribalar to'plamini, balki tashkilot manfaati uchun ishlash, o'rganish va rivojlantirish istagini ham hisobga olishi kerak. Tashkilot xodimi tashkilotning bir qismi bo'lishi va umumiy maqsadlarga erishish uchun barcha sa'y-harakatlaringizni qilishi lozim. Tashkilot o'z xodimlarini har tomonlama jalb qilishi va rag'batlantirishi lozim, chunki faqat jalb qilingan xodim tashkilotning raqobatbardoshligi va bozordagi pozitsiyasiga bog'liq bo'lgan samaradorlik darajasini oshirishi mumkin. Daxldorlik xodimlarning mehnat motivatsiyasining asosiy elementi bo'lib, sodiqlik, ishonchlilik va ishdan qoniqish kabi tarkibiy qismlari xodimning o'z ishiga va mehnat majburiyatlariga ijobiy munosabatini shakllantirishda bog'lovchi rol o'ynaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Bryuxovetskaya N.E., Chernaya A.A. Xodimlarni korxonalar ishiga daxldorligini shakllantirish // Sanoat rivojlanishini tartibga solish strategiyasi va mexanizmlari. Kiev. 2013. No 5. 321-b.
2. Dolzhenko R.A. Qoniqish, sodiqlik, xodimlarni daxldor qilish: tushunchalarni aniqlashtirish // Oltoy davlat agrar universitetining xabarnomasi. Barnaul. 2014. No 9 (119) P. 157-162.
3. Egorova A.S. Xodimlarni daxldor qilish: tushunish uchun 7 qadam / A.S. Egorova. M.: INFRA - M, 2014 – 314 b.
4. Karsan R. Dream kompaniyasi. Nega muvaffaqiyatli kompaniyalar "biz" deyishadi / Rudy Karsan, Kevin Cruz; qator ingliz tilidan E. Vaxraneva. – M.: Mann, Ivanov va Ferber, 2012. S. 248
5. Tsarenko S. Daxldorlik uchun motivatsiya: xodimlarning "uchqun bilan" ishlashini ta'minlash uchun nima qilish kerak? // Kadrovik.ru. 2012. № 6.

Axatov Yo'ldoshjon Hamzayevich,
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

IJODIY QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISHDA IRODAVIY SIFATLARNING O'RNI

Annotatsiya: *Ushbu maqola o'smirlar o'zlarini anglash, ijtimoiy guruhlarda o'z o'rnini topish va boshqalar bilan samarali muloqot qilish orqali liderlik qobiliyatlarini rivojlantiradilar. Maqolada o'smirlarning o'ziga bo'lgan ishonchi, motivatsiya, emotsional intellekt va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash kabi psixologik omillar va ijtimoiy muhitning liderlik qobiliyatlarini shakllantirishdagi roli haqida so'z yuritiladi.*

Kalit so'zlar: *emotsional intellekt, motivatsiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, o'ziga bo'lgan ishonch, shaxsiy rivojlanish, ijtimoiy muloqot.*

Kirish. Liderlik qobiliyati nafaqat tug'ma xususiyatlarga, balki ijtimoiy va psixologik omillarga ham bog'liqdir. O'smirlik davrida liderlikni shakllantirishda oilaviy ta'sir, tengdoshlar bilan o'zaro munosabatlar, maktabdagi ijtimoiy guruhlar va individual psixologik omillar muhim rol o'ynaydi. O'smirlarning o'ziga bo'lgan ishonchi, emotsional intellekti, motivatsiya darajasi, hamda boshqalar bilan samarali muloqot qilish qobiliyati ular uchun lider sifatida muvaffaqiyatli rivojlanishning asosiy omillaridir.

Shu bilan birga, ijtimoiy muhit va atrofdagi insonlar o'smirlarning liderlik salohiyatini shakllantirishda juda katta rol o'ynaydi. Oila va maktab muhitida o'smirlar uchun qo'llab-quvvatlovchi, rag'batlantiruvchi va ilhomlantiruvchi sharoitlar yaratish, ularning liderlik ko'nikmalarini rivojlantirishda muhim o'rin tutadi. O'smirlarning o'zini anglash va shaxs sifatida shakllanishi ko'pincha ular uchun yangi imkoniyatlarni ochadi va ular jamiyatda faol va mas'uliyatli liderlarga aylanishlari mumkin.

Maqolaning asosiy maqsadi o'smirlik davrida liderlik qobiliyatlarini shakllantirishda psixologik va ijtimoiy omillarning rolini tahlil qilishdir. Shuningdek, o'smirlar uchun liderlik ko'nikmalarini rivojlantirishda yordam beruvchi asosiy omillarni aniqlash va ularga tegishli tavsiyalar ishlab chiqishdir. Bu tadqiqot o'smirlar uchun kerakli psixologik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni ta'minlashga yordam berishi mumkin.

Emotsional intellekt va liderlik Goleman (1995) o'zining Emotional Intelligence asarida emotsional intellektni liderlik qobiliyatlari bilan bog'laydi. Golemanning tahlillariga ko'ra, liderlik faqat intellektual qobiliyatlarga asoslanmaydi, balki emotsional idrok va boshqalar bilan samarali muloqot qobiliyatlariga ham bog'liq. O'smirlar o'z his-tuyg'ularini boshqarish va boshqalarning hissiyotlarini tushunish orqali ijtimoiy guruhlar ichida muhim rol o'ynaydilar.

Motivatsiya va liderlikni rivojlantirish Deci va Ryan (1985) o'zlarining *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior* asarida motivatsiyaning o'smirlarning rivojlanishidagi ahamiyatini o'rganishadi. Ularning fikriga ko'ra, ichki motivatsiya o'smirlarning o'zini rivojlantirish va o'z maqsadlariga erishishda katta rol o'ynaydi. Ichki motivatsiya va o'zini anglash o'smirning liderlik qobiliyatlarining shakllanishida asosiy omil hisoblanadi.

O'smirlar va jamiyatdagi liderlik Steinberg (2014) *Age of Opportunity* asarida o'smirlik davrining ijtimoiy va psixologik jihatlarini o'rganadi. Tadqiqotda o'smirlarning qaror qabul qilish, ijtimoiy munosabatlarni boshqarish va jamiyatdagi roli haqida so'z yuritiladi. Steinbergning fikriga ko'ra, o'smirlarning lider sifatida shakllanishi ko'pincha ular ijtimoiy guruhlariga qo'shilganida va boshqalar bilan o'zaro ta'sirda bo'lganida yuzaga keladi.

Liderlik va o'smirlar uchun psixologik qo'llab-quvvatlash Schunk va Ertmer (2000) o'zining *Self-regulation and Academic Learning* nomli asarida o'smirlarning o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish va psixologik qo'llab-quvvatlashning liderlikni shakllantirishdagi ahamiyatini ko'rsatadi. Maktab muhitida o'smirlarning o'zini-o'zi nazorat qilish va muvaffaqiyatga erishish ko'nikmalarini rivojlantirish, ularni lider sifatida shakllantirishga yordam beradi.

Psixologik omillar o'smirlik davrida liderlik qobiliyatlarini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. O'ziga bo'lgan ishonch, o'zini boshqarish, hissiy holatlarni nazorat qilish va emotsional intellekt o'smirning lider sifatida rivojlanishiga yordam beradi. O'smirlarning o'zini tanib, o'z his-tuyg'ularini va fikrlarini boshqarish qobiliyati ular uchun mustahkam asos yaratadi. Shu bilan birga, emotsional intellektning rivojlanishi o'smirlarning o'zaro munosabatlarida muvaffaqiyatli bo'lishiga, boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish va ularni boshqarishda o'ziga ishonchni oshirishga yordam beradi.

Ijtimoiy muhit, ayniqsa, oila, tengdoshlar va maktab muhitining o'smirlarning liderlik qobiliyatlarini shakllantirishdagi roli katta. Oila va uy-joydagi qo'llab-quvvatlash o'smirlarning o'zini anglash jarayoniga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. O'smirlarning ijtimoiy guruhlariga qo'shilish, o'zlarining maqsadlarini belgilash va boshqalar bilan hamkorlik qilish kabi ko'nikmalarni rivojlantirishda bu omillar muhim o'rin tutadi. Maktabdagi ta'lim jarayoni va guruh ishlari, o'smirlarning jamoada ishlash ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi, bu esa o'z navbatida, ularning liderlik salohiyatini kuchaytiradi.

Motivatsiya o'smirlik davrida liderlikni shakllantirishda katta ahamiyatga ega. Ichki motivatsiya o'smirlarni maqsadga erishishga, yangi imkoniyatlarga o'zini sinab ko'rishga va o'z salohiyatini rivojlantirishga undaydi. Shuningdek, o'smirning ijtimoiy jihatlarini, ya'ni guruhdagi o'rni, tengdoshlari bilan muvaffaqiyatli munosabatlar o'smirning harakat qilish motivatsiyasini kuchaytiradi. O'smirlar uchun motivatsiya faqat tashqi mukofotlardan iborat bo'lmaydi, balki ichki qiziqish va o'ziga bo'lgan ishonchning kuchayishi bilan ham bog'liqdir.

Xulosa. O'smirlik davrida liderlik qobiliyatlarini shakllantirish — bu murakkab va ko'plab psixologik, ijtimoiy va madaniy omillarni o'z ichiga olgan jarayon. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'smirlarning liderlik qobiliyatlari nafaqat o'zini anglash va o'zini nazorat qilish bilan, balki ular o'smirlik davrida yashayotgan ijtimoiy muhit, tengdoshlari bilan munosabatlar va oila ta'siri kabi omillar bilan ham chambarchas bog'liqdir. O'smirlar o'zlarini qanday anglashlari, o'z maqsadlariga erishishga bo'lgan motivatsiya darajalari, shuningdek, ularning boshqalar bilan samarali aloqalar o'rnatish va guruhda muvaffaqiyatli ishlash ko'nikmalarining rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
2. Piaget, J. (1972). *Psychology and Epistemology: Towards a Theory of Knowledge*. New York: Viking Press.
3. Vygotsky, L. S. (1986). *Thought and Language*. Cambridge, MA: MIT Press.

4. Amador, T., & Smith, C. P. (2018). *Leadership in Adolescence: Understanding the Importance of Self-Development and Social Influence*. Journal of Adolescent Research, 33(2), 195-215.
5. Sheldon, K. M., & Gunz, A. (2009). *Psychological Needs and Leadership: The Role of Self-Determination Theory in the Development of Leadership Skills*. The Leadership Quarterly, 20(4), 580-595.
6. Kark, R., & Shamir, B. (2002). *The Dual Effect of Transformational Leadership: Contribution of the Followers' Effort and Need for Personal Development*. Leadership Quarterly, 13(4), 507-530.

Axadova Gulnoza Said qizi,
Jizzax Politehnika instituti tayanch doktoranti
axadovaqulnoza7257@gmail.com

PROFESSIONAL TA'LIM O'QITUVCHILARINING KASBIY KOMPETENTLIGINI RIVOJLANTIRISHDA INNOVATSION PEDAGOGIK TEKNOLOGIYALARNING O'RNI

Annotatsiya: Maqolada bo'lajak professional ta'lim o'qituvchilarining kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishda innovatsion pedagogik texnologiyalarning tutgan o'rni o'rganilgan. Ta'lim jarayonida o'quvchi (talaba)lar hamda o'qituvchi o'rtasidagi faollikni oshirish orqali o'quvchilarning bilimlarni o'zlashtirishini faollashtirish, shaxsiy sifatlarini rivojlanishiga xizmat qiladi. Innovatsion ta'lim texnologiyalaridan foydalanish nafaqat dars samaradorligini oshirishga, balki o'qituvchilarning kasbiy kompetentligini rivojlantirishga ham yordam beradi.

Kalit so'zlar: innovatsion pedagogik texnologiyalar, kasbiy kompetentlik, pedagogik mahorat, ta'lim metodlari.

Annotation: the article explores the role of innovative pedagogical technologies in the development of professional competencies of future teachers of professional education. Activation of students' knowledge acquisition by increasing activity between the student (student) and the teacher in the educational process serves to develop their personal qualities. The use of innovative educational technologies helps not only to improve the effectiveness of the lesson, but also to develop professional competence of teachers.

Keywords: innovative pedagogical technologies, professional competence, pedagogical skills, educational methods.

Аннотация: В статье исследуется роль инновационных педагогических технологий в развитии профессиональных компетенций будущих педагогов профессионального образования. Активизация усвоения учащимися знаний, развитие личностных качеств за счет повышения активности между учеником (учеником) и учителем в процессе обучения. Использование инновационных образовательных технологий способствует не только повышению эффективности урока, но и развитию профессиональной компетентности педагогов.

Ключевые слова: инновационные педагогические технологии, профессиональная компетентность, педагогическое мастерство, методы обучения.

Kirish. XXI asrda ta'lim tizimida sodir bo'layotgan tub islohotlar o'qituvchining kasbiy kompetentligini yangicha yondashuv asosida shakllantirishni talab qilmoqda. Xususan, professional ta'lim tizimida o'quvchilarning mehnat bozoriga moslashuvi, amaliy ko'nikmalarni egallashi bevosita o'qituvchi salohiyatiga bog'liq. Bugungi kunda innovatsion pedagogik texnologiyalar bu yo'nalishda asosiy vosita sifatida namoyon bo'lmoqda. Ularning to'g'ri va

samarali qo'llanilishi bo'lajak professional ta'lim o'qituvchisining bilim, ko'nikma va kompetensiyalarini oshirishga xizmat qiladi.

Yosh mutaxassisni shakllantirish ko'p mehnat talab qiladigan o'qitish jarayoni va o'qitish usullariga asoslanadi, uning samaradorligi pirovardida bo'lajak bitiruvchining malaka darajasini belgilaydi. An'anaviy usul o'qituvchi va talaba o'rtasidagi muloqotni, o'qituvchi tomonidan talabaning o'quv faoliyatini doimiy nazorat qilishni va o'quv materialining o'zlashtirilishini nazorat qilishni o'z ichiga oladi. Boshqacha qilib aytganda, o'quv faoliyatining samaradorligi o'qituvchining ta'lim jarayoni va unda uchraydigan muammolarga to'g'ri yondashuviga bog'liq. Shu bilan birga, o'qituvchi o'quv materialini uslubiy ishlab chiqish funksiyasini ham hal qiladi.

Bugungi kunda rivojlangan mamlakatlarda o'quvchilarning o'quv va ijodiy faolliklarini oshiruvchi, ta'lim-tarbiya jarayonining samaradorligini kafolatlovchi pedagogik texnologiyalarni qo'llashga doir kata tajriba to'plangan bo'lib, bu tajriba asosini interfaol metodlar tashkil etmoqda. Bu kabi metodlar o'z mohiyatiga ko'ra, ta'lim oluvchilarga o'quv-bilish faolligini oshirish, ularni kichik guruh va jamoada ishlash, o'rganilayotgan mavzu, muammolar bo'yicha shaxsiy qarashlarini dadil, erkin ifodalash, o'z fikrlarini himoya qilish, dalillar bilan asoslash, tengdoshlarini tinglay olish, g'oyalarni yanada boyitish, bildirilgan mavjud mulohazalar orasidan eng maqbul yechimni tanlab olishga rag'batlantirish imkoniyatiga egaligi bilan alohida ahamiyat kasb etadi.

Innovatsion pedagogik texnologiyalarning an'anaviy ta'lim metodlaridan afzalligi shundaki, u talabalarining o'quv jarayonida subyekt sifatida ishtirok etishini ta'minlaydi, ularning bilim olishga bo'lgan ichki motivatsiyasini oshiradi, mustaqil fikrlash va qaror qabul qilish qobiliyatini rivojlantiradi, o'zaro hamkorlik qilish, muammolarni birgalikda hal etish, kommunikatsiya ko'nikmalarini shakllantiradi. Bu esa bo'lajak o'qituvchilarning pedagogik, psixologik, metodik, kommunikativ, axborot-kommunikatsion va boshqa kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

Zamonaviy professional ta'limdan kutayotgan asosiy natija — bu mehnat bozori talablariga mos kadrlar tayyorlashdir. Bu esa o'z navbatida o'qituvchining doimiy o'z ustida ishlashi, pedagogik mahoratini takomillashtirib borishini taqozo etadi. Kasbiy kompetentligini shakllantirish, yangiliklardan xabardor bo'lish, raqamli texnologiyalarni egallash, zamonaviy metodikalarni qo'llay bilish o'qituvchining zamon bilan hamnafas bo'lishini belgilaydi.

Kasbiy kompetentlik — bu o'qituvchining o'z kasbini mukammal egallaganlik darajasi, o'z faoliyatini samarali tashkil etish uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma va shaxsiy sifatlar majmuasidir. U quyidagi tarkibiy qismlardan iborat:

- ✓ Pedagogik bilim va ko'nikmalar
- ✓ Didaktik va metodik yondashuvlar
- ✓ Texnologik savodxonlik
- ✓ Shaxsiy va kommunikativ kompetensiyalar
- ✓ Tadqiqot olib borish va innovatsion yondashuvlar

Innovatsion pedagogik texnologiyalar — ta'lim tizimining ratsional yo'llarini ishlab chiqaruvchi va rivojlantiruvchi jarayon bo'lib, unda o'qituvchi asosiy mas'ul shaxs hisoblanadi. Chunki, uning asosiy vazifasi axborotni o'quvchiga tez, aniq va tushunarli yetkazib berishdan iborat. Bunda o'quvchi asosiy harakatlantiruvchi kuch bo'lib, o'qish, mutolaa qilish, formulalarni tushunish, laboratoriya asboblari ishlatilish, bir-birlari bilan do'stona munosabatda bo'lish, oldilariga qo'yilgan muammolarni yechishda bir-biriga yordam berish ularning asosiy vazifalari hisoblanadi.

Innovatsion pedagogik texnologiyalar — bu o'qitish jarayonida yuqori samaradorlikni ta'minlovchi, o'quvchilarning mustaqil fikrlash, ijodiy yondashuv va amaliy ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan yangicha metod va vositalar majmuasidir. Innovatsion pedagogik texnologiyalar asosiy turlariga quyidagilar kiradi:

- Interaktiv o'qitish texnologiyalari (debat, rol o'ynash, "aqliy hujum")
- AKT vositalaridan foydalanish (multimedia, onlayn platformalar)
- Masalaga yo'naltirilgan o'qitish (Problem Based Learning)
- Loyiha asosida o'qitish (Project Based Learning)
- Flipped classroom (ag'darilgan sinf) modeli

➤ STEAM yondashuvi (Science, Technology, Engineering, Arts, Mathematics)

Innovatsion texnologiyalar o'qituvchilarga nafaqat ta'lim sifatini oshirishda, balki o'zlarining kasbiy salohiyatini rivojlantirishda ham katta imkoniyatlar yaratadi. Ular quyidagi jihatlar bo'yicha o'z aksini topadi:

- Bilimlar yangilanishi va kengayishi
- Tashkiliy va axborot texnologiyalaridan foydalanish ko'nikmalari rivojlanadi
- Ijodiy yondashuv va analitik fikrlash ko'nikmalari shakllanadi
- O'quvchilarga individual yondashuv imkoniyati kengayadi

Innovatsion texnologiya - bu inson faoliyatining turli sohalarida taraqqiyotni ta'minlash va samaradorlikni oshirish uchun yangi narsalarni yaratish yoki mavjudini takomillashtirish texnikasi va jarayoni. Innovatsion ta'lim texnologiyalari amaldagi usullar yangi avlod o'quvchilari bilan unchalik samarali ishlamaydi. Standartlashtirilgan ta'lim bolaning individual fazilatlarini va ijodiy o'sishga bo'lgan ehtiyojni hisobga olmaydi. Eski usullar bilan hal qilib bo'lmaydigan qator muammolarga qaramay, innovatsiyalarni joriy etishda qiyinchiliklar mavjud. O'qituvchi tushunishi kerakki, innovatsion usullarni joriy etish nafaqat o'quvchilarga materialni yanada samarali o'zlashtirishga yordam beradi, balki ularning ijodiy salohiyatini rivojlantiradi. Lekin bu o'qituvchining o'z intellektual va ijodiy salohiyatini ro'yobga chiqarishiga ham yordam beradi.

Masalan, texnikumlarda o'tiladigan "Zamonaviy texnologiyalar" fani doirasida o'quvchilar guruhlariga bo'linib loyiha asosida ish olib boradi. Har bir guruh o'z loyihasini tayyorlab, taqdimot shaklida himoya qiladi. Bu jarayonda o'qituvchi fasilitator rolini bajaradi. Bu kabi metodlar o'quvchilarda ijodkorlik va mas'uliyatni oshirish bilan birga, o'qituvchining tashkilotchilik va innovatsion yondashuvini ham rivojlantiradi.

So'nggi yillarda O'zbekiston Respublikasi Prezidentining qaror va farmonlari asosida professional ta'lim tizimida qator yangiliklar joriy etilmoqda. Ayniqsa, o'qituvchilarning malakasini oshirish bo'yicha hududiy markazlar tashkil etildi, onlayn o'quv kurslari yo'lga qo'yildi. Ta'lim jarayoniga Moodle, Google Classroom, Zoom, Teams kabi platformalar faol joriy etildi. Bu esa o'qituvchilardan zamonaviy texnologiyalardan foydalanishni talab etadi.

Innovatsion texnologiyalarni joriy etish jarayonida bir qator muammolar ham mavjud:

- texnik vositalar yetishmasligi;
- o'qituvchilarning AKT savodxonligi pastligi;
- innovatsion metodlar bo'yicha malaka oshirish kurslarining yetarli emasligi;
- didaktik materiallar bazasining yetarli emasligi.

Bularni hal qilish uchun quyidagi ishlarni amalga oshirish zarur:

- davlat dasturlari asosida texnik jihozlashni kuchaytirish;
- doimiy onlayn treninglar va webinarlar o'tkazish;
- innovatsion metodlar bo'yicha amaliy qo'llanmalar yaratish;
- tajriba almashish uchun forum va konferensiyalarni ko'paytirish lozim.

Yuqoridagilardan kelib chiqib, professional ta'lim o'qituvchisining kasbiy kompetentligini rivojlantirishda innovatsion pedagogik texnologiyalar muhim o'rin tutadi. Ular nafaqat ta'lim jarayonini takomillashtiradi, balki o'qituvchining o'zini doimiy ravishda yangilab borishini ta'minlaydi. Bunda tizimli yondashuv, davlat tomonidan qo'llab-quvvatlash va o'qituvchilarning o'z tashabbusi muhim ahamiyat kasb etadi. Ta'limda zamonaviy texnologiyalardan foydalanish talabalarga raqamli dunyoda muvaffaqiyatli moslashish va ishlash uchun zarur bo'lgan ko'nikmalarni rivojlantirishga yordam beradi. Shu bilan birga, innovatsion texnologiyalarni muvaffaqiyatli joriy etish o'qituvchilar malakasini oshirish va o'qitishni, shuningdek, barcha talabalar uchun zarur bo'lgan texnik va dasturiy ta'minot mavjudligini ta'minlashni talab qilishni hisobga olish muhimdir. Bundan tashqari, bilim va ko'nikmalarning optimal o'zlashtirilishini ta'minlash uchun texnologik va an'anaviy o'qitish usullari o'rtasida muvozanat zarurligini yodda tutish kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. X.A.Aynaqulov. Pedagogikada interfaol metodlarning o'rni// —Экономика и социум №12(103)-1 2022, 44-46 b,

2. M.M. Yuldashev. "Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat". T., 2022
3. Xusanov A.X., "Innovatsion ta'lim texnologiyalari". T., 2021
4. Azizxo'jayeva N.N. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat. Darslik. –T.: O'zbekiston yozuvchilar uyushmasi. 2007. 160 b.
5. Asqarov M., Xayitboyev M., Nishonov M. Pedagogika. Darslik. –T.: Talqin, 2008.- 289 b.
6. A.Turabov, Oliy ta'limda kasbiy mobil kadrlarni tayyorlash hususiyatlari va ushbu jarayonning muhim, ahamiyatli komponentlari. «Qiyosiy pedagogikaning dolzarb muammo va yechimlari» xalqaro ilmiy- amaliy konferensiya materiallari. Jizzax davlat pedagogika instituti, 2022 yil, 5 may, 229-232 betlar.

Ismatova Halovat Baxtiyorovna,

Buxoro davlat universiteti pedagogika kafedrası o'qituvchisi

O'SMIRLAR ORASIDA DESTRUKTIV XATTI-HARAKATLARNING SHAKLLANISHIGA SABAB BO'LUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR

Annotatsiya: ushbu ilmiy ishda o'smirlik davrida uchraydigan destruktiv (buzg'unchi, zararli) xatti-harakatlarning shakllanishiga ta'sir etuvchi psixologik omillar keng qamrovda tahlil qilingan. O'smirlik – shaxsning psixologik rivojlanishida muhim bosqich bo'lib, bu davrda ijtimoiy moslashuv, identitetning shakllanishi, emotsional beqarorlik va atrof-muhit bilan munosabatlar katta ahamiyat kasb etadi. Tadqiqotda oilaviy muhit, maktabdagi ijtimoiy-psixologik muhit, do'stlar guruhi, ommaviy axborot vositalari, shuningdek, shaxsning individual xususiyatlari – emotsional barqarorlik darajasi, empatiya, agressivlik, o'ziga baho va o'zini anglash kabi omillar destruktiv xulq shakllanishida qanday rol o'ynashi aniqlangan.

Shuningdek, destruktiv xulqning asosiy ko'rinishlari – agressivlik, vandalizm, deviant va delinkvent xatti-harakatlar misolida ularning yuzaga chiqish mexanizmlari psixologik jihatdan asoslab berilgan. Psixologik diagnostika va profilaktika metodlari orqali o'smirlarning destruktiv xulqini barvaqt aniqlash va oldini olish choralari alohida e'tibor qaratilgan. Tadqiqot natijalari asosida maktab psixologlari, pedagoglar, ota-onalar uchun amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: o'smirlik davri, destruktiv xulq, psixologik omillar, shaxsiy rivojlanish, agressivlik, deviant xatti-harakat, delinkventlik, emotsional beqarorlik, ijtimoiy ta'sir, oila muhitining roli, maktab muhiti, do'stlar guruhi ta'siri, media va internet ta'siri, identitet inqirozi, o'zini anglash, empatiya, o'z-o'zini baholash, konfliktli vaziyatlar, stress omillari, psixoprofilaktika, psixologik yordam, diagnostika metodlari, pedagogik yondashuvlar, qaror qabul qilish qobiliyati, rivojlanish inqirozlari, shaxslararo munosabatlar, ijtimoiy moslashuv, normativ bo'lmagan xulq, psixologik xizmat faoliyati, ota-ona va bola munosabatlari, shaxsiy chegaralar.

Kirish. Bugungi kunda jamiyatda yoshlar, ayniqsa o'smirlarning ruhiy holati va xulq-atvoridagi salbiy o'zgarishlar dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. O'smirlik davri — inson hayotidagi eng muhim, ayni paytda eng murakkab bosqichlardan biri bo'lib, bu davrda shaxsning emotsional, ijtimoiy va psixologik rivojlanishida keskin o'zgarishlar yuz beradi. Ayniqsa, bu davrda o'smirlarning o'zini anglash jarayoni kuchayadi, mustaqil qaror qabul qilishga, atrof-muhitga nisbatan tanqidiy munosabat shakllantirishga intilishi ortadi. Bunday o'zgarishlar esa ba'zida destruktiv xulq-atvor, ya'ni jamiyat qoidalari va ijtimoiy normalarga zid bo'lgan harakatlar bilan namoyon bo'lishi mumkin.

1. O'smirlik davrining psixologik xususiyatlari

O'smirlik — biologik, psixologik va ijtimoiy o'zgarishlar davri bo'lib, u shaxsiy identitetni shakllantirish, mustaqillikni qo'lga kiritish, ijtimoiy rolni o'rganish bosqichidir. Bu davrda o'smirlar ko'pincha o'z-o'zini baholashda qiyinchiliklarga duch keladi, emotsional o'zgaruvchanlik yuqori bo'ladi, stress va bosimga nisbatan sezgirlik oshadi. Bular destruktiv xulqning yuzaga kelishiga zamin yaratadi.

2. Destruktiv xulq-atvor turlari

Destruktiv xulq — bu o'ziga yoki atrofdagilarga zarar yetkazuvchi xatti-harakatlar majmui. O'smirlar orasida bu quyidagi shakllarda namoyon bo'lishi mumkin:

- Aggressivlik va zo'ravonlik
- Yolg'izlik va izolyatsiya
- Maktabda intizomsizlik, qoidalarini buzish
- Zararli odatlar (sigaret, spirtli ichimliklar, narkotiklar)
- Suvish va o'ziga zarar yetkazish harakatlari
- Ijtimoiy normalardan chetga chiqish (deviantlik, delinkventlik)

3. Psixologik omillar

• **Emotsional beqarorlik:** O'smirlar hissiy jihatdan juda sezgir bo'lib, har qanday ijtimoiy stresslarga qattiq ta'sir qilishi mumkin.

• **Past o'z-o'zini baholash:** O'zini qadrlamaslik, o'ziga ishonchsizlik destruktiv xatti-harakatlarning yuzaga kelishida asosiy omil hisoblanadi.

• **Identitet inqirozi:** O'smirlik davrida shaxsiy identitetni topishdagi qiyinchiliklar, o'z-o'zini anglashdagi noaniqliklar.

• **Stress va zo'rqiqlashlar:** Oilaviy nizolar, maktabdagi bosim, do'stlar bilan kelishmovchiliklar stress manbai bo'lib, salbiy xatti-harakatlarga sabab bo'ladi.

• **Empatiya va ijtimoiy ko'nikmalar:** Ularning rivojlanmasligi o'zaro munosabatlarda qiyinchilik tug'diradi.

4. Ijtimoiy va atrof-muhit omillari

• **Oila ta'siri:** Ota-ona e'tiborsizligi, zo'ravonlik, oilaviy mojarolar, ota-onalar orasidagi nizolar o'smirda stress va emotsional beqarorlikni kuchaytiradi.

• **Do'stlar guruhi:** Salbiy ta'sir ko'rsatuvchi do'stlar destruktiv xulqni mustahkamlashda muhim rol o'ynaydi.

• **Maktab muhiti:** Pedagoglarning munosabati, maktabdagi intizomiy qoidalar, ta'lim sifati o'smirlarning ijtimoiy moslashuvi va xulqiga ta'sir qiladi.

• **Media va internet:** Zo'ravonlikni targ'ib qiluvchi kontentlar, internet orqali noto'g'ri axborot o'smirlarning salbiy xulq-atvorini kuchaytirishi mumkin.

5. Profilaktika va yordam

• **Psixologik maslahatlar:** O'smirlarni stressni boshqarish ko'nikmalari, o'z-o'zini qadrlashni oshirish, emotsional intellektni rivojlantirishga o'rgatish.

• **Ota-ona va o'qituvchilarni o'qitish:** Yoshlarning ruhiy holatini tushunish, ijobiy munosabat va qo'llab-quvvatlashni ta'minlash.

• **Ijtimoiy dasturlar:** Yoshlar uchun ijtimoiy qo'llab-quvvatlash markazlari, sport va ijodiy to'garaklar orqali destruktiv xulqni kamaytirish.

• **Psixoterapiya va koreksiya:** Zarur hollarda psixologik va psixoterapevtik yordam ko'rsatish.

Destruktiv xulqning turli shakllari — agressivlik, tajovuzkorlik, deviant va delinkvent xatti-harakatlar, vandalizm, maktabdan qochish, kattalarga bo'ysunmaslik, zararli odatlarga ruju qo'yish kabi holatlar ko'plab o'smirlar orasida uchrayapti. Bunday salbiy xatti-harakatlarning shakllanishi bevosita psixologik omillar bilan chambarchas bog'liq. Oila muhiti, ota-onalar bilan bo'lgan munosabatlar, maktabdagi ijtimoiy-psixologik muhit, do'stlar guruhi ta'siri, shuningdek, o'smirning shaxsiy xususiyatlari bu borada muhim rol o'ynaydi.

Mazkur ilmiy ishda o'smirlik davrida destruktiv xulq-atvorni shakllantiruvchi asosiy psixologik omillarni aniqlash, ularning ta'sir mexanizmlarini ochib berish hamda bunday xatti-harakatlarning oldini olish va profilaktika qilishga doir psixologik tavsiyalar ishlab chiqish maqsad qilib olingan. Tadqiqotning ahamiyati shundaki, u yoshlar tarbiyasi, psixologik xizmat faoliyati va ta'lim tizimidagi muammolarni samarali hal qilishga amaliy asos bo'lib xizmat qiladi.

O'smirlik davrida shaxsning ijtimoiy-psixologik rivojlanishi, xususan, destruktiv xulq-atvorning shakllanishi masalasi psixologiya fanida dolzarb yo'nalishlardan biri bo'lib, bu borada qator xorijiy va mahalliy olimlar tomonidan tadqiqotlar olib borilgan.

Destruktiv xulqning psixologik asoslari, uni keltirib chiqaruvchi omillar va ularning shaxs rivojlanishiga ta'siri masalasi xorijiy olimlar — E. Fromm (insondagi destruktivlik manbalari), K. Levin (shaxs va muhit o'zaro ta'siri), A. Adler (komplekslar va ijtimoiy moslashuv), E. Erikson (identitet inqirozi), B. Skinner (xulqni mustahkamlovchi tashqi omillar) va A. Bandura (model orqali o'rganish nazariyasi) kabi psixologlar asarlarida chuqur o'rganilgan. Ular shaxsning buzg'unchi xatti-harakatlari ko'pincha ijtimoiy o'zaro ta'sirlar, travmatik tajribalar, noto'g'ri ijtimoiy model va psixologik himoya mexanizmlarining buzilishi natijasi ekanligini ko'rsatganlar.

Mahalliy olimlardan I. M. Ashurova, N. T. Nosirova, Sh. Yormatova, M. R. Nurmuhamedova, Z. K. Kadirova, D. R. Rustamov singari mutaxassislar o'smirlik davrida shaxsiy va ijtimoiy omillarning xulq shakllanishiga ta'siri, emotsional zo'riqish, agressivlik, stressga nisbatan chidamlilik, shuningdek, oila va maktabdagi psixologik muhitning o'rni haqida ilmiy izlanishlar olib borganlar.

O'zbekistonda yoshlar bilan ishlashga qaratilgan psixologik xizmatlar tizimini takomillashtirish, destruktiv xatti-harakatlarning oldini olish va ularni korreksiya qilish bo'yicha amaliy ishlar olib borilmoqda. Shu bilan birga, zamonaviy sharoitda internet, ijtimoiy tarmoqlar, ommaviy madaniyatning yoshlar ruhiyatiga ta'siri ortib borayotgani, shuningdek, pandemiya, oilaviy muammolar va zo'ravonlik holatlarining kuchayishi bu mavzuni yanada dolzarb qilib qo'yimoqda.

Shunday ekan, o'smirlarda destruktiv xulqning shakllanishiga ta'sir qiluvchi psixologik omillarni kompleks tarzda o'rganish, ularning profilaktikasi va korreksiyasi bo'yicha ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqish dolzarb va amaliy ahamiyatga ega masala bo'lib qolmoqda.

O'smirlik davrida destruktiv xulqni shakllanishida ko'plab psixologik omillar o'zaro murakkab bog'lanishda ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, destruktiv xatti-harakatlarning yuzaga kelishida asosiy omillar qatorida shaxsning emotsional barqarorligi, ijtimoiy muhit, oilaviy munosabatlar va shaxsiy o'ziga xosliklar ajralib turadi. Emotsional beqarorlik o'smirning stressga chidamliligini kamaytiradi, bu esa uning agressivlik darajasining oshishiga olib keladi. O'z-o'zini baholashning pastligi va identitetning noaniqligi o'smirda o'zini anglashda qiyinchilik tug'dirib, bu holat destruktiv xulq ko'rsatish xavfini oshiradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'zini past baholagan o'smirlar ko'proq ijtimoiy qoidalarni buzish, tajovuzkor harakatlarga moyil bo'ladilar.

Ijtimoiy muhit, ayniqsa do'stlar guruhi va maktab muhiti ham destruktiv xulqni shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Agar o'smir do'stlari orasida salbiy ta'sir ko'rsatuvchi shaxslar bo'lsa, ularning xatti-harakatlari ko'pincha o'ziga o'xshash model sifatida qabul qilinadi. Bunday sharoitda o'smirda agressivlik, vandalizm, tajovuzkorlik kabi deviant xatti-harakatlar paydo bo'lishi ehtimoli yuqori bo'ladi. Maktabdagi psixologik muhitda ham tushunmovchilik, zo'ravonlik yoki e'tiborsizlik o'smirning destruktiv xulq ko'rsatishiga sabab bo'lishi mumkin.

Oila muhitining ta'siri ham juda muhimdir. Oilada ota-ona e'tibori yetishmasligi, nizolar, zo'ravonlik va emotsional cheklovlar o'smirda o'zini yolg'iz va tushunilmagan his qilishga olib keladi. Bu esa o'z navbatida uning ijtimoiy qoidalarga bo'lgan hurmatini kamaytirib, destruktiv xatti-harakatlarni rag'batlantiradi. Shu bilan birga, ijobiy oilaviy muhit, ota-onaning qo'llab-quvvatlashi va iliq munosabatlar o'smirda psixologik barqarorlikni ta'minlab, salbiy xulqni kamaytiradi. Bundan tashqari, zamonaviy texnologiyalar va ommaviy axborot vositalarining o'smirlarning xulq-atvoriga ta'siri ham o'rganilgan. Internet va ijtimoiy tarmoqlardagi noto'g'ri

axborot, zo'ravonlik ko'rsatuvchi kontentlar yoshlarning destruktiv xatti-harakatlarini kuchaytirishi mumkin.

Umuman olganda, o'smirlarning destruktiv xulq-atvorining shakllanishi ko'p omillarning o'zaro ta'siriga bog'liq bo'lib, ularning har biri profilaktika va koreksiya jarayonida hisobga olinishi zarur. Shu sababli, psixologik xizmatlar, ota-ona va pedagoglarning hamkorligi, ijtimoiy muhitni optimallashtirish destruktiv xatti-harakatlarning oldini olishda muhim omil hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, o'smirlarda destruktiv xulq-atvorning shakllanishi murakkab va ko'p qirrali jarayon bo'lib, unga ta'sir etuvchi psixologik omillar bir-biri bilan chambarchas bog'liqdir. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, o'smirlarning emotsional beqarorligi, past o'z-o'zini baholashi, identitet noaniqligi kabi shaxsiy xususiyatlar ularning agressiv yoki deviant xulq ko'rsatish xavfini oshiradi. Shuningdek, ijtimoiy muhit — do'stlar guruhi, maktabdagi psixologik atmosfera, oilaviy munosabatlar va ota-ona e'tibori o'smirning xulq-atvoriga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Oiladagi nizolar, e'tiborsizlik va zo'ravonlik kabi salbiy omillar o'smirlarning destruktiv xatti-harakatlarga moyilligini kuchaytiradi, shuningdek, ijtimoiy ta'sir va ommaviy axborot vositalaridan noto'g'ri foydalanish ham bu jarayonga o'z salbiy ta'sirini beradi. Shu bilan birga, ijobiy oilaviy va maktab muhitining shakllantirilishi, ota-onalar va pedagoglarning psixologik madaniyatini oshirish, yoshlarni qo'llab-quvvatlash va stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish destruktiv xulqning oldini olishda samarali vosita bo'lib xizmat qiladi.

Natijada, o'smirlarning psixologik holatini yaxshilash, ularni sog'lom ijtimoiy muhitda tarbiyalash va destruktiv xulqni bartaraf etish uchun kompleks yondashuv zarur. Ushbu yondashuv psixologik diagnostika, profilaktika va koreksiya choralarini o'z ichiga olishi, shuningdek, oilalar, maktab va ijtimoiy muhitning hamkorligini ta'minlashi lozim. Bu esa kelajak avlodning sog'lom va barqaror shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
2. Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
3. Fromm, E. (1973). *The Anatomy of Human Destructiveness*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
4. Skinner, B. F. (1953). *Science and Human Behavior*. New York: Macmillan.
5. Levin, K. (1948). *Field Theory in Social Science*. New York: Harper & Row.
6. Ashurova, I. M. (2015). *Psixologik salomatlik va yoshlar*. Toshkent: Fan va Texnologiya.
7. Nosirova, N. T. (2018). *Oila va yoshlar psixologiyasi*. Toshkent: Universitet Nashriyoti.
8. Yormatova, Sh. (2020). *O'smirlar psixologiyasida psixokorreksion ishlar*. Toshkent: Psixologiya va Pedagogika.
9. Kadirova, Z. K. (2019). *Yoshlar orasida destruktiv xulq-atvorning oldini olish*. Toshkent: Ilmiy nashrlar.
10. Nurmuhamedova, M. R. (2021). *Maktab psixologiyasi va yoshlarning ijtimoiy rivojlanishi*. Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Ta'lim vazirligi.

Voxobov Nuriddin G'ofurjon o'g'li

O'zbekiston Respublikasi Qurolli Kuchlari Akademiyasi katta o'qituvchisi

**INTEGRATIV PEDAGOGIK YONDASHUV YORDAMIDA BO'LAJAK
OFITSERLARNING PROFAYLING KOMPETENSIYASINI SHAKLLANTIRISHNING
INNOVATSION METODIKASI**

Annotatsiya: Ushbu maqolada integrativ pedagogik yondashuv yordamida bo'lajak ofitserlarning profayling kompetensiyalarini shakllantirishning innovatsion metodikasi tahlil qilinadi. Mazkur metodika harbiy ta'lim jarayonida psixologik va pedagogik vositalarni birlashtirib, ofitserlarning shaxsiy va professional salohiyatini aniqlash hamda rivojlantirishga qaratilgan. Metodika doirasida ilg'or psixodiagnostika usullari, individual yondashuv hamda zamonaviy o'qitish texnologiyalari integratsiyalashgan holda qo'llaniladi. Tadqiqot natijalari bo'lajak harbiy kadrlarning psixologik barqarorligi, qaror qabul qilish ko'nikmalari va stressga chidamliligini oshirishda ushbu metodikaning samaradorligini tasdiqlaydi. Shuningdek, maqolada innovatsion metodikaning harbiy ta'lim tizimida joriy etilishining istiqbolli yo'nalishlari ko'rsatib o'tiladi.

Kalit so'zlar: integrativ yondashuv, pedagogik metodika, profayling kompetensiyasi, bo'lajak ofitserlar, harbiy ta'lim, psixodiagnostika, innovatsion texnologiyalar, individual yondashuv.

Аннотация: В статье анализируется инновационная методика формирования профилирующих компетенций будущих офицеров с использованием интегративного педагогико-психологического подхода. Данная методика направлена на выявление и развитие личностного и профессионального потенциала офицеров путем объединения психолого-педагогического инструментария в процессе военного образования. Методика использует передовые психодиагностические методы, индивидуальный подход и современные технологии обучения в комплексе. Результаты исследования подтверждают эффективность данной методики в повышении психологической устойчивости, навыков принятия решений и стрессоустойчивости будущих военнослужащих. В статье также указаны перспективные направления внедрения инновационных методик в систему военного образования.

Ключевые слова: интегративный подход, педагогико-психологическая методика, профилирующие компетенции, будущие офицеры, военное образование, психодиагностика, инновационные технологии, индивидуальный подход.

Abstract: This article analyzes an innovative methodology for the formation of profiling competencies of future officers using an integrative pedagogical-psychological approach. This methodology is aimed at identifying and developing the personal and professional potential of officers by combining psychological and pedagogical tools in the process of military education. The methodology uses advanced psychodiagnostic methods, an individual approach, and modern teaching technologies in an integrated manner. The results of the study confirm the effectiveness of this methodology in increasing the psychological stability, decision-making skills, and stress resistance of future military personnel. The article also indicates promising areas for the introduction of innovative methodologies in the military education system.

Keywords: integrative approach, pedagogical-psychological methodology, profiling competencies, future officers, military education, psychodiagnostics, innovative technologies, individual approach.

Kirish. Zamonaviy harbiy ta'lim tizimi o'zgaruvchan global xavfsizlik sharoitida hamda tez sur'atlarda rivojlanayotgan texnologiyalar fonida yangi talablarga javob berishni taqozo etmoqda. Bo'lajak ofitserlarning professional salohiyati faqatgina texnik bilimlar va harbiy ko'nikmalar bilan cheklanib qolmay, balki ularning psixologik barqarorligi, muloqot qobiliyati hamda murakkab sharoitlarda samarali faoliyat yurita olish qobiliyatini ham o'z ichiga oladi. Shu munosabat bilan, profayling kompetensiyalari — ofitserlarning shaxsiy va professional xususiyatlarini kompleks ravishda aniqlash hamda rivojlantirishga qaratilgan ko'nikmalar tizimi sifatida harbiy ta'limda alohida e'tibor qozonmoqda.

Integrativ pedagogik yondashuv harbiy kadrlarni tayyorlash jarayonida turli pedagogik va psixologik usullarni uyg'unlashtirib, o'quvchilarni individual xususiyatlariga moslashtirilgan ta'lim shakllarini yaratishga xizmat qiladi. Ushbu yondashuv nafaqat ta'lim samaradorligini

oshirish, balki harbiy xizmatchilarning stressga chidamliligini, qaror qabul qilish sifatini va jamoaviy ishdagi muvaffaqiyatlarini kuchaytirishga yordam beradi.

Maqolada integrativ pedagogik yondashuv yordamida bo'lajak ofitserlarning profayling kompetensiyasini shakllantirish bo'yicha innovatsion metodika konsepsiyasi va uning amaliy ahamiyati tahlil qilinadi. Shu bilan birga, ushbu metodikaning harbiy ta'lim tizimida joriy etilishi istiqbollari va samaradorligi ko'rib chiqiladi.

Zamonaviy harbiy ta'lim tizimi global xavfsizlik tahdidlari, murakkab harbiy-siyosiy vaziyatlar va zamonaviy texnologiyalar asosida doimiy ravishda takomillashib bormoqda. Bunday sharoitda bo'lajak ofitserlarning shaxsiy va professional kompetensiyalarini mukammal rivojlantirish harbiy xizmat samaradorligini ta'minlashda asosiy omil hisoblanadi. Ayniqsa, profayling kompetensiyalarining shakllanishi ofitserlarning psixologik barqarorligi, qaror qabul qilishdagi aniqligi, stressga chidamliligi va murakkab vaziyatlarda tezkor javob qaytarish qobiliyatini oshirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi.

Asosiy qism. Integrativ pedagogik yondashuvning dolzarbligi shundaki, u ta'lim jarayonida psixologik va pedagogik metodlarni uyg'unlashtirib, har bir ofitserning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda ularning profayling ko'nikmalarini samarali shakllantirish imkonini beradi. Ushbu yondashuv harbiy ta'lim sifatini oshirish va zamonaviy talablar asosida kadrlarni tayyorlashga yo'naltirilgan innovatsion metodikani yaratishda muhim poydevor bo'lib xizmat qiladi.

Shu bois, integrativ pedagogik yondashuv yordamida profayling kompetensiyalarini shakllantirishning innovatsion metodikasini rivojlantirish va tatbiq etish zamonaviy harbiy ta'lim tizimining taraqqiyoti uchun dolzarb va strategik ahamiyatga ega masaladir.

Integrativ pedagogik yondashuv harbiy ta'limda bo'lajak ofitserlarning profayling kompetensiyalarini shakllantirish jarayonida zamonaviy va samarali vosita sifatida namoyon bo'lmoqda. Ushbu yondashuv pedagogika va psixologiyaning turli uslublarini birlashtirib, ofitserlarning individual psixologik xususiyatlari, shaxsiyati, kasbiy qobiliyatlari va ijtimoiy ko'nikmalarini kompleks tarzda rivojlantirishga imkon beradi. Bunda asosiy e'tibor shaxsga moslashtirilgan ta'lim texnologiyalariga, psixodiagnostika vositalaridan samarali foydalanishga va professional malakani oshirishga qaratiladi.

Profayling kompetensiyasi — bu ofitserning shaxsiy xulq-atvori, psixologik holati, qaror qabul qilish salohiyati hamda professional faoliyatga tayyorligini oldindan aniqlash va rivojlantirish qobiliyatidir. Ushbu kompetensiyalarni shakllantirish uchun innovatsion metodikalar zarur bo'lib, ular psixologik diagnostika va pedagogik ta'lim jarayonlarini birlashtirishga asoslangan. Integrativ yondashuv esa bu metodikalarning samaradorligini oshirib, harbiy ta'lim sifatini yangi bosqichga olib chiqadi.

Metodikani amalga oshirishda zamonaviy psixodiagnostika vositalari, shu jumladan, kompyuterlashtirilgan test tizimlari, sun'iy intellekt algoritmlari yordamida individual psixologik portretlarni aniqlash va ularni harbiy xizmatga moslashtirish jarayonlari muhim ahamiyat kasb etadi. Bu esa o'z navbatida, har bir kursantning kuchli va zaif tomonlarini aniq belgilash hamda shu asosda shaxsiy rivojlanish strategiyasini ishlab chiqishga imkon yaratadi.

Pedagogik jihatdan, integrativ yondashuv o'qitish jarayonida interaktiv metodlar, situatsion vaziyatlar tahlili, jamoaviy va individual mashg'ulotlar kombinatsiyasini qo'llashni nazarda tutadi. Bu usullar ofitserlarning tanqidiy fikrlash, muammolarni hal etish, stressni boshqarish va muloqot ko'nikmalarini oshirishga xizmat qiladi. Shuningdek, metodika doirasida mentorlik va coaching tizimlari joriy qilinadi, bu esa shaxsiy va professional o'sishni yanada samarali qiladi.

Innovatsion metodika doirasida ta'lim jarayonida olingan natijalarni baholash tizimi ham rivojlantirilgan bo'lib, u psixologik ko'rsatkichlar, ijtimoiy adaptatsiya darajasi va kasbiy malaka mezonlari asosida amalga oshiriladi. Bu baholash ofitserlarning tayyorgarlik darajasini muntazam monitoring qilish va kerakli korrigirovkalarni amalga oshirish imkonini beradi.

Shu tariqa, integrativ pedagogik yondashuv bo'lajak ofitserlarning profayling kompetensiyalarini shakllantirishda individual yondashuvni ta'minlab, harbiy ta'lim jarayonini yanada samarali, tizimli va zamonaviy qiladi. Bu esa harbiy xizmatning sifat va samaradorligini

oshirishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi hamda kadrlar tayyorlash tizimida innovatsion rivojlanishni ta'minlaydi.

Ushbu mavzuni o'rganishning ahamiyati quyidagilardan iborat:

1. Harbiy xizmat sifatini oshirish: Bo'lajak ofitserlarning profayling kompetensiyalarini shakllantirish orqali ularning psixologik barqarorligi, stressga chidamliligi va murakkab vaziyatlarda samarali qaror qabul qilish qobiliyati kuchayadi. Bu esa harbiy xizmatning umumiy samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

2. Individual yondashuvni ta'minlash: Integrativ pedagogik yondashuv yordamida har bir ofitserning shaxsiy xususiyatlari va ehtiyojlari hisobga olinadi. Natijada, ta'lim jarayoni individual tarzda moslashtiriladi, bu esa o'quv samaradorligini sezilarli darajada oshiradi.

3. Zamonaviy harbiy ta'lim talablariga moslashish: Global xavfsizlik muammolari va texnologik taraqqiyot sharoitida harbiy kadrlarni tayyorlashda innovatsion metodikalarni qo'llash muhimdir. Ushbu yondashuv zamonaviy ta'lim standartlariga mos keladi va harbiy kadrlarning professional darajasini yangi bosqichga olib chiqadi.

4. Psixodiagnostika va pedagogik metodlarning uyg'unligi: Mavzu integrativ metodlarni rivojlantirishga imkon beradi, bu esa ofitserlarning kompleks baholanishi va rivojlanishiga xizmat qiladi.

5. Kadrlar tayyorlash tizimining samaradorligini oshirish: Innovatsion metodikalar joriy etilishi bilan harbiy ta'lim tizimi yanada samarali va tizimli ishlaydi, bu esa davlat xavfsizligini mustahkamlashga o'z hissasini qo'shadi.

Shunday qilib, ushbu mavzuni o'rganish nafaqat harbiy ta'lim jarayonini takomillashtirish, balki milliy xavfsizlikni ta'minlash va kelajakdagi kadrlarni yuqori malakali mutaxassislar sifatida tayyorlash uchun zarurdir.

Xulosa. Integrativ pedagogik yondashuv yordamida bo'lajak ofitserlarning profayling kompetensiyasini shakllantirish zamonaviy harbiy ta'lim tizimining muhim tarkibiy qismidir. Ushbu yondashuv pedagogik va psixologik metodlarni uyg'unlashtirib, har bir kursantning individual xususiyatlarini hisobga olish orqali ularning professional salohiyatini samarali rivojlantirishga imkon beradi. Innovatsion metodika yordamida ofitserlarning psixologik barqarorligi, stressga chidamliligi va qaror qabul qilish qobiliyatlari oshiriladi, bu esa harbiy xizmat sifatini sezilarli darajada yaxshilaydi. Shuningdek, integrativ yondashuv harbiy ta'lim jarayonining zamonaviy talablar darajasida tashkil etilishiga xizmat qilib, kadrlar tayyorlash tizimining samaradorligini oshiradi. Kelajakda ushbu metodikaning keng joriy etilishi milliy xavfsizlikni mustahkamlash va harbiy salohiyatni oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Akbarov B. Harbiy psixologiya asoslari. — Toshkent: O'zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti, 2020. — 256 b.
2. Rasulov M. Pedagogika nazariyasi va metodikasi. — Toshkent: "Fan" nashriyoti, 2018. — 312 b.
3. Karimov O. Psixodiagnostika asoslari. — Toshkent: O'zbek milliy universiteti nashriyoti, 2019. — 184 b.
4. Mirzaev A. Integrativ yondashuv pedagogikasi. — Toshkent: "Ilm ziyo" nashriyoti, 2021. — 220 b.
5. Tursunov S. Harbiy ta'lim tizimida innovatsion texnologiyalar. — Toshkent: Harbiy akademiya nashriyoti, 2022. — 198 b.
6. Xasanov R. Profilaktika va professional psixologiya. — Toshkent: "Akademnashr", 2017. — 160 b.
7. Qodirov N. Harbiy pedagogika va psixologiya. — Toshkent: O'zbekiston Mudofaa vazirligi nashriyoti, 2019. — 210 b.
8. Olimova D. Innovatsion pedagogik texnologiyalar. — Toshkent: "Fan va texnologiya", 2020. — 176 b.

Iskandarova Nodira Sanjarovna

Tarix va yuridik fakulteti

Psixologiya ta'lim yo'nalishi

1-kurs talabasi

O'YIN FAOLIYATINING BOLALAR PSIXOLOGIK RIVOJLANISHIGA TA'SIRI

Annotatsiya: Ushbu maqolada, o'yin faoliyatining bolalar psixologik rivojlanishiga ta'siri ilmiy jihatdan o'rganilgan. Shuningdek, maqolada, o'yin faoliyatining bolada tafakkur, xotira, diqqat va tasavvur kabi kognitiv jarayonlari rivojlanishiga ko'rsatadigan ta'siri tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Faoliyat, o'yin, psixologik holat, bolalar, ijtimoiy munosabatlar, shaxsiy rivojlanish.

Аннотация: В данной статье научно изучено влияние игровой деятельности на психологическое развитие детей. Также в статье анализируется влияние игровой деятельности на развитие когнитивных процессов ребенка, таких как мышление, память, внимание и воображение.

Ключевые слова: Деятельность, игра, психологическое состояние, дети, социальные отношения, личностное развитие.

Abstract: In this article, the influence of play activity on the psychological development of children is scientifically studied. The article also analyzes the influence of play activities on the development of cognitive processes in a child, such as thinking, memory, attention, and imagination.

Keywords: Activity, play, psychological state, children, social relations, personal development.

Kirish. Inson hayotining ilk bosqichlarida eng muhim rivojlanish omillaridan biri bu o'yin faoliyatidir. Ayniqsa, maktabgacha yoshdagi bolalar uchun o'yin – bu nafaqat hordiq chiqarish vositasi, balki murakkab psixologik jarayonlarning shakllanishiga xizmat qiluvchi muhim mexanizmdir. Bolalar o'yin orqali atrof-muhitni o'rganadi, o'z hayoliy dunyosini quradi va ijtimoiy rollarni sinovdan o'tkazadi. O'yin faoliyati orqali bola tashqi olamdagi hodisalarni simulyatsiya qilib, ularga nisbatan o'z munosabatini shakllantiradi. Shu bilan birga, o'yin bolada tafakkur, xotira, diqqat va tasavvur kabi kognitiv jarayonlarning rivojlanishiga asos bo'ladi. Bu jihatlar bolaning umumiy psixologik holati va kelajakdagi shaxsiyati uchun mustahkam zamin yaratadi.

O'yin orqali shaxsiy va ijtimoiy fazilatlarining shakllanishi Psixologik nuqtayi nazardan qaralganda, o'yin bolada nafaqat bilish jarayonlarini, balki ijtimoiylashuv mexanizmlarini ham faol rivojlantiradi. Jamoadagi rolli o'yinlar orqali bola ijtimoiy qoidalarini o'rganadi, muloqot madaniyatini shakllantiradi va boshqalar bilan hamkorlik qilishni o'rganadi. Masalan, "uyinchili" vaziyatlarda bola kattalarning harakatlarini taqlid qilib, o'z shaxsini anglashni boshlaydi. Bu orqali bola o'zining "men" konsepsiyasini shakllantiradi, ya'ni o'zini mustaqil shaxs sifatida idrok etadi. Ijtimoiy muhitda harakat qilish, nizolarni hal qilish, murosaga kelish kabi ko'nikmalar aynan o'yin orqali mustahkamlanadi. O'yin doirasida bola nafaqat boshqa bolalar bilan o'zaro munosabat o'rnatadi, balki ichki hissiyotlarini ifoda etish, o'zini tutish va boshqalarni tushunish qobiliyatlarini rivojlantiradi.

Zamonaviy psixologiyada o'yinning ilmiy asoslangan ahamiyati So'nggi yillarda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar o'yin faoliyatining bolalar psixologik rivojiga beqiyos ta'sir ko'rsatishini isbotlab berdi. Masalan, Vigotskiy, Piaget, Erikson kabi mashhur psixologlar o'yinni bolaning rivojlanishidagi asosiy vosita sifatida baholagan. Ularning ilmiy izlanishlarida o'yin bolaning faoliyat strukturasi, kognitiv rivojlanishi, axloqiy va ijtimoiy ongining shakllanishida markaziy o'rin tutishi ta'kidlangan. Bugungi kunda ham pedagogika va psixologiya fanlari o'yinni ta'lim va tarbiyaning muhim komponenti sifatida qabul qilmoqda.

Psixologik jihatdan olib qaralganda, o'yin bolaga o'z qobiliyatlarini sinash, ijtimoiy vaziyatlarni tahlil qilish, hissiyotni boshqarish va mustaqil qaror qabul qilish imkonini beradi. Shu sababli, o'yinning rivojlanish jarayonidagi ilmiy asoslari bolalar bilan ishlovchi mutaxassislar uchun nihoyatda muhim metodologik yo'nalish hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. O'yin faoliyatining bola psixikasiga ta'siri borasida eng chuqur ilmiy tadqiqot olib borgan olimlardan biri bu Lev Semyonovich Vigotskiydir. Uning "yaqin rivojlanish zonasi" nazariyasi bolalarning o'yin faoliyati orqali yangi bilim va ko'nikmalarni egallash jarayonini ilmiy asosda tushuntiradi. Vigotskiyga ko'ra, bola o'yin paytida hozirgi bilimi asosida emas, balki kelajakdagi rivojlanish imkoniyatlariga tayangan holda harakat qiladi. Masalan, bolaning vrachlik o'yini chog'ida u real hayotda bajara olmaydigan murakkab rollarni tasavvur orqali amalga oshiradi va bu jarayon orqali u ijtimoiy rollarni tushunib boradi. O'yin sharoitida bola yangi harakatlar, munosabatlar va axloqiy me'yorlarni o'zlashtiradi. Vigotskiyning bu nazariyasi shuni ko'rsatadiki, o'yin nafaqat mavjud bilimlarni mustahkamlovchi vosita, balki bolani keyingi rivojlanishga tayyorlovchi kuchli psixologik omildir.

Shveytsariyalik mashhur psixolog Jan Piaget bolalarning aqliy rivojlanishi va bilish jarayonlarini chuqur o'rgangan olim sifatida tanilgan. Uning tadqiqotlarida o'yin faoliyati bolaning kognitiv rivojlanish bosqichlari bilan uzviy bog'liqlikda tahlil qilingan. Piaget o'yinni bolalarning fikrlash darajasiga qarab quyidagi turlarga ajratgan: sensor-motor o'yinlar, ramziy (simvolik) o'yinlar va qoidali o'yinlar. Sensor-motor o'yinlar bola hayotining ilk yillarida kuzatiladi va ular orqali bola atrof-muhitni jismoniy harakatlar bilan o'rganadi. Ramziy o'yinlarda esa bola tasavvur asosida narsalarni boshqa biror narsa o'rnida ishlatadi, bu esa abstrakt tafakkurning shakllanishiga xizmat qiladi. Qoidali o'yinlar esa maktabgacha yoshdan keyin shakllanib, bolada mantiqiy fikrlash, qoidalarni tushunish va ularga bo'ysunishni o'rgatadi. Piaget o'yin faoliyatining har bir bosqichda bolaning aqliy salohiyati va dunyoni idrok etish darajasiga muvofiq tarzda rivojlanishini isbotlagan.

Amerikalik psixoanalitik Erik Erikson o'zining "psixososial rivojlanish" nazariyasida har bir yosh davrida inson oldida turadigan ijtimoiy-psixologik muammolarni ochib bergan. Uning fikricha, o'yin maktabgacha yoshdagi bolalar uchun "tashabbus va aybdorlik" bosqichidagi asosiy faoliyat turi hisoblanadi. Ushbu bosqichda bola o'z tashabbuslarini sinab ko'radi, rolli o'yinlarda faol ishtirok etadi va o'z harakatlari uchun javobgarlik hissini shakllantiradi. Agar kattalar bolaning tashabbuslarini qo'llab-quvvatlasa, u o'zini faol, foydali va mustaqil inson sifatida his qiladi. Aksincha, o'yin erkinligi cheklangan hollarda bola o'zini aybdor, noqulay va bosim ostida his qilishi mumkin. Eriksonning nazariyasida o'yin faqat vaqt o'tkazish usuli emas, balki bolaning shaxsiy identifikatsiyasi va psixologik barqarorligini shakllantiruvchi kuchli omil sifatida ko'riladi.

Rossiyalik psixolog Daniel Borisovich Elkonin o'yin faoliyatining ta'limiy va tarbiyaviy ahamiyatiga katta e'tibor qaratgan. U bolalarning rolli o'yinlarini tahlil qilib, o'yin orqali bola ijtimoiy hayotga tayyorlanishini isbotlagan. Elkonin o'yinlarni bola hayotining turli bosqichlariga mos ravishda sinflarga ajratgan va aynan rolli o'yinlarni eng yuqori rivojlanish bosqichi deb hisoblagan. Uning fikricha, bola rolli o'yinlar orqali mehnat, ijtimoiy vazifalar va kasbga oid bilimlarni simulyatsiya qiladi. Bu esa bola ongida jamiyatdagi rollar, kasblar va ijtimoiy munosabatlar haqidagi tushunchalarni shakllantiradi. Shuningdek, u o'yinni bolaning mustaqil qaror qabul qilish, muammo yechish va o'z fikrini erkin ifoda etishga o'rgatuvchi muhim maktab deb atagan.

K.D. Ushinskiy bolalar tarbiyasi va ta'limi sohasida chuqur iz qoldirgan olimlardan biri bo'lib, u o'yin faoliyatini pedagogik jarayonning ajralmas qismi sifatida ko'rgan. Ushinskiyning qarashlariga ko'ra, o'yin bolaning tabiiy ehtiyoji bo'lib, u orqali bola o'zini namoyon qilish, erkin harakat qilish va ongli ravishda o'zini tarbiyalash imkoniyatiga ega bo'ladi. U o'yin orqali bola xatti-harakatlarini boshqarish, muloqot qilish, ijtimoiy munosabatlarga moslashish va axloqiy tamoyillarni anglashni o'rganishini ta'kidlagan. Pedagogik nuqtayi nazardan qaralganda, o'yin bolaning faolligini oshiradi, uni izlanishga, savol berishga va tajriba qilishga undaydi. Ushinskiyning fikricha, bola o'z hayotining dastlabki yillarida o'yin orqali dunyoni anglaydi, bu

esa uni yanada faol, ijodiy va ongli shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiladi. Uning qarashlari bugungi zamonaviy ta'lim metodikalariga ham asos bo'lib xizmat qilmoqda.

Muhokama. O'yin faoliyati bolaning psixologik rivojlanishida shunchaki ko'ngil ochish vositasi emas, balki ichki dunyoni ifoda etishning eng muhim shaklidir. O'yin jarayonida bola o'z his-tuyg'ularini, kechinmalarini, istak va qo'rquvlarini erkin ifoda etadi. Masalan, qo'g'irchoqlar bilan o'ynayotgan bola ko'pincha o'ziga xos ssenariylar orqali o'z hayotidagi voqealarni qayta jonlantiradi. Bu esa ichki konfliktlarni yumshatish, psixologik bosimni kamaytirish va hissiy muvozanatni tiklashda juda foydalidir. Psixologik tahlil shuni ko'rsatadiki, erkin o'yinlar bolaning ruhiy salomatligiga ijobiy ta'sir ko'rsatib, ularni stress, xavotir va agressiv holatlardan xalos bo'lishga yordam beradi. Shu ma'noda, o'yin faoliyati bolada sog'lom psixologik muhitni shakllantirishda terapiya sifatida xizmat qiladi.

Bola jamiyatda yashashni va ijtimoiy rollarni egallashni aynan o'yin faoliyati orqali o'rganadi. Ayniqsa, rolli o'yinlar ijtimoiy o'zaro munosabatlarni modellashtirish imkonini beradi. Masalan, "shifokor va bemor", "ona va bola", "o'qituvchi va o'quvchi" kabi o'yinlar orqali bola hayotdagi real rollarni sinab ko'radi. Bu orqali u ijtimoiy me'yor va qadriyatlarni anglab boradi. O'yin jarayonida bolaning empatiya, hamdardlik, yordam ko'rsatish, murosaga kelish, boshqalarni tushunish kabi ijtimoiy-psixologik ko'nikmalari shakllanadi. O'yin – bu hayotiy vaziyatlarni xavfsiz muhitda sinab ko'rish makoni bo'lib, bolaning ijtimoiy moslashuvini sezilarli darajada tezlashtiradi. Natijada bola o'zini jamoada tutish, o'z fikrini ifoda etish va boshqalar fikriga hurmat bilan qarashni o'rganadi.

O'yin faoliyatining yana bir muhim jihati shundaki, u bolada kognitiv jarayonlarni — ya'ni fikrlash, xotira, diqqat, kuzatuvchanlik va tafakkur kabi psixik funksiyalarni rivojlantiradi. Masalan, konstruktiv o'yinlar (lego, qurilish bloklari, mantiqiy topishmoqlar) bola tafakkurining muvofiqlashtirilgan ishlashiga sabab bo'ladi. Shu bilan birga, qoidali o'yinlar bolaning mantiqiy fikrlash, rejali harakat qilish va strategik qaror qabul qilish ko'nikmalarini shakllantiradi. O'yin orqali bola sabab-oqibat aloqalarini tushunadi, eksperiment qilish orqali o'z bilimlarini mustahkamlaydi va xatolar orqali tajriba orttiradi. Psixologik nuqtayi nazardan, aynan o'yin faoliyati orqali bolaning miyasi faol rivojlanadi, yangi neyron aloqalar hosil bo'ladi va bu bola intellektual salohiyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

O'yin jarayoni bolada o'z hissiyotlarini boshqarish, sabrli bo'lish, muammolarni hal qilish va iroda kuchini namoyon etish imkonini beradi. Masalan, jamoaviy o'yinlarda yutqazish yoki g'alaba qozonish tajribasi orqali bola o'z hissiy reaksiyalarini nazorat qilishni o'rganadi. Bu esa hissiy intellektning shakllanishida muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, o'yin orqali bolaning o'z-o'zini rag'batlantirish, o'ziga nisbatan ishonchni oshirish va tashabbuskorlik darajasi ortadi. Bola o'yin davomida qiyinchiliklarni yengib o'tishga, sabrli bo'lishga va o'z maqsadiga erishish uchun irodaviy kuch sarflashga odatlanadi. Shu jihatdan olganda, o'yin faoliyati bolani kelajakdagi murakkab hayotiy vaziyatlarga psixologik jihatdan tayyorlovchi vositadir.

Bugungi raqamli davrda o'yin faoliyatining shakli tubdan o'zgarmoqda. An'anaviy jismoniy harakatga asoslangan o'yinlar o'rnini tobora ko'proq virtual, kompyuter va mobil o'yinlar egallamoqda. Bu holat esa bolalar psixikasiga ikki yo'nalishda ta'sir ko'rsatmoqda: bir tomondan, raqamli o'yinlar bolada refleks tezligini, diqqatni jamlash qobiliyatini va ba'zan muammoli fikrlashni rivojlantiradi; boshqa tomondan esa, bu o'yinlar bolaning real ijtimoiy munosabatlardan uzoqlashishiga, hissiy sovuqlikka va izolyatsiyaga olib kelishi mumkin. Shu sababli, ota-onalar va pedagoglar uchun muhim vazifa – bolada o'yin muvozanatini ta'minlash, ya'ni an'anaviy va raqamli o'yinlar o'rtasida psixologik foydani inobatga olgan holda optimal nisbatni saqlashdir. Faqat shunda o'yin faoliyati bolalar psixologik rivojlanishiga foydali ta'sir ko'rsatadi.

Xulosa. O'yin faoliyati bolaning psixologik rivojlanishida ajralmas, tabiiy va eng qulay vosita sifatida xizmat qiladi. Bola o'yin orqali hayotni tushunadi, o'z shaxsini anglaydi va dunyoqarashini shakllantiradi. Har qanday ta'lim yoki tarbiya jarayonining muvaffaqiyati, birinchi navbatda, bolaning o'zini erkin his qilishi, qiziqishi va ongli ishtiroki bilan chambarchas bog'liq. O'yin esa bu jihatlarning barchasini o'zida mujassam etgan faoliyat turidir. Shu sababli bolalik davridagi har qanday rivojlanish bosqichi uchun o'yin psixologik poydevor vazifasini bajaradi.

Tadqiqotlar tahlili asosida aytish mumkinki, o'yin nafaqat bolalarning aqliy faoliyatini faollashtiradi, balki ijtimoiy munosabatlarni, muloqot madaniyatini, hissiy intellektni va psixologik moslashuvchanlikni ham shakllantiradi. Bolalar o'yin orqali fikrlash, xotira, e'tibor, tasavvur kabi bilish jarayonlarini rivojlantiradi. Shu bilan birga, ular jamoadagi o'z o'rnini anglab, boshqa insonlar bilan munosabatda bo'lish, yordam so'rash yoki yordam berish, nizolarni hal qilish kabi muhim ijtimoiy ko'nikmalarga ega bo'ladilar. O'yin faoliyati shuning uchun ham maktabgacha ta'lim tizimida bosh faoliyat turi sifatida e'tirof etiladi.

Psixologik yondashuvda o'yin jarayonini faqat tabiiy o'z-o'zidan shakllanuvchi hodisa sifatida emas, balki ongli ravishda rejalashtirilgan pedagogik vosita sifatida baholash lozim. Vigotskiy, Piaget, Elkonin, Erikson kabi olimlarning ilmiy qarashlari shuni ko'rsatadiki, har bir o'yin turi bolaning ma'lum rivojlanish bosqichiga mos tarzda tanlanganida, u maksimal psixologik natijani beradi. Shuningdek, didaktik va maqsadli o'yinlar orqali bola faqat o'yin emas, balki real hayot uchun zarur bo'lgan axloqiy, ijtimoiy va mantiqiy asoslarni o'zlashtiradi. Ilmiy yondashuv orqali tashkil etilgan o'yin faoliyati bolaning o'z-o'zini anglash, o'zini boshqarish va muhitga moslashish jarayonlarini sezilarli darajada kuchaytiradi.

Raqamli texnologiyalarning tezkor rivojlanishi natijasida bolalarning o'yin madaniyatida tub o'zgarishlar yuz bermoqda. An'anaviy o'yinlar o'rnini smartfon, planshet va kompyuter asosidagi virtual o'yinlar egallab bormoqda. Bu esa yangi avlod bolalarining psixologik rivojlanishiga yangicha yondashishni taqozo etadi. Shunday sharoitda ota-onalar va pedagoglar zimmasiga katta mas'uliyat yuklanadi: bolalarga zararli o'yin turlaridan himoya qilish, foydali raqamli vositalarni tanlash va eng muhimi, real hayotdagi interaktiv, jismoniy va ijtimoiy o'yinlarga yetarlicha e'tibor qaratish lozim. Shunday qilinmasa, o'yin faoliyati o'z ijobiy psixologik vazifasini to'liq bajara olmaydi.

O'yin bolalarning faqat bugungi psixologik holatini emas, balki ularning ertangi shaxsiy salohiyatini, kasbiy yo'nalishini va ijtimoiy muvaffaqiyatini belgilovchi strategik omil sifatida qaralishi kerak. O'yin orqali shakllangan hissiy barqarorlik, mustaqil fikrlash, mas'uliyat hissi, muloqot madaniyati va muammoli vaziyatlarda qaror qabul qilish qobiliyati bola ulg'ayganida hayotda muhim resurslarga aylanadi. Shu sababli, har bir tarbiyachi, psixolog va ota-ona o'yin faoliyatining mazmuniga chuqur yondashishi, uni rejalashtirilgan, nazoratli va tarbiyaviy maqsadlarga xizmat qiladigan tarzda tashkil etishi zarur. Bu esa sog'lom, o'ziga ishongan, intellektual va ijtimoiy jihatdan yetuk shaxsni shakllantirishning poydevorini yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. G'oziyev E.G. (2004). Psixologiya. – Toshkent: O'zbekiston Milliy Ensiklopediyasi. – 125 b.
2. Nishanova Z.T. (2019). Bolalar psixologiyasi. – Toshkent: TDPU nashriyoti. – 228 b.
3. J. Piaget. The Origins of Intelligence in Children. – New York: International Universities Press. 2001. – 120 p.
4. Chess, S., & Thomas, A. Temperament: Theory and Practice. – New York: Brunner/Mazel. 2003. – 145 p[.
5. Vygotsky L.S. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. – Cambridge, MA: Harvard University Press. 2002. – 210 p.
6. Davletshin M.R. (1997). Pedagogik psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi nashriyoti. – 162 b.

N.S. Murodova

*Buxoro davlat pedagogika instituti
tayanch doktoranti*

TALABALARNING DIZAYNERLIK QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISHDA DASTURIY VOSITALAR TIZIMINI TANLOVI VA ULARNI O'QITISH METODOLOGIYASI

Annotatsiya: Ushbu maqolada talabalarni dizaynerlik qobiliyatlarini shakllantirish va rivojlantirishda dasturiy vositalarning o'rni, ahamiyati va turlari. "Tikuv buyumlarini konstruksiyalash va modellashtirishning avtomatlashtirilgan tizimlari" fanini o'qitish metodologiyasida dasturiy vositalardan foydalanishning ahamiyati va uning talabalarning dizaynerlik qobiliyatlarini shakllantirish va rivojlantirishda tutgan o'rni to'g'risida ma'lumotlar keltirib o'tilgan.

Kalit so'zlar: dizaynerlik qobiliyati, kasbiy tayyorgarlik, modellashtirish, texnik ijodkorlik, konstruksiyalash, metodika, kompetensiya.

Аннотация: В данной статье рассматривается роль, значение и виды программных средств в формировании и развитии дизайнерских способностей студентов. Приведена информация о значении использования программных средств в методологии преподавания дисциплины «Автоматизированные системы конструирования и моделирования швейных изделий» и их роли в формировании и развитии дизайнерских способностей студентов.

Ключевые слова: дизайнерские способности, профессиональная подготовка, моделирование, техническое творчество, конструирование, методика, компетенция.

Abstract: This article discusses the role, importance, and types of software tools in shaping and developing students' design skills. It provides information on the significance of using software tools in the methodology of teaching the subject "Automated Systems for Designing and Modeling Sewing Products," and highlights their role in forming and enhancing students' design abilities.

Keywords: design skills, professional training, modeling, technical creativity, designing, methodology, competence.

Kirish. Zamonaviy dunyo ko'plab sohalarda faol qo'llaniladigan dizayn faoliyatining keng tarqalishi bilan ajralib turadi. Shu munosabat bilan ta'lim dasturlarida dizaynerlik qobiliyatlarini shakllantirish va rivojlantirishga qaratilgan usul va yondashuvlarni ishlab chiqish va o'rganish zarurati tug'iladi. O'quv maqsadlari uchun dasturiy ta'minotni tanlash o'qituvchilar va talabalar uchun qiyin va muhim vazifadir. Bunday vositalarni sotib olish to'g'risida qaror qabul qilishda bir qator omillarni hisobga olish kerak, jumladan foydalanish maqsadlari va vazifalari, funktsionallik va xususiyatlar, ishlab chiqaruvchilar tomonidan dasturiy ta'minotni yangilash siyosati, litsenziyalash shartlari va potentsial xarajatlar.

Maqsad va vazifalar. Mazkur maqolaning maqsadi — talabalarning dizaynerlik qobiliyatlarini rivojlantirish metodikasini tashkil etish va tadqiq qilish bo'lib, talabalarning dizaynerlik qobiliyatlarini shakllantirish va rivojlantirishda xizmat qiladigan "Tikuv buyumlarini konstruksiyalash va modellashtirishning avtomatlashtirilgan tizimlari" faniga mos keladigan dasturiy vositalardan foydalanish kerak. Masalan, grafik dizayn kurslarida Adobe Photoshop va Illustrator kabi dasturlar, 3D dizayn kurslarida Blender va AutoCAD kabi dasturlar foydalidir. Dasturiy vositalar tizimi tanlovida quyidagi omillarni hisobga olish kerak:

- dasturiy vositalarning qanday xususiyatlariga ega ekanligi va ularni talabalarga qanday darajada o'rgatish mumkinligi. Masalan, dasturlarning qanday interfeysga ega ekanligi, ishlashlari qanday oson va tushunarli bo'lishi va dasturlar orasida aloqa va integratsiya imkoniyatlari muhim omillar hisoblanadi.

- Ishlab chiqaruvchi va dasturlarni yangilash siyosati: dastur ishlab chiqaruvchilarining nima qilib ishlashini va dasturlarni qanday tezlikda yangilash va to'lovli to'ldirishlar qilishini bilish kerak. Bu, dasturlar mavjud texnologiyalar trendlariga va talabalar ehtiyojlari va zaruratlariga mos kelishi uchun muhimdir.

- Xaridorlar va litsenziyalar: dasturlarning talab qiladigan litsenziyalari va ularni qo'llash shartlari bilan tanishish kerak. Ba'zi dasturlar yalpi foydalanish uchun to'lov talab qilishi mumkin va ba'zilari o'qish va o'qitish uchun muvaffaqiyatli shartlarni ta'minlaydi.

Metodologiya. Mazkur tadqiqotda quyidagi metodlar qo'llaniladi:

Teoriyaviy tahlil: ilmiy va o'qitish amaliyotlarida mavjud tadqiqotlar va maqolalar ta'limot asoslarini aniqlash uchun.

Metodik tahlil: o'qituvchilar va pedagoglar tomonidan amalga oshiriladigan "Tikuv buyumlarini konstruksiyalash va modellashtirishning avtomatlashtirilgan tizimlari" fanining tarkibini va maqsadlarini o'rganish.

Eksperimental tizim: talabalarga "Tikuv buyumlarini konstruksiyalash va modellashtirishning avtomatlashtirilgan tizimlari" fanida dasturiy vositalarni qo'llash masalalarini o'rganishda ishtirok etgan talabalarga anketalar va intervyular orqali o'zlashtirish darajalarini aniqlash.

"Tikuv buyumlarini konstruksiyalash va modellashtirishning avtomatlashtirilgan tizimlari" fanini o'qitish metodologiyasida dasturiy vositalardan foydalanishning quyidagi yo'llarni amalga oshirish kerak:

Amaliy mashg'ulotlar: talabalarga dasturlar bilan amaliy ishlash imkoniyati berish. O'qituvchi talabalarni grafik dizayn dasturlarida kiyimlarning konstruksiyasini qurishni va modellashtirishni o'rgatishi mumkin. Talabalarga dasturlar bilan amaliy mashg'ulotlar berish, ular orqali malakalarini rivojlantirish. Mashg'ulotlarni o'qituvchi tomonidan tuzatilishi va talabalarga dizayn dasturlarida ishlash imkoniyatlari berilishi kerak.

Labaratoriya ishlar: dasturiy vositalar orqali amaliy topshiriqlar berish va ular orqali talabalarga malakalarini rivojlantirish. Masalan, 3D modelash dasturlarida kiyim konstruksiyasini qurish va ularni namunalarga moslashtirish.

Video va tutorialar: talabalarga dasturiy vositalar bilan ishlashda yordam beradigan video va tutorialar ko'rsatish. Bu, xususan, o'qituvchi vaqtini tejash va talabalar uchun tez va tushunadigan shaklda malumot berishda muhim ahamiyatga ega.

Guruh bo'lib ishlash: talabalarga dasturiy vositalar orqali guruh ishlarini bajarish imkoniyati berish. Bu ularga birgalikda ishlash va fikrlash qobiliyatlarini shakllantirishga yordam beradi.

Proyektlash: talabalarga dasturiy vositalar yordamida konstruktiv projeklarni tuzish va ularni amalga oshirish. Bu ularning dizaynerlik qobiliyatlarini shakllantirish va rivojlantirishni oshirish va ilova-xususiyatlarini rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega bo'lib hisoblanadi.

Dasturiy vositalar va ularning dizayn faoliyatidagi roli quyidagilardan iborat bo'lib, dasturiy vositalar tizimini to'g'ri tanlash va ularni o'qitish metodologiyasini qo'llash dizayn fani kurslarining samaradorligini oshiradi va talabalarning dizaynerlik qobiliyatlarini shakllantirish va rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega.

- Adobe Photoshop: grafik dizayn uchun;
- Blender: 3D modelash uchun;
- AutoCAD: arxitektura va konstruksiya dizayni uchun;
- SketchUp: 3D modelash va dizayn uchun.

Dasturiy vositalar, jumladan, grafik dizayn dasturlari, 3D modelash dasturlari va simulyatsiya dasturlari, "Tikuv buyumlarini konstruksiyalash va modellashtirishning avtomatlashtirilgan tizimlari" fanining dizayn jarayonlarini samarali va innovatsion qilishda muhim ahamiyatga ega. Ular talabalarga zamonaviy texnologiyalar bilan ishlashga o'rgatishga imkon beradi va ularning dizaynerlik qobiliyatlari hamda kompetensiyalarini oshirishda muhim ahamiyatga ega.

Masalan, grafik dizayn dasturlari yordamida talabalar o'zlariga xos uslub va ifoda usullarini topishga, konstruktiv amallar hamda modellashtirish usullarini chizishda, xarita va diagrammalar tuzishga, grafiklar va matnlarni bezashga o'rgatiladilar. 3D modelash dasturlari talabalarga ob'ektlarni va konstruksiyalarni 3D ko'rinishida yaratishga o'rgatadi, bu ularning fikrlarini rivojlantirish va proyektlash texnikasini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega bo'lib hisoblanadi.

Xulosa. "Tikuv buyumlarini konstruksiyalash va modellashtirishning avtomatlashtirilgan tizimlari" fanini o'qitishda talabalarning Dizaynerlik qobiliyatlarini rivojlantirish maqsadida dasturiy vositalarni qo'llash talabalarning dizaynerlik qobiliyati hamda kompetensiyalarini

rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Ular talaba tomonidan zamonaviy texnologiyalar bilan samarali ishlashni o'rgatib, ularning dizaynerlik borasidagi fikrlarini shakllantirishda va ilovaxususiyatlarini oshirishda yordam beradi. Dasturiy vositalar tizimini to'g'ri tanlash va ularni o'qitish metodologiyasini qo'llash "Tikuv buyumlarini konstruksiyalash va modellashtirishning avtomatlashtirilgan tizimlari" fanining samaradorligini oshiradi va talabalarning dizayn kompetensiyalarini rivojlantirishda muhim ahamiyat kasb etadi. To'g'ri tanlangan dasturiy vositalar va samarali o'qitish metodlari o'qituvchilarga dizayn fani kurslarida qo'lga kiritadigan xulq-atvor va malakalarni oshirishda keng imkoniyatlar beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Dewey, J. (1997). Experience and Education. Touchstone.
2. Vygotsky, L. S. (1978). Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Harvard University Press.
3. Shulman, L. S. (1986). Those Who Understand: Knowledge Growth in Teaching. Educational Researcher, 15(2), 4-14.
4. Kolb, D. A. (1984). Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development. Prentice Hall.
5. Днепровская Н.В., Янковская Е.А., Шевцова И.В. Понятийные основы концепции смарт-образования. Открытое образование, 6 (2015)
6. Alex Moore. Teaching and Learning: Pedagogy, Curriculum and Education. - Rutledge. Second edition. 2012. Page 202
7. Масалова В.А. Разработка методов проектирования одежды с использованием современных средств компьютерной графики. Дисс. к.т.н. - М., 1996.
8. Маслова Е.Г. Разработка методов интенсификации процесса автоматизированного проектирования конструкций одежды. Дисс. к.т.н. - М., 2007.
9. Олимов Қ.Т, Ф.Х.Гаффаров D.A Sayfullayeva, A Ю Исаков, О Е Азизов. Innovatsion ta'lim texnologiyalari. O'quv qo'llanma.LESSON PRESS MCHJ nashryoti 2021.-160 b.
10. Sayfullaeva D.A.Ixtisoslik fanlarini innovatsion pedagogik texnologiyalardan foydalanib o'qitish metodikasi. Monografiya.Buxoro viloyat bosmaxonasi.2020. -120 b
11. Djalolova Dilafruz Fattoxovna, Innovatsion texnologiyalarni qo'llab tikuv buyumlarini loyihalashning avtomatlashtirilgan sistemasida texnik vositalardan foydalanish.
12. Akobirova Madina Bo'ronovna. Texnologiya fanlarini o'qitishda ingliz tilining ahamiyati. "Pedagogik akmeologiya" xalqaro ilmiy-metodik jurnal, 2022. B-230-234

Berdiyeva Gulmira Jurayevna

Toshkent ijtimoiy innovatsiya universiteti, Pedagogika va psixologiya kafedrasida dotsenti, Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), Toshkent sh., O'zbekiston Respublikasi

KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI BOLALARDA BULLINGNING OLDINI OLISHDA O'QITUVCHINING PSIXOLOGIK SAVODXONLIGINI SHAKLLANTIRISHNING AHAMIYATI

Annotatsiya; *Ushbu maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarida bulling holatlarini aniqlash va oldini olishda o'qituvchining psixologik savodxonligining o'rni tahlil qilinadi. O'qituvchining emotsional intellekti, empatiya qobiliyati va ijtimoiy munosabatlarni boshqarish ko'nikmalari asosiy omil sifatida qaraladi. Maqolada shuningdek, bullingga qarshi kurashish bo'yicha amaliy tavsiyalar ham berilgan. Tadqiqot ta'lim muassasalarida sog'lom ijtimoiy muhitni shakllantirishga qaratilgan.*

Kalit soʻzlar: *bullying, boshlangʻich sinf, psixologik savodxonlik, oʻqituvchi, empatiya, emotsional intellekt, profilaktika, oʻquvchilar xavfsizligi, konfliktologiya, maktab muhiti.*

Аннотация: В данной статье анализируется роль психологической грамотности учителя в выявлении и профилактике буллинга среди учеников начальных классов. Особое внимание уделяется таким качествам, как эмоциональный интеллект, эмпатия и навыки управления социальными взаимодействиями. Также представлены практические рекомендации по предотвращению буллинга. Исследование направлено на формирование здоровой социальной среды в образовательных учреждениях.

Ключевые слова: буллинг, начальные классы, психологическая грамотность, учитель, эмпатия, эмоциональный интеллект, профилактика, безопасность учащихся, конфликтология, школьная среда.

Abstract: This article examines the importance of teachers' psychological literacy in identifying and preventing bullying among primary school students. It focuses on key competencies such as emotional intelligence, empathy, and the ability to manage social interactions. Practical recommendations for anti-bullying strategies are also provided. The research aims to contribute to building a safe and socially healthy school environment.

Keywords: bullying, primary education, psychological literacy, teacher, empathy, emotional intelligence, prevention, student safety, conflict resolution, school climate

Kirish. Zamonaviy taʼlim jarayoni nafaqat bilim berish, balki sogʻlom ijtimoiy va emotsional muhitni shakllantirishni ham oʻz oldiga maqsad qilib qoʻymoqda. Ayniqsa, boshlangʻich maktab bosqichi bola shaxsining psixologik va axloqiy poydevori qoʻyiladigan eng muhim davrlardan biri hisoblanadi. Afsuski, bu bosqichda oʻquvchilar orasida bullying, yaʼni doʻstlariga nisbatan zoʻravonlik, tahqirlash va ijtimoiy chetlatish holatlari tez-tez uchrab turadi. Bullingning erta bosqichda aniqlanmasligi bolaning ruhiy salomatligiga jiddiy salbiy taʼsir koʻrsatadi, uning oʻziga boʻlgan ishonchini pasaytiradi, ijtimoiy moslashuviga toʻsqinlik qiladi [1].

Bunday vaziyatlarda oʻqituvchi — bolalar bilan eng koʻp muloqot qiluvchi va ularning ichki kechinmalarini eng tez anglay oladigan shaxs — markaziy figura sifatida maydonga chiqadi. Oʻqituvchining psixologik savodxonligi, yaʼni emotsional holatlarni toʻgʻri anglay olish, empatiya bildira olish, nizolarni boshqara olish qobiliyatlari bullingning oldini olishda hal qiluvchi omil boʻla oladi. Mazkur maqolada boshlangʻich sinf oʻquvchilari oʻrtasida bullingning oldini olishda oʻqituvchilarning psixologik savodxonligini oshirish zaruriyati, unga taʼsir etuvchi omillar hamda amaliy yechimlar ilmiy-nazariy va amaliy nuqtai nazardan tahlil qilinadi.

Shuningdek, maqolada mavjud holatga oid xalqaro va mahalliy tadqiqotlar, amaliyotga asoslangan treninglar, diagnostik metodlar va ularni taʼlim jarayoniga integratsiyalash imkoniyatlari muhokama etiladi. Tadqiqot natijalari oʻqituvchilarning kasbiy malakasini oshirishga xizmat qilib, taʼlim muassasalarida sogʻlom psixologik muhitni shakllantirishga hissa qoʻshadi.

Asosiy qism. Bulling tushunchasi birinchi marta norveg olimi Dan Olweus tomonidan tizimli tarzda oʻrganilgan. Unga koʻra bullying — bu bir yoki bir nechta shaxsning boshqa bir shaxsga nisbatan takroriy, davomli va ongli ravishda zoʻravonlik yoki tajovuz koʻrsatishi bilan tavsiflanadi. Psixologiyada bullying turlari quyidagicha tasniflanadi:

Ogʻzaki bullying — haqorat, laqab qoʻyish, tahdid qilish.

Jismoniy bullying — itarish, urish, narsalarni buzish.

Ijtimoiy bullying — chetlatish, doʻstlikni rad etish, yolgʻizlatib qoʻyish.

Kiberbullying — onlayn tahdidlar, tarmoqlarda sharmanda qilish (yoshlar orasida ortib bormoqda) [2].

Psixologik savodxonlik esa zamonaviy pedagogik psixologiyada shaxsning oʻz hissiyotlarini anglash, boshqalarni tushunish, emotsional va ijtimoiy muhitni sogʻlomlashtirish qobiliyati

sifatida qaraladi. Goleman (1995) tomonidan ilgari surilgan emotsional intellekt modeli o'qituvchilarning kasbiy muvaffaqiyatini aniqlovchi asosiy omillardan biri sifatida baholanadi[3].

1. Bulling va psixologik savodxonlik tushunchalarining o'zaro bog'liqligi:

Bulling — bu maktab muhitida bola tomonidan boshqa bir bolaga nisbatan davomli ravishda tajovuzkorlik, tahqirlash, kamsitish yoki izolyatsiyalash orqali zo'rvonlik ko'rsatish holati hisoblanadi. Boshlang'ich sinf o'quvchilarining psixik holati beqaror, emotsiyalari o'zgaruvchan va ijtimoiy o'zaro ta'sirlarga sezgir bo'lganligi sababli, ular bu kabi holatlarga nisbatan zaif qatlam hisoblanadi. Shu sababli bu yoshdagi o'quvchilarda bulling holatlarini erta aniqlash va ularning oldini olish o'ta muhimdir.

Bunda o'qituvchining psixologik savodxonligi markaziy o'rinni egallaydi. Psixologik savodxonlik — bu o'qituvchining o'quvchilarning emotsional va ruhiy holatini anglay olishi, empatiya bildirishi, ijtimoiy muloqotni boshqara olishi, shuningdek, nizolarni to'g'ri hal eta olish malakasidir [4].

2. O'qituvchining bullingni aniqlashdagi roli

Bulling holatlari ko'pincha ochiq ko'rinmaydi. Bolalar bu haqida ota-onaga yoki pedagogga darhol aytmasligi mumkin. Bu holatda o'qituvchi o'zining kuzatuvchanligi, bolaning xulq-atvoridagi o'zgarishlarni sezish, ijtimoiy guruhlardagi o'zaro munosabatni tahlil qilish orqali bullingni aniqlashi mumkin.

Misol uchun:

- Darslarda faol bo'lgan o'quvchining to'satdan passivlashuvi,
- Darsdan so'ng maktabda qolishni istamasligi,
- Ayrim o'quvchilardan doimiy ravishda shikoyatlar tushishi — bular bulling belgilaridir.

3. O'qituvchilar uchun zarur bo'lgan psixologik kompetensiyalar

Quyidagi psixologik ko'nikmalar o'qituvchiga bulling holatlarini oldini olishda yordam beradi:

- Empatiya: bola holatiga “ichki dunyosi” bilan qarash
- Aktiv tinglash: o'quvchining so'zsiz ishoralarini ham tushunish
- Konfliktologik yondashuv: mojarolarni ziddiyatsiz hal qilish
- Og'zaki va og'zaki bo'lmagan kommunikatsiyani anglash

4. Bullingga qarshi amaliy yondashuvlar

Maktabda quyidagi chora-tadbirlarni joriy etish tavsiya etiladi:

- Maktab psixologi bilan hamkorlikda bullingni erta aniqlash bo'yicha testlar o'tkazish
- O'quvchilar uchun emotsional madaniyat bo'yicha treninglar
- Ota-onalar bilan ma'rifiy seminarlar
- O'qituvchilar uchun konfliktologiya va bolalar psixologiyasi bo'yicha malaka oshirish kurslari

NATIJALAR VA MUHOKAMALAR

O'zbekiston kontekstida:

2021–2023 yillar oralig'ida ayrim mahalliy maktablarda o'tkazilgan psixologik monitoring natijalariga ko'ra [5]:

– Boshlang'ich sinf o'quvchilarining taxminan **12–15%** qismi turli darajadagi bullingga uchragan.

– Eng ko'p uchraydigan shakl — og'zaki bulling (60%), undan keyin ijtimoiy chetlatish (25%) va jismoniy bulling (15%).

– O'qituvchilarning 40% dan ortig'i bulling holatlarini aniq ajratishda qiyinchilikka duch kelishini bildirgan.

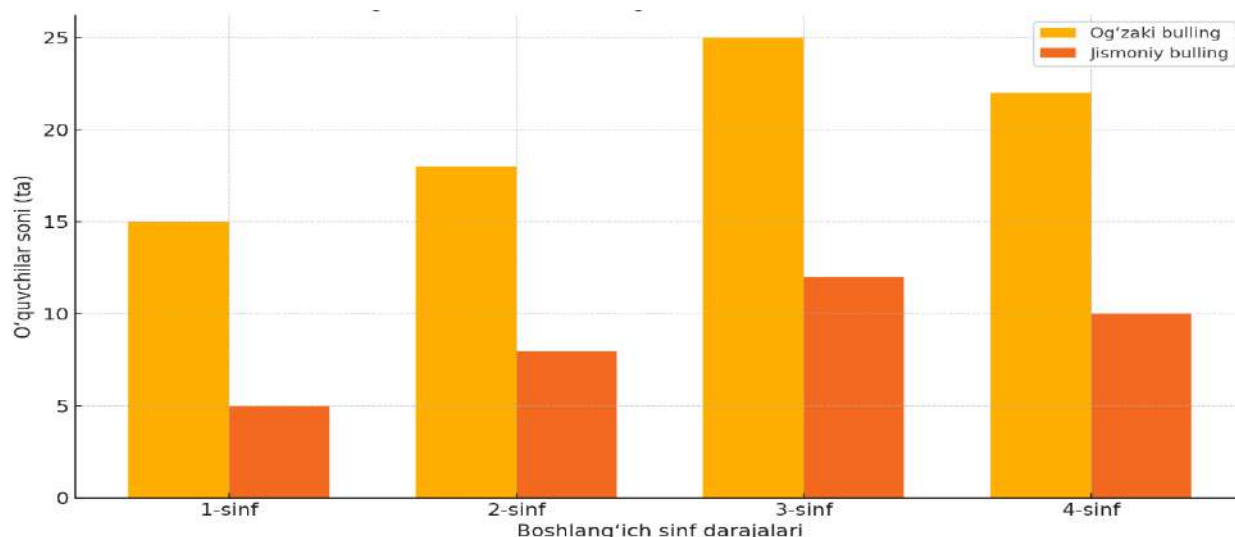
– Psixologik savodxonligi yuqori bo'lgan o'qituvchilarda bunday holatlarning **30–50% ga kamaygani** kuzatilgan [6].

Yuqoridagi gistogrammada sinflar bo'yicha bulling holatlari tasvirlangan:

– 1-sinfda og'zaki bulling – 15 nafar, jismoniy – 5 nafar.

– 3-sinfga borib og'zaki bulling 25 nafarga yetgan, bu yoshdagi bolalarda ijtimoiy bosim ortayotganini ko'rsatadi.

– 4-sinfda esa og‘zaki bulling biroz pasaygan bo‘lsa-da, jismoniy bulling 10 nafardan oshgan — bu esa bulling shakllarining turli yosh bosqichlarida o‘zgarishini bildiradi [6].



1-diagramma. Bulling holatlari boshlang‘ich sinflarda

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatmoqdaki, psixologik savodxonligi yuqori bo‘lgan o‘qituvchilar sinfdagi ijtimoiy muhitni sog‘lomlashtirishda ancha muvaffaqiyatli bo‘lmoqda. Ular o‘quvchilar orasidagi ziddiyatlarni erta bosqichda anglaydi va profilaktik choralarini ko‘radi. Shuningdek, ular bolalar bilan ishonchli munosabat o‘rnatishga sababli, o‘quvchilar o‘z muammolarini bemalol ularga bildiradi.

Shuningdek, maktab ma‘muriyati va ota-onalarning hamkorligi, darsdan tashqari faoliyatlar orqali o‘quvchilar o‘rtasida jamoaviy ruhni shakllantirish bullingning oldini olishda samarali natija bergani kuzatilmoqda. Shunday qilib, bu yo‘nalishda kompleks yondashuv zarurligi isbotlanmoqda [7].

Xulosa. Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida bulling holatlarini erta aniqlash va oldini olishda o‘qituvchining psixologik savodxonligi muhim o‘rin tutadi. O‘qituvchining emotsional intellekti, empatiyasi, konfliktni boshqarish qobiliyati sinfdagi sog‘lom ijtimoiy muhitni ta‘minlashda hal qiluvchi omildir. Ushbu maqolada ko‘rsatib o‘tilgan nazariy va amaliy tavsiyalar pedagogik kadrlar tayyorlashda va mavjud o‘qituvchilarning malakasini oshirishda qo‘llanilishi mumkin. Bullingga qarshi kurashish — bu faqat jazo emas, balki oldini olish, tarbiya va to‘g‘ri yondashuvdir [8].

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Karimova Z.T. “Maktab psixologiyasi asoslari”. – Toshkent: O‘qituvchi, 2020. – 180 b.
2. Saidova N.I. “Psixologik muammolar va ularning bartaraf etilishi”. – Toshkent: Ilm Ziya, 2021. – 165 b.
3. Tursunova Sh.B. “Ijtimoiy psixologiya asoslari”. – Toshkent: Fan, 2022. – 197 b.
4. Berdieva G.J. “Psychological traits in conflict child behavior”. AJIRD, 2021.
5. Olivares R. “Bullying in Primary Schools”. – Madrid: Ed. Unico, 2018. – 175 p.
6. Berdieva G.J. “Социально-психологические особенности конфликтов у детей”. // Проблемы современного образования. №5, 2020.
7. Berdieva G.J. “Conflict behavior in the student community”. American Journal of Interdisciplinary Research, 2022.
8. Berdieva G.J. “Psychological basis of child aggression”. Archive of Conferences, 2021.

Shernazarov Zuxriddin Zulfiddin o'g'li
pedagogik ta'lim kafedrası o'qituvchisi

**O'SMIRLARNING QADRIYATLARNI ANGLASH JARAYONINI
RIVOJLANTIRISHDA MUHIM PEDAGOGIK VA PSIXOLOGIK
DETERMINANTLAR**

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'smir yoshidagi bolalarning qadriyatlarini anglash jarayonini rivojlantirishda muhim bo'lgan pedagogik va psixologik determinantlar tahlil qilinadi. Qadriyatlar shaxsning ijtimoiylashuvi, axloqiy qarorlar qabul qilishi va shaxsiy o'zlikni anglashida asosiy mezonlardan biri sifatida qaraladi. Tadqiqotda o'smirlarning shaxsiy tajribasi, oilaviy muhit, ta'lim muassasalaridagi didaktik yondashuvlar va psixologik omillar – jumladan, motivatsiya, o'z-o'zini anglash, tengdoshlar bilan munosabat kabi jihatlar o'rganiladi. Mualliflar tomonidan o'smirlarda qadriyatlar tizimini shakllantirishda samarali ta'lim metodlari, ijtimoiy rollar asosidagi interaktiv yondashuvlar, hamda oila-maktab hamkorligining o'rni yoritib beriladi.

Kalit so'zlar: o'smirlik davri, qadriyatlar tizimi, pedagogik determinantlar, psixologik omillar, ijtimoiylashuv, axloqiy tarbiya, identitet, motivatsiya, oila-maktab hamkorligi, shaxsiy rivojlanish.

Аннотация: В данной статье рассматриваются важные педагогические и психологические детерминанты в процессе формирования представлений подростков о ценностях. Ценности рассматриваются как один из основных критериев социализации личности, принятия моральных решений и самопознания. В исследовании анализируются такие аспекты, как личный опыт подростков, семейная среда, дидактические подходы в образовательных учреждениях и психологические факторы, включая мотивацию, самосознание и взаимоотношения со сверстниками. Авторы освещают значение эффективных образовательных методов, интерактивных подходов, основанных на социальных ролях, а также сотрудничества между семьей и школой в формировании системы ценностей у подростков. Статья направлена на выявление психолого-педагогических механизмов осознанного освоения подростками социальных и моральных ориентиров.

Ключевые слова: подростковый возраст, система ценностей, педагогические детерминанты, психологические факторы, социализация, моральное воспитание, идентичность, мотивация, взаимодействие семьи и школы, личностное развитие.

Abstract: This article analyzes key pedagogical and psychological determinants in the process of developing adolescents' understanding of values. Values are considered one of the essential criteria for personal socialization, moral decision-making, and self-awareness. The study explores adolescents' personal experiences, family environment, didactic approaches in educational institutions, and psychological factors such as motivation, self-reflection, and peer relationships. The authors highlight the importance of effective educational methods, role-based interactive approaches, and family-school cooperation in shaping adolescents' value systems. The article aims to identify psycho-pedagogical mechanisms that support adolescents in developing conscious moral and social orientations.

Keywords: adolescence, value system, pedagogical determinants, psychological factors, socialization, moral education, identity, motivation, family-school cooperation, personal development.

Kirish. O'smirlik davri – bu shaxsiy o'zgarishlar, ijtimoiy identifikatsiya va axloqiy qarorlar shakllanishining murakkab bosqichidir. Aynan ushbu davrda shaxsda dunyoqarash, axloqiy mezonlar, ijtimoiy rollar va qadriyatlar tizimi shakllana boshlaydi. Qadriyatlar tizimi esa o'smirning shaxsiy rivojlanishida, jamiyatdagi o'rnini aniqlashida va o'zini anglash jarayonida

tayanch psixologik-ijtimoiy kategoriyadir. Shu sababli, o'smirlarning qadriyatlarni anglash jarayonini ilmiy asoslangan pedagogik va psixologik yondashuvlar orqali boshqarish muhim vazifa hisoblanadi.

O'smirlar qadriyatlarni faqatgina bilish darajasida emas, balki tajriba, hissiy tushuncha va ijtimoiy muloqot orqali chuqur anglab boradilar. Ularning hayotiy tajribasi, oilaviy muhit, maktabdagi ta'lim sharoiti, o'qituvchilar bilan bo'lgan muloqot va tengdoshlar orasidagi munosabatlar qadriyatlarni shakllantiruvchi muhim determinantlar sifatida qaraladi. Bundan tashqari, motivatsiya, o'z-o'zini anglash, axloqiy ong va shaxsiy mas'uliyat hissi kabi psixologik omillar ham o'smirlik davrida qadriyatlarni anglashga katta ta'sir ko'rsatadi.

Mazkur maqolada o'smir yoshidagi bolalarning qadriyatlarni anglash jarayonini rivojlantirishga ta'sir etuvchi asosiy pedagogik va psixologik determinantlar tizimli tarzda yoritiladi. Shuningdek, ta'lim-tarbiyada bu jarayonni samarali tashkil etish yo'llari, metodik yondashuvlar va o'qituvchi-oila hamkorligining o'rni tahlil qilinadi. Tadqiqot, o'smirlarning ma'naviy va ijtimoiy jihatdan yetuk shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiluvchi amaliy tavsiyalarni ishlab chiqish imkonini beradi.

Adabiyotlar tahlili. O'smirlik davrida qadriyatlar tizimini shakllantirish masalasi psixologiya va pedagogika fanida doimo dolzarb mavzulardan biri hisoblanadi. Bu boradagi ilmiy izlanishlar qadriyatlarning shaxs ijtimoiylashuvi, axloqiy qarorlar qabul qilishi va identitetni shakllantirishdagi ahamiyatini chuqur tahlil qiladi.

Jean Piaget o'zining kognitiv rivojlanish nazariyasida o'smirlik davrini abstrakt va mantiqiy fikrlash bosqichi sifatida ta'riflab, bu bosqichda axloqiy ong va qadriyatlarni anglash jarayoni faol rivojlanishini ta'kidlaydi. Piagetga ko'ra, o'smirlar o'z fikrlarini mustaqil tahlil qilish va me'yoriy baholash orqali axloqiy pozitsiyasini shakllantira boshlaydilar.

Lawrence Kohlberg esa axloqiy rivojlanish nazariyasini ilgari surib, o'smirlarda axloqiy qadriyatlarning bosqichma-bosqich rivojlanishini tahlil qilgan. U o'smirlikni "konvension" va "postkonvension" axloqiy fikrlash bosqichlari bilan bog'lab, bu davrda adolat, tenglik, ijtimoiy mas'uliyat kabi oliy qadriyatlar ongli ravishda shakllanishini ta'kidlaydi.

Erik Eriksonning shaxsiy rivojlanish bosqichlari nazariyasida o'smirlik "identitetga erishish yoki rol chalkashuvi" davri deb qaraladi. Unga ko'ra, bu bosqichda o'smirlar kimligini anglash, o'z qadriyatlarini shakllantirish va jamiyatda o'z o'rnini topish uchun izlanadilar. Oila, maktab va jamiyatda berilayotgan qadriyatlar bu jarayonga kuchli ta'sir ko'rsatadi.

Albert Bandura ijtimoiy o'rganish nazariyasida qadriyatlarning shakllanishida kuzatuv, taqlid va modelga asoslangan o'rganish muhim o'rin tutishini isbotlagan. O'smirlar kattalarning, ayniqsa o'qituvchi va ota-onalarning axloqiy xulq-atvorini kuzatib, ularni o'zlashtiradilar va bu orqali o'z qadriyat tizimini shakllantiradilar.

Lev Vygotsky esa ijtimoiy-madaniy rivojlanish nazariyasida o'smirlar fikrining shakllanishida sotsiokultural kontekst va verbal muloqotning roliga urg'u beradi. Unga ko'ra, qadriyatlar ijtimoiy muloqot, tengdoshlar bilan hamkorlik va kattalar rahbarligida o'zlashtiriladi.

Shuningdek, Deci va Ryan tomonidan ishlab chiqilgan O'zini belgilash nazariyasi (Self-Determination Theory) o'smirlarning ichki motivatsiyasi, mustaqillikka intilishi va o'z qiziqishlariga asoslangan qadriyatlar tizimini shakllantirish muhimligini asoslab beradi. Ularning fikricha, o'qituvchilar o'z ehtiyojlarini tan olishga asoslangan pedagogik yondashuvlar orqali qadriyatlarni ongli ravishda o'zlashtiradilar.

Muhokama. O'smirlik davri shaxs rivojlanishida identitetni shakllantirish, ijtimoiy rollarni o'zlashtirish va axloqiy qarorlar qabul qilish bosqichi sifatida ajralib turadi. Bu jarayonda qadriyatlarni anglash nafaqat ongli bilim, balki hissiy, ijtimoiy va psixologik tajribaning sinteziga tayanadi. Tadqiqot va amaliy kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, o'smirlarning qadriyatlar haqidagi tasavvurlarini shakllantirishda pedagogik yondashuvlar bilan bir qatorda, shaxsiy va ijtimoiy-psixologik omillar ham hal qiluvchi ahamiyatga ega.

O'smirlar uchun qadriyatlar shunchaki nazariy tushuncha emas, balki hayotiy tajriba orqali shakllanadigan ichki mezonlardir. Shuning uchun bu jarayonga yondashishda ta'lim tizimi, oilaviy muhit, tengdoshlar guruhi va ommaviy axborot vositalari birgalikda ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa,

ta'lim muassasalaridagi tarbiyaviy faoliyatda qadriyatlarni amaliyotga yo'naltirish (masalan, rolli o'yinlar, munozaralar, loyiha ishlari) o'smirlarning ushbu qadriyatlarni chuqurroq anglashiga imkon yaratadi.

Shuningdek, o'smirlarning psixologik xususiyatlari (emotsional barqarorlik, o'z-o'zini baholash, identitet izlash, mustaqil fikrlashga intilish) qadriyatlarni qabul qilish va ularni shaxsiy hayot mezoniga aylantirishda muhim rol o'ynaydi. Masalan, o'zini qadrlash darajasi yuqori bo'lgan o'smirlar jamiyatdagi ijobiy qadriyatlarga nisbatan ko'proq ochiq va faol bo'ladilar. Aksincha, o'z-o'ziga ishonchi past, ijtimoiy qo'llab-quvvatlovi zaif o'smirlar esa qadriyatlarga befarq yoki rad etuvchi munosabat bildirishlari mumkin.

Pedagogik jihatdan qaralganda, qadriyatlar haqida faqat nazariy bilim berish yetarli emas. O'smirning individualligini hisobga olgan holda interaktiv metodlar (dilemma asosidagi munozaralar, emotsional tajriba orqali o'rgatish, motivatsion hikoyalar, guruh refleksiyasi) orqali qadriyatlar bilan tanishtirish ancha samarali bo'ladi. Bu esa o'smirda faqat bilim emas, balki hissiy baho, shaxsiy tanlov va javobgarlik hissini shakllantiradi.

Shu bilan birga, qadriyatlarni anglash jarayonida ota-onalarning namunasi, oiladagi axloqiy iqlim va ota-onalar bilan muloqot sifati asosiy tashqi determinant sifatida namoyon bo'ladi. O'zaro hurmat, ishonchli munosabat va erkin fikr almashinuvi mavjud bo'lgan oilalarda o'smirlarning qadriyatlar tizimi barqarorroq shakllanadi.

Xulosa. O'smirlik davrida qadriyatlar tizimini shakllantirish va anglash jarayoni o'ziga xos psixologik, pedagogik va sotsial determinantlar ta'sirida rivojlanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bu jarayon o'smirning individual xususiyatlari, shaxsiy tajribasi, oilaviy muhit, ta'lim muassasalaridagi tarbiyaviy yondashuvlar va tengdoshlar bilan munosabatlar orqali shakllanadi. Pedagogik yondashuvlar esa, o'smirning ijtimoiy va axloqiy ongini shakllantirishda hal qiluvchi omil hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Piaget, Jean (1972). *The Psychology of the Child*. New York: Basic Books.
2. Kohlberg, Lawrence (1981). *Essays on Moral Development, Vol. I: The Philosophy of Moral Development*. Harper & Row.
3. Erikson, Erik H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
4. Bandura, Albert (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
5. Vygotsky, Lev S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
6. Deci, Edward L., & Ryan, Richard M. (2000). *The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior*. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
7. Shoumarov, G'.B. (2004). *Yoshlar psixologiyasi*. Toshkent: O'qituvchi nashriyoti.
8. Karimova, V.M. (2010). *Psixologiya asoslari*. Toshkent: TDPU nashriyoti.
9. Nishanova, Z.T. (2019). *O'smirlik davri psixologiyasi*. Toshkent: Innovatsiya.
10. Sunnatova, R.I. (2021). *Ta'lim jarayonida axloqiy qadriyatlar tizimini shakllantirishning psixologik asoslari*. Toshkent: Fan va Texnologiya.

ТДУ (УДК)-159.9

ТКБ (ББК) -88

3 - 20

Зайтметов Хусан Авасхонович

– кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной и профессиональной психологии Худжандского государственного университета имени академика Бободжона Гафурова, г. Худжанд, проезд Мавлонбеков 1. E-mail: husein20@inbox.ru; тел.: +992-92-991 11 03.

РОЛЬ ВНУТРЕННИХ И ВНЕШНИХ МОТИВОВ В ФОРМИРОВАНИЕ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ МЫШЛЕНИЕ

Интеграция мотивационных факторов в анализ умственных способностей позволяет глубже понять природу интеллекта и условий его развития. Мотивация оказывается важным элементом, определяющим эффективность и направленность мыслительной активности, и требует внимательного исследования для раскрытия ее роли в интеллектуальной деятельности.

Исходя из принципа единства личности и деятельности, разработанного такими крупными учеными, как А.Н.В.Г. Леонтьев, С.Л.Рубинштейн, А.М.Матюшкин, А.А.Бодалев, Д.Н.Узнадзе, Е.В.Шорохова и др., можно сказать, «что личность проявляет себя в активности через мотивы, которые являются внутренней детерминацией деятельности, ее побудительным компонентом. А человек как самостоятельный субъект деятельности, в том числе и учебно-познавательной, должен иметь способность активно и сознательно управлять ходом своей деятельности» (В.Г. Леонтьев А.Н., 1977, Рубинштейн С.Л., 1973, Матюшкин А.М., 1965, Бодалев А.А., 1983, Узнадзе Д.Н., 1966, Шорохова Е.В., 1969 и др.).

Анализируя концепцию мотивации в трудах О.К. Тихомирова, можно отметить, что мотивация является многогранным и динамичным процессом, который обогащается в ходе выполнения деятельности. О.К. Тихомиров подчеркивает, что, несмотря на «полимотивированность, традиционное деление на внутреннюю и внешнюю мотивацию сохраняет смысл. Он поясняет, что структура мотивации может изменяться в зависимости от решаемых задач: доминирующий характер могут принимать как внешние, так и внутренние мотивы, которые способны усиливать друг друга» [13, с.57].

О.К. Тихомиров обращает внимание, что мотивация не только является предпосылкой для разворачивания мыслительной деятельности, но и играет ключевую роль в ее продуктивности. Для глубокого понимания мотивационного влияния на познавательные процессы важно четко определить понятия “мотив”, “мотивация” и “мотивационная сфера личности”, поскольку подходы к пониманию мотивации могут отличаться в зависимости от методологических рамок. Он также указывает на необходимость анализа социальной и природной обусловленности мотивации для формирования целостного представления о том, как различные мотивы взаимодействуют в рамках сложной мыслительной деятельности [13].

Итак, мотивация, по мнению О.К. Тихомирова, выступает не только как фоновое условие, но и как фактор, напрямую влияющий на эффективность выполнения задачи. Это позволяет считать мотивацию важнейшим элементом когнитивной деятельности, требующим детального анализа и методологической определенности для оценки ее влияния на продуктивность мышления.

Исследование В.Г. Леонтьева в области мотивации акцентирует важность диалектико-материалистической методологии, которая объединяет принципы структурности и связи сознания с деятельностью [8]. Подход В.Г. Леонтьева направлен на глубокий анализ внутренней структуры мотива и его функций в регуляции поведения и познавательной активности. Подход В.Г. Леонтьева раскрывает мотивацию как многослойную систему, не сводимую только к удовлетворению потребностей, но и направленную на изменение и преобразование окружающей среды. Его анализ мотивационных механизмов и структур открывает новые перспективы в понимании мотивации как центрального элемента в познавательной деятельности, требующего комплексного исследования для оценки его роли в обучении и когнитивных процессах [8].

Анализ В.Г. Леонтьева фокусируется на сложной взаимосвязи мотивации и адаптационных механизмов, исследуя их роль в познавательной деятельности. В.Г.

Леонтьев выявил различия между механизмами высокого и низкого уровня адаптации, проанализировав их влияние на интеллектуальные способности личности, что продемонстрировали результаты тестов Амтхауэра. В.Г. Леонтьев подчеркивает «значимость активного воображения, которое, по его мнению, служит одним из ключевых элементов механизма адаптации, особенно в процессе когнитивной деятельности» [9, с.88].

Одним из значительных вкладов В.Г. Леонтьева является выделение четырех фаз функционального напряжения, сопровождающих умственную деятельность: предстартовая, адаптационная, основная (исполнительская) и восстановительная. Эти фазы отражают динамику организма в процессе решения умственных задач и позволяют более глубоко понимать колебания мотивационного напряжения.

Принцип “закона биполярных условий” В.Г. Леонтьева требует чередования различных учебных методов, таких как коллективные и индивидуальные формы работы, что создает баланс и стимулирует учебную мотивацию. Этот закон иллюстрирует необходимость разнообразных подходов для поддержания учебной активности учащихся.

Также В.Г. Леонтьев выделяет три типа мотивационных механизмов разного уровня обобщенности, включая такие элементы, как самоутверждение, социальная лабильность и устойчивость личности. Эти механизмы лежат в основе формирования мотивационной иерархии, где одни мотивы поддерживают другие, усиливая когнитивную деятельность. В.Г. Леонтьев также исследовал «условия проявления этих механизмов в учебной деятельности, показав, что мотивационный эффект значительно зависит от сотрудничества и активного взаимодействия в процессе» [8, с.32].

Заключая, можно отметить, что В.Г. Леонтьев рассматривает мотивацию как продукт развития внутренних и социальных побуждений личности, включающий этапы социализации и формирования индивидуальности. Его исследования раскрывают важные механизмы, которые регулируют мотивацию в когнитивной и учебной деятельности, показывая, что она не просто стимулирует активность, но и формирует систему мотивационных взаимоотношений, влияя на когнитивную продуктивность.

Анализ текстов Ю.Н. Кулюткина, М.Р. Гинзбурга, Д.Б. Богоявленской и других ученых подчеркивает сложную природу связи между личностными и когнитивными характеристиками, выявляя динамическое взаимодействие этих факторов в познавательной деятельности. Кулюткин и Гинзбург обращают внимание на то, что многие исследования пытаются слишком прямолинейно связать личностные черты с когнитивными способностями, что, по их мнению, не раскрывает истинной взаимосвязи. Они утверждают, что необходимо анализировать личностные и интеллектуальные качества как единое целое, непосредственно в процессе мыслительной деятельности.

Д.Б. Богоявленская предлагает иную трактовку когнитивного процесса: она указывает, что процесс познания сначала детерминирован заданной задачей, но затем может принимать форму саморазвивающейся деятельности, если человек рассматривает сам процесс познания как цель. В этом случае мышление становится самодвижущимся и саморазвивающимся процессом, где взаимодействие познавательных и мотивационных факторов достигает целостности, а выделение только одной из сторон оказывается неполноценным [1].

Исследования М.Р. Гинзбурга также показывают, что не все мотивационные компоненты благоприятно влияют на интеллектуальную инициативу. Например, мотив достижения может ограничивать инициативу, если он не сбалансирован с внутренними мотивами, стимулирующими познание. Это позволяет сделать вывод о том, что мотивационная структура интеллектуальной инициативы должна включать устойчивые ядерные образования, поддерживающие инициативу, иначе усиление внешней мотивации может снижать активность мышления [4, с.128].

Исследования Н.А. Менчинской подтверждают, что обучение, ориентированное на развитие самостоятельной мыслительной активности, способствует умственному развитию больше, чем обучение, где учащиеся получают готовые определения понятий. Это

подчеркивает значение активного участия в учебном процессе для развития когнитивных способностей [2].

Различные подходы к изучению когнитивной и личностно-мотивационной составляющих мышления, представленных в исследованиях ряда советских психологов А.В.Брушлинский, М.И.Воловикова, Ю.М.Орлов, В.И.Шкуркин, С.Г.Григорян, О.К.Тихомиров, Ф.И.Иващенко, И.В.Имедадзе. Основное внимание уделяется когнитивной мотивации и её значению для мыслительного процесса.

А.В. Брушлинский и М.И. Воловикова вводят два аспекта мышления: процессуальный и личностный, отмечая, что любое мышление требует не только анализа, синтеза и обобщения, но и мотивации, которая формируется в ходе самой деятельности. Они различают «два типа мотивации мышления - познавательную и непознавательную, где последняя включает внешние побуждения. Авторы считают, что даже при наличии внешних мотивов, в процессе мышления активизируются познавательные мотивы, стимулируя процесс» [3, с. 88].

Подходы указанных авторов указывают на необходимость комплексного анализа, учитывающего как личностные, так и когнитивные компоненты. Мышление, таким образом, можно рассматривать не просто как операционный процесс, но как целостную деятельность, управляемую внутренними и внешними мотивами, которые способствуют развитию познавательных способностей через процесс саморазвития.

А.В.Брушлинский и М.И.Воловикова отмечают, что «когнитивная мотивация имеет направленность на антиципирование, что помогает решать интеллектуальные задачи. Они подчеркивают уникальность этой мотивации для человека, поскольку она проявляется в стремлении к прогнозированию и анализу, что предполагает неразрывную связь между процессом мышления и личностной мотивацией» [3, с. 88].

Ю.М.Орлов и В.И.Шкуркин, выделяют роль субъективных факторов, таких как отношение к учению, и их влияние на когнитивную деятельность. Их исследование показывает, что когнитивные мотивы, такие как потребности в достижениях и аффилиации, связаны с успехами в обучении. Они приходят к выводу, что удовлетворение таких потребностей способствует улучшению отношения к учебному процессу, что положительно сказывается на его результативности [10].

Исследования С.Г.Григоряна, обращают внимание на значимость волевых усилий и эмоционального подкрепления цели для поддержания учебной мотивации, особенно при изучении иностранных языков. В исследовании на учениках было доказано, что эмоциональный и информативный характер учебного материала положительно влияет на усвоение знаний. Это подчеркивает важность создания условий, в которых может возникать процессуальная мотивация, связанная с эмоциональными переживаниями учащихся [5, с. 26].

О.К.Тихомиров, также акцентирует внимание на связи между когнитивной деятельностью и эмоциональным состоянием. Его исследования показывают, что эмоции выступают как сигналы личностного смысла в мыслительной деятельности. Эти выводы подчеркивают роль эмоциональной регуляции и важность внутреннего мотива для успешного выполнения мыслительных задач [12, с. 183].

Ф.И.Иващенко, в свою очередь, отмечает потребность старших школьников в признании их достижений и акцентирует внимание на необходимости целенаправленной педагогической работы по развитию этой потребности [6]. Это подчеркивает важность социальных мотивов, которые, по мнению И.В.Имедадзе, должны быть интегрированы в учебную деятельность и выступать в качестве внутренних, а не внешних стимулов [7, с. 37].

Обоснование важности полимотивации, где одновременно сочетаются различные виды мотивации, включая социальные и когнитивные потребности. Принцип соответствия мотива и деятельности подчеркивает, что каждая деятельность обладает своим специфическим мотивом. И.В.Имедадзе предлагает классификацию полимотивации, выделяя её типы в зависимости от природы удовлетворяемых потребностей.

Таким образом, систематизация и углубление знаний о том, как именно мотивационные установки студентов влияют на развитие их познавательных процессов, открывают возможности для создания более эффективных методик, направленных на поддержание мотивации и улучшение когнитивных показателей. Это имеет значение как для практики образования, так и для психологической теории, обогащая научное понимание факторов, определяющих успешность обучения и личностного развития.

Литература:

1. Богоявленский В.В., Воображение и творчество, Общая психология. / Под ред. В.В. Богоявленского и др. -М., 1981.
2. Богоявленский Д.Н., Менчинская Н.А. Психология усвоения знаний в школе. - М., 1959. - Т. I-II.
3. Брушлинский А.В., Воловикова М.И. О взаимодействиях процессуального (динамического) и личностного (мотивационного) аспектов мышления. Психологические исследования познавательных процессов и личности. - М, 1983 - С. 84-96.
4. Гинзбург М. Р. К проблеме мотивационных компонентов интеллектуальной инициативы // Вопр. психологии. - 1976. - № 4. - С. 128-132.
5. Григорян С.Г. Соотношение потребностей, эмоций и поли в структуре мотивации. // Проблемы формирования социальных потребностей. - Тбилиси, 1981. - С. 24-27.
6. Иващенко Ф.И. Потребности школьника в признании и методика ее исследования. // Проблемы формирования социальных потребностей. - Тбилиси, 1981. - С.291-295.
7. Имедадзе И. В. Полимотивация и принцип соответствия мотива и деятельности // Проблема формирования социогенных потребностей. - Тбилиси, 1981. - С. 31-39.
8. Леонтьев В.Г. Предисловие // Мотивация учебной деятельности / Отв. ред. В.Г. Леонтьев. - Новосибирск, 1983. - С. 3-10.
9. Леонтьев В.Г. Психологические механизмы мотивации учебной деятельности. - Новосибирск, 1987,- 92 с.
10. Орлов Ю.М, Шкуркин В.И. Мотивационно-потребностная структура отношения к учению. // Проблемы формирования социогенных потребностей. - Тбилиси, 1981. - С.53-56.
11. Рубинштейн С.И. Проблемы способностей и вопросы психологической теории. // Вопросы психологии. - 1960. - №3. - С. 3-14.
12. Тихомиров О.К. Психология мышления. - М., 1984. - 270 с.
13. Тихомиров О.К., Богданова Т.Г. Исследование структурирующей функции мотивов//Психол. журнал. - 1983. - Т. 4. - № 6. - С. 54-61.

ТДУ (УДК)-159.9

ТКБ (ББК) -88

З - 20

Зайтметова Мухлиса Абдихидиркизи –

докторанти PhD аз рӯйи ихтисоси педагогика ва методикаи

*таълимӣ кафедраи педагогикаи ӯлтимой ва касбии Донишгоҳи давлатии Хуҷанд ба
номи академик Бобоҷон Ғафуров,*

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ЧЕРЕЗ УЧЕБНУЮ МОТИВАЦИЮ

Современное образование ориентировано не только на усвоение знаний, но и на развитие личности обучающегося, его креативного потенциала и способности к

самостоятельному решению нестандартных задач. В условиях стремительно меняющегося информационного пространства и растущих требований к профессиональной гибкости и инициативности особенно важным становится формирование творческих способностей как одного из ключевых компонентов личностного развития.

При этом многочисленные исследования подчеркивают, что одними из важнейших факторов, способствующих развитию креативности, выступают личностная мотивация, внутренняя заинтересованность в учебной деятельности и позитивное отношение к процессу познания. Учебная мотивация, в особенности внутренняя, не только активизирует познавательную активность, но и создает психологическую основу для раскрытия творческого потенциала.

Тем не менее, остаётся недостаточно исследованным вопрос о том, какие именно психологические условия способствуют формированию творческих способностей через учебную мотивацию, а также каковы механизмы их взаимодействия. В связи с этим исследование данной проблемы является актуальным как с теоретической, так и с практической точки зрения, поскольку результаты могут быть использованы для разработки эффективных образовательных программ, направленных на развитие креативного мышления у обучающихся.

Формирование творческого мышления является важным компонентом современной образовательной политики Таджикистана, ориентированной на подготовку конкурентоспособных специалистов. В условиях цифровизации, научно-технического прогресса и глобализации возрастают требования к способности генерировать новые идеи, находить нестандартные решения и адаптироваться к новым вызовам. Однако традиционные формы обучения, которые по-прежнему преобладают в таджикских школах и вузах, часто ориентированы на репродуктивное усвоение знаний, а не на развитие креативности.

Многочисленные исследования (Р. Стернберг, Э. Торренс, В. Дружинин) подтверждают, что мотивация является одним из ключевых факторов, способствующих развитию творческих способностей. Высокий уровень познавательной мотивации способствует самостоятельному поиску знаний, экспериментированию и развитию дивергентного мышления. В то же время в Таджикистане наблюдается тенденция к снижению учебной мотивации среди учащихся, что связано с рядом факторов: несоответствием образовательных программ интересам студентов, недостаточной вовлеченностью в процесс обучения, а также отсутствием эффективных мотивационных стратегий в преподавании.

Исследование механизмов влияния учебной мотивации на развитие творческих способностей может стать основой для разработки новых образовательных подходов в Таджикистане. Внедрение методов активного обучения, проектной деятельности, геймификации и индивидуализации образовательного процесса способно повысить мотивацию учащихся и стимулировать их креативное мышление. Это, в свою очередь, будет способствовать подготовке инициативных, нестандартно мыслящих специалистов, востребованных на рынке труда.

Таким образом, исследование взаимосвязи между учебной мотивацией и развитием творческих способностей является актуальной научной и практической задачей для системы образования Таджикистана. Его результаты могут быть использованы для модернизации образовательных программ, повышения эффективности преподавания и формирования творчески мыслящих личностей, способных вносить инновационный вклад в различные сферы науки, культуры и экономики страны.

Анализируя концепцию мотивации в трудах О.К. Тихомирова, можно отметить, что мотивация является многогранным и динамичным процессом, который обогащается в ходе выполнения деятельности. О.К. Тихомиров подчеркивает, что, несмотря на «полимотивированность, традиционное деление на внутреннюю и внешнюю мотивацию сохраняет смысл. Он поясняет, что структура мотивации может изменяться в зависимости

от решаемых задач: доминирующий характер могут принимать как внешние, так и внутренние мотивы, которые способны усиливать друг друга» [13, с.57].

О.К. Тихомиров обращает внимание, что мотивация не только является предпосылкой для разворачивания мыслительной деятельности, но и играет ключевую роль в ее продуктивности. Для глубокого понимания мотивационного влияния на познавательные процессы важно четко определить понятия “мотив”, “мотивация” и “мотивационная сфера личности”, поскольку подходы к пониманию мотивации могут отличаться в зависимости от методологических рамок. Он также указывает на необходимость анализа социальной и природной обусловленности мотивации для формирования целостного представления о том, как различные мотивы взаимодействуют в рамках сложной мыслительной деятельности [13].

Итак, мотивация, по мнению О.К. Тихомирова, выступает не только как фоновое условие, но и как фактор, напрямую влияющий на эффективность выполнения задачи. Это позволяет считать мотивацию важнейшим элементом когнитивной деятельности, требующим детального анализа и методологической определенности для оценки ее влияния на продуктивность мышления.

Исследование В.Г. Леонтьева в области мотивации акцентирует важность диалектико-материалистической методологии, которая объединяет принципы структурности и связи сознания с деятельностью [8]. Подход В.Г. Леонтьева направлен на глубокий анализ внутренней структуры мотива и его функций в регуляции поведения и познавательной активности. Подход В.Г. Леонтьева раскрывает мотивацию как многослойную систему, не сводимую только к удовлетворению потребностей, но и направленную на изменение и преобразование окружающей среды. Его анализ мотивационных механизмов и структур открывает новые перспективы в понимании мотивации как центрального элемента в познавательной деятельности, требующего комплексного исследования для оценки его роли в обучении и когнитивных процессах [8].

Анализ В.Г. Леонтьева фокусируется на сложной взаимосвязи мотивации и адаптационных механизмов, исследуя их роль в познавательной деятельности. В.Г. Леонтьев выявил различия между механизмами высокого и низкого уровня адаптации, проанализировав их влияние на интеллектуальные способности личности, что продемонстрировали результаты тестов Амтхауэра. В.Г. Леонтьев подчеркивает «значимость активного воображения, которое, по его мнению, служит одним из ключевых элементов механизма адаптации, особенно в процессе когнитивной деятельности» [9, с.88].

Одним из значительных вкладов В.Г. Леонтьева является выделение четырех фаз функционального напряжения, сопровождающих умственную деятельность: предстартовая, адаптационная, основная (исполнительская) и восстановительная. Эти фазы отражают динамику организма в процессе решения умственных задач и позволяют более глубоко понимать колебания мотивационного напряжения.

Принцип “закона биполярных условий” В.Г. Леонтьева требует чередования различных учебных методов, таких как коллективные и индивидуальные формы работы, что создает баланс и стимулирует учебную мотивацию. Этот закон иллюстрирует необходимость разнообразных подходов для поддержания учебной активности учащихся.

Также В.Г. Леонтьев выделяет три типа мотивационных механизмов разного уровня обобщенности, включая такие элементы, как самоутверждение, социальная лабильность и устойчивость личности. Эти механизмы лежат в основе формирования мотивационной иерархии, где одни мотивы поддерживают другие, усиливая когнитивную деятельность. В.Г. Леонтьев также исследовал «условия проявления этих механизмов в учебной деятельности, показав, что мотивационный эффект значительно зависит от сотрудничества и активного взаимодействия в процессе» [8, с.32].

Заключая, можно отметить, что В.Г. Леонтьев рассматривает мотивацию как продукт развития внутренних и социальных побуждений личности, включающий этапы социализации и формирования индивидуальности. Его исследования раскрывают важные

механизмы, которые регулируют мотивацию в когнитивной и учебной деятельности, показывая, что она не просто стимулирует активность, но и формирует систему мотивационных взаимоотношений, влияя на когнитивную продуктивность.

Анализ текстов Ю.Н. Кулюткина, М.Р. Гинзбурга, Д.Б. Богоявленской и других ученых подчеркивает сложную природу связи между личностными и когнитивными характеристиками, выявляя динамическое взаимодействие этих факторов в познавательной деятельности. Кулюткин и Гинзбург обращают внимание на то, что многие исследования пытаются слишком прямолинейно связать личностные черты с когнитивными способностями, что, по их мнению, не раскрывает истинной взаимосвязи. Они утверждают, что необходимо анализировать личностные и интеллектуальные качества как единое целое, непосредственно в процессе мыслительной деятельности.

Д.Б. Богоявленская предлагает иную трактовку когнитивного процесса: она указывает, что процесс познания сначала детерминирован заданной задачей, но затем может принимать форму саморазвивающейся деятельности, если человек рассматривает сам процесс познания как цель. В этом случае мышление становится самодвижущимся и саморазвивающимся процессом, где взаимодействие познавательных и мотивационных факторов достигает целостности, а выделение только одной из сторон оказывается неполноценным [1].

Исследования М.Р. Гинзбурга также показывают, что не все мотивационные компоненты благоприятно влияют на интеллектуальную инициативу. Например, мотив достижения может ограничивать инициативу, если он не сбалансирован с внутренними мотивами, стимулирующими познание. Это позволяет сделать вывод о том, что мотивационная структура интеллектуальной инициативы должна включать устойчивые ядерные образования, поддерживающие инициативу, иначе усиление внешней мотивации может снижать активность мышления [4, с.128].

Исследования Н.А. Менчинской подтверждают, что обучение, ориентированное на развитие самостоятельной мыслительной активности, способствует умственному развитию больше, чем обучение, где учащиеся получают готовые определения понятий. Это подчеркивает значение активного участия в учебном процессе для развития когнитивных способностей [2].

Подходы указанных авторов указывают на необходимость комплексного анализа, учитывающего как личностные, так и когнитивные компоненты. Мышление, таким образом, можно рассматривать не просто как операционный процесс, но как целостную деятельность, управляемую внутренними и внешними мотивами, которые способствуют развитию познавательных способностей через процесс саморазвития.

А.В.Брушлинский и М.И.Воловикова отмечают, что «когнитивная мотивация имеет направленность на антиципирование, что помогает решать интеллектуальные задачи. Они подчеркивают уникальность этой мотивации для человека, поскольку она проявляется в стремлении к прогнозированию и анализу, что предполагает неразрывную связь между процессом мышления и личностной мотивацией» [3, с. 88].

Ю.М.Орлов и В.И.Шкуркин, выделяют роль субъективных факторов, таких как отношение к учению, и их влияние на когнитивную деятельность. Их исследование показывает, что когнитивные мотивы, такие как потребности в достижениях и аффилиации, связаны с успехами в обучении. Они приходят к выводу, что удовлетворение таких потребностей способствует улучшению отношения к учебному процессу, что положительно сказывается на его результативности [10].

Исследования С.Г.Григоряна, обращают внимание на значимость волевых усилий и эмоционального подкрепления цели для поддержания учебной мотивации, особенно при изучении иностранных языков. В исследовании на учениках было доказано, что эмоциональный и информативный характер учебного материала положительно влияет на усвоение знаний. Это подчеркивает важность создания условий, в которых может возникать

процессуальная мотивация, связанная с эмоциональными переживаниями учащихся [5, с. 26].

О.К.Тихомиров, также акцентирует внимание на связи между когнитивной деятельностью и эмоциональным состоянием. Его исследования показывают, что эмоции выступают как сигналы личностного смысла в мыслительной деятельности. Эти выводы подчеркивают роль эмоциональной регуляции и важность внутреннего мотива для успешного выполнения мыслительных задач [12, с. 183].

Анализ представленных исследований подтверждает сложный, многофакторный характер взаимодействия личностных и когнитивных характеристик в процессе познавательной деятельности. Важнейший вывод, к которому приходят авторы, заключается в необходимости рассматривать мотивационные и когнитивные компоненты как единое целое, поскольку их раздельное изучение не позволяет в полной мере объяснить механизмы развития интеллектуальной инициативы и творческого мышления.

Исследования Д.Б. Богоявленской и Н.А. Менчинской показывают, что процесс познания может становиться саморазвивающимся при наличии внутренней мотивации и интеллектуальной самостоятельности. Это подчёркивает важность создания образовательной среды, стимулирующей активное включение обучающихся в учебный процесс. В то же время работа М.Р. Гинзбурга свидетельствует о том, что не все мотивационные компоненты способствуют когнитивному развитию, а чрезмерная ориентация на внешние мотивы может снижать интеллектуальную активность.

С другой стороны, исследования А.В. Брушлинского, М.И. Воловиковой, Ю.М. Орлова и В.И. Шкуркина раскрывают значимость когнитивной мотивации, направленной на предвосхищение и прогнозирование. Эти данные подтверждают, что успешность познавательной деятельности во многом определяется не только уровнем интеллекта, но и субъективным отношением к учению, что находит практическое применение в педагогике и психологии обучения.

Также особое внимание в анализе уделено роли эмоционального фактора в когнитивных процессах. Исследования С.Г. Григоряна и О.К. Тихомирова демонстрируют, что эмоции могут служить механизмом регуляции познавательной активности, поддерживать учебную мотивацию и способствовать более эффективному усвоению знаний.

Итак, комплексный анализ личностных, когнитивных и мотивационных аспектов познавательной деятельности позволяет сделать вывод о необходимости интегративного подхода в образовательных стратегиях. Для эффективного развития творческих и интеллектуальных способностей важно учитывать как внутреннюю мотивацию обучающихся, так и их эмоциональное восприятие учебного процесса, создавая условия для саморазвивающегося мышления и интеллектуальной инициативы.

Таким образом, исследование развития творческих способностей средствами учебной мотивации в Таджикистане подтверждает значимость мотивационных факторов в формировании креативного мышления учащихся. Анализ теоретических и эмпирических данных показал, что высокая учебная мотивация, особенно внутренняя, способствует развитию когнитивной гибкости, способности к генерации оригинальных идей и продуктивному решению нестандартных задач.

В условиях образовательной системы Таджикистана, которая находится в процессе модернизации, важным направлением является создание обучающей среды, стимулирующей познавательный интерес и творческую активность. Исследования подтверждают, что традиционные формы обучения, ориентированные на репродуктивное усвоение знаний, не всегда обеспечивают достаточные условия для раскрытия творческого потенциала. В этом контексте применение мотивационных стратегий, таких как проектное обучение, проблемное обучение, геймификация и междисциплинарные подходы, может существенно повысить уровень вовлеченности учащихся в учебный процесс и развить их творческие способности.

Особое значение имеет баланс между внешней и внутренней мотивацией. Хотя внешние стимулы, такие как оценки и поощрения, могут побуждать учащихся к активности, устойчивое развитие творческих способностей возможно только при наличии внутренней мотивации, связанной с интересом к познанию и самореализацией. Это требует от образовательных учреждений пересмотра традиционных методик преподавания в пользу подходов, способствующих самостоятельному поиску знаний и творческому самовыражению.

Проведённый теоретико-эмпирический анализ позволяет утверждать, что учебная мотивация играет важную роль в формировании творческих способностей личности. Определены ключевые психологические условия, обеспечивающие данную взаимосвязь: наличие внутреннего интереса к учебному процессу, поддержка субъектной позиции обучающегося, создание мотивационно-благоприятной образовательной среды и применение творчески ориентированных методов обучения.

Результаты исследования подтверждают, что формирование творческого потенциала возможно при систематическом воздействии на мотивационную сферу учащихся, особенно при переходе от внешней мотивации к устойчивой внутренней. Это требует пересмотра подходов к образовательному процессу: от авторитарной передачи знаний — к созданию условий для самостоятельного поиска, анализа, выдвижения гипотез и генерации новых идей.

Таким образом, реализация психологических условий, способствующих развитию учебной мотивации, представляет собой важное направление в практике психолого-педагогического сопровождения учащихся и становится необходимым элементом инновационного образования, ориентированного на развитие творческой, активной и самореализующейся личности.

Литература

14. Богоявленский В.В., Воображение и творчество, Общая психология. / Под ред. В.В. Богоявленского и др. -М., 1981.
15. Богоявленский Д.Н., Менчинская Н.А. Психология усвоения знаний в школе. - М., 1959. - Т. I-II.
16. Брушлинский А.В., Воловикова М.И. О взаимодействиях процессуального (динамического) и личностного (мотивационного) аспектов мышления. Психологические исследования познавательных процессов и личности. - М, 1983 - С. 84-96.
17. Гинзбург М. Р. К проблеме мотивационных компонентов интеллектуальной инициативы // Вопр. психологии. - 1976. - № 4. - С. 128-132.
18. Григорян С.Г. Соотношение потребностей, эмоций и поли в структуре мотивации. // Проблемы формирования социальных потребностей. - Тбилиси, 1981. - С. 24-27.
19. Иващенко Ф.И. Потребности школьника в признании и методика ее исследования. // Проблемы формирования социальных потребностей. - Тбилиси, 1981. - С.291-295.
20. Имедадзе И. В. Полимотивация и принцип соответствия мотива и деятельности // Проблема формирования социогенных потребностей. - Тбилиси, 1981. - С. 31-39.
21. Леонтьев В.Г. Предисловие // Мотивация учебной деятельности / Отв. ред. В.Г. Леонтьев. - Новосибирск, 1983. - С. 3-10.
22. Леонтьев В.Г. Психологические механизмы мотивации учебной деятельности. - Новосибирск, 1987,- 92 с.
23. Орлов Ю.М, Шкуркин В.И. Мотивационно-потребностная структура отношения к учению. // Проблемы формирования социогенных потребностей. - Тбилиси, 1981. - С.53-56.
24. Рубинштейн С.И. Проблемы способностей и вопросы психологической теории. // Вопросы психологии. - 1960. - №3. - С. 3-14.

25. Тихомиров О.К. Психология мышления. - М., 1984. - 270 с.

26. Тихомиров О.К., Богданова Т.Г. Исследование структурирующей функции мотивов//Психол. журнал. - 1983. - Т. 4. - № 6. - С. 54-61.

Ismatova Dilafruz To'ymuradovna

Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrasida dotsenti,

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Ibodova Dilnoza Sharipovna

Buxoro davlat universiteti "Tarix va yuridik" fakulteti

"psixologiya ta'lim" yo'nalishi 1-kurs talabasi

BOLANI TARBIYALASHDA IJTIMOY PSIXOLOGIK MUNOSABATLARNING TA'SIRI

Annotatsiya. Ushbu maqolada bolani tarbiyalash jarayonida ijtimoiy psixologik munosabatlarning ahamiyati va ta'sir darajasi tahlil qilinadi. Oila, maktab va kengroq ijtimoiy muhitda shakllanadigan psixologik muhitning bolaning shaxsiy rivojlanishiga, axloqiy ruhiy holatiga, va ijtimoiylashuviga qanday ta'sir ko'rsatishi ochib beriladi. Shuningdek, ijobiy ijtimoiy psixologik munosabatlar orqali sog'lom tarbiyaviy sharoit yaratish yo'llari, mavjud muammolar va ularni bartaraf etish mexanizmlari muhokama qilinadi. Maqola ilmiy nazariy asoslar hamda amaliy asoslar orqali boyitilgan.

Kalit so'zlar. Bola tarbiyasi, ijtimoiy munosabatlar, psixologik rivojlanish, oila muhiti, maktab muhiti ta'siri, shaxs shakllanishi, ijtimoiy psixologik omillar, bolalik davri, tarbiyaviy jarayon.

Аннотация. В данной статье анализируется значение и степень влияния социально-психологических отношений в процессе воспитания ребенка. Раскрывается, как психологическая среда, формирующаяся в семье, школе и более широкой социальной среде, влияет на личностное развитие, нравственно-психологическое состояние и социализацию ребенка. Также обсуждаются пути создания здоровой воспитательной среды через позитивные социально-психологические отношения, существующие проблемы и механизмы их устранения. Статья обогащена как научно-теоретическими, так и практическими основами.

Ключевые слова. Воспитание ребенка, социальные отношения, психологическое развитие, семейная среда, влияние школьной среды, формирование личности, социально-психологические факторы, период детства, воспитательный процесс.

Abstract. This article analyzes the significance and degree of influence of socio-psychological relationships in the process of raising a child. It reveals how the psychological environment formed in the family, school, and wider social environment influences a child's personal development, moral and psychological state, and socialization. Also, ways to create a healthy educational environment through positive socio-psychological relations, existing problems and mechanisms for their elimination are discussed. The article is enriched with scientific theoretical and practical foundations.

Keywords. Child upbringing, social relations, psychological development, family environment, influence of school environment, personality formation, socio-psychological factors, childhood period, educational process.

Kirish. Har bir jamiyat taraqqiyoti va mustahkamligi, eng avvalo, sog'lom va barkamol avlod tarbiyasiga chambarchas bog'liq. Bola dunyoqarashi, axloqiy fazilatlar, mehnatga munosabati, shaxsiyati, va ijtimoiy rolini anglashida uni o'rab turgan muhit, ayniqsa, ijtimoiy psixologik munosabatlar hal qiluvchi omil hisoblanadi. Bola hayotining ilk yillaridan boshlab, oila, qo'shnilar, tengdoshlar, tarbiyachilar, o'qituvchilar va boshqa kattalar bilan bo'lgan

munosabatlar orqali dunyoni tanlaydi, ijtimoiy me'yorlarni o'zlashtiradi va o'z shaxsini shakllantiradi. Zamonaviy psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, bolaning ijtimoiylashuvi va rivojlanishi jarayonida ijobiy psixologik muhit muhim rol o'ynaydi. Ayniqsa, bolaning ehtiyojlariga hurmat bilan yondashish, uning fikrini tinglash, mehr va qo'llab quvvatlov orqali unga ishonchli ijtimoiy asos yaratish bu - kelajakda ijtimoiy faol, mas'uliyatli va maqsadga intiluvchan shaxs yetishib chiqishiga zamin tayyorlaydi. Shu nuqtai nazardan, bolani tarbiyalash, jarayonida ijtimoiy psixologik o'rni va ta'sir darajasini chuqur o'rganish bu borada, mavjud muammolar va samarali, yondashuvlarni aniqlash, bugungi kunda dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Inson tarbiyasi bu murakkab va uzluksiz jarayon bo'lib, u bola tug'ilgan ondan boshlab bosqichma bosqich amalga oshadi. Bu jarayonning markazida esa bola shaxsining shakllanishiga ta'sir etuvchi ko'plab omillar, xususan ijtimoiy va psixologik munosabatlar turadi. Tarbiya faqatgina axloqiy qoidalarga asoslanmay, balki bolaning ruhiy holati, hissiy ehtiyojlari va atrof muhit bilan o'zaro aloqalarini hisobga olgan holda olib borilishi lozim. Psixologik yondashuvlar shuni ko'rsatmoqdaki, bola faqat bilim olish emas, balki o'zini anglash, his tuyg'ularini ifoda etish, muloqot qilish kabi ko'nikmalarni, ham ijtimoiy muhit orqali egallaydi. Bu esa tarbiya jarayonida sog'lom psixologik muhit yaratish zaruratini yanada kuchaytiradi. Afsuski, ayrim holatlarda ijtimoiy psixologik muvozanatning buzilishi, bolaga nisbatan e'tiborsizlik, noto'g'ri munosabatlar uning shaxsiy rivojiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, ijtimoiy psixologik munosabatlar bolada empatiya, hamdardlik, jamoada ishlay olish, muloqot madaniyati kabi muhim sifatlarning shakllanishi uchun ham asosiy manba hisoblanadi. Bunday munosabatlar faqat oila doirasida emas, balki maktab jamoasi, mahalla, ommaviy axborot vositalari, hatto raqamli muhit orqali shakllanishi mumkin. Shu sababli bola tarbiyasiga yondashishda zamonaviy psixologik va pedagogik yutuqlardan samarali foydalanish, ijtimoiy muhitdagi munosabatlar sifatini yaxshilash eng muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Murshaxev Axmadxon Olimjon o'g'li Andijon davlat universiteti talabasi Murxashev Axmadxon o'g'li oiladagi ijtimoiy psixologik muhitning bola rivojiga ta'sirini o'rganib, shunday xulosaga keladi: "Bola yoshligidan boshlab shaxmat kabi faoliyatlarga jalb qilish, ijtimoiy muloqotlarni rivojlantirish, va o'zaro hurmat muhitini yaratish uning aqliy va ijodiy qobiliyatlarini oshiradi.

Bu mulohazaga ko'ra: Bolada shakllanadigan har bir jarayon nazlida uning yoshligidagi ko'nikmalari yotadi. Bunda asosiy urg'u o'yin faoliyatiga qaratiladi, o'zaro muloqot jarayonlari orqali bolani shakllantirish lozim deya uqtiriladi.

Dr. Jasmin Wertz boshchiligidagi tadqiqotda, onaning mehribonligi va iliqligi bolalarning shaxsiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatishi aniqlangan. Tadqiqotda 1000 dan ortiq Britaniyalik egizaklar 18 yoshgacha kuzatilib, onaning iliqligi bolalarda ijodkorlik, mehribonlik, vijdonlilik va ochiqlik kabi xususiyatlarni rivojlantirishi aniqlangan. Bu ilmiy tadqiqotda, ona o'zidagi ijobiy xususiyatlarni bolada namoyon etishi (g'amxo'rlik, mehribonlik) kabi jarayonlar bolaga yaxshi tasir ko'rsatishi aniqlangan va kuzatilgan.

Judith Rich Harris "The Nurture Assumption" asarida bolalarning shaxsiyati shakllanishida tengdoshlar bilan bo'lgan munosabatlar ota onalarnikidan ko'ra muhimroq rol o'ynashini ilgari suradi. U bolalar ko'proq o'z tengdoshlariga ergashib, ularning ta'sirida shaxsiy xususiyatlarini shakllantirishini ta'kidlaydi. Bu ilmiy nazariyaning asnosida bolaning shaxs sifatida shakllanishida ota onadan ko'ra ko'proq do'stlari, tengqurlari o'rtasidagi munosabatga bog'liq deya ta'kidlaydi, ya'ni do'stlariga ergashib, hatti xarakatlarini o'zida namoyon etadi va bu qandaydir ma'noda uni shaxs sifatida shakllanishiga zamin yaratadi.

John Bowlby "Maternal Care and Mental Health" (1951) asarida, bola va onaning iliq, doimiy munosabati bolaning ruhiy salomatligi uchun muhimligini ta'kidlaydi. U bunday munosabatlarning yo'qligi bolaning ruhiy rivojlanishiga salbiy tasir ko'rsatishini ko'rsatadi.

Bu tadqiqotda bola va ona o'rtasidagi munosabatlar bevosita bola ruhiyatiga ham ijobiy ham salbiy ta'sir ko'rsatishi aytilgan.

Michael Lamb ota onalar, ayniqsa otalarning bolalar tarbiyasidagi rolini o'rganib, ota onaning ishtiroki bolaning ijtimoiy va hissiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatishini aniqlagan. U ota onaning faol ishtiroki bolaning barqaror rivojlanishiga xizmat qilishini ta'kidlaydi.

Bu nazariy asosda, bolaning aqliy va hissiy rivojlanishiga ota onaning roli katta ekanligi uqtirilgan. Ayniqsa, otaning roli uni shaxs sifatida barqaror shakllanishida muhim ahamiyat kasb etishi aytib o'tilgan.

Bu ilmiy nazariyalar va olimlarning fikrlari bolada shakllanib boradigan barcha jarayonlar xususiyatlar, shuningdek uning shaxs sifatida shakllanishida ota onaning roli alohida otaning ahamiyati yorqin yoritib berilgan. Shuningdek, hamdostlari hamda tengqurlari bilan o'zaro munosabat jarayonlarida qanday tutishi va qay darajada ta'sir o'tkazishi haqida ma'lumotlar keltirilgan. Bu fikrlardan kelib chiqib shuni ayta olamizki, bolani tarbiyalashdagi ijtimoiy psixologik munosabatlar uning ruhiyatiga bevosita o'z tasirini o'tkazadi, buning uchun unga yoshligidanoq to'g'ri yo'nalish va to'g'ri tarbiya berish lozim.

Muhokama. Bugungi jamiyatda bola tarbiyasi faqat ota onaning mas'uliyati emas, balki kengroq ijtimoiy muhit - maktab, jamoa, ommaviy axborot vositalari va virtual makon ta'sirida kechmoqda. Tarbiya jarayoning muvaffaqiyatli bo'lishi uchun bolaning atrofidagi ijtimoiy psixologik muhit sog'lom, barqaror va mehrga asoslangan bo'lishi zarur. Chunki bola o'zining shaxsiy xususiyatlarini aynan shu munosabatlar orqali shakllantiradi. Amaliy kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, oiladagi ichki muvozanat, ota ona va bola o'rtasidagi iliq muloqot bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi, hissiy holatini barqarorlashtiradi va uni tashqi ijtimoiy muhitga moslashishga tayyorlaydi. Aksincha, nizoli, sovuqqon yoki haddan tashqari qat'iy muhitda ulg'aygan bolalarda o'zini ifoda qilish qiyinlashadi, ularda havotir, tajovuzkorlik yoki passivlik kuzatiladi. Maktab muhitida esa bola faqat bilim emas, balki ijtimoiy ko'nikmalarni ham shakllantiradi. O'qituvchilar va sinfdoshlar bilan bo'lgan o'zaro munosabatlar bolaning jamoaga kirishish, o'z nuqtai nazarini bildirish, boshqalarni eshitish va jamoa ichida o'z o'rnini topish qobiliyatini rivojlantiradi. Shu bois, maktabdagi psixologik muhit ham tarbiyaviy jarayonning ajralmas qismi hisoblanadi. Bundan tashqari, bolalar uchun jamoat joylari - sport to'garaklari, ijodiy guruhlar, kutubxonalar, mahalla tadbirlari - ular uchun ijtimoiy munosabatlar maktabidan iboratdir. Bu joylarda bola o'zini tanitadi, yetakchilik, murosaga kelish, empatiya kabi muhim shaxsiy fazilatlarni egallaydi. Zamonaviy hayotda yangi bir muhit - virtual makon ham bolaning ijtimoiy psixologik rivojlanishiga kuchli ta'sir ko'rsatmoqda. Ijtimoiy tarmoqlarda, onlayn o'yinlar, va multimediali kontentlar orqali bolaning ijtimoiy sezgirligi, dunyoqarashi va hissiy holati shakllanmoqda. Bu esa tarbiya jarayonida raqamli muhit bilan ongli ishlash, bolani virtual muloqotda ijobiy yo'naltirish muhimligini ko'rsatadi. Bundan ko'rinib turibdiki, bolani tarbiyalashda ijtimoiy psixologik munosabatlar majmuasi - oila, maktab, jamoa, va raqamli muhit bir butun sifatida qaralishi kerak. Har bir muhitda bolaga nisbatan hurmat, tushunish, tinglash va rag'batlantirish asosida munosabat qurilgandagina, tarbiya o'z samarasini beradi. Bolada ijtimoiy psixologik munosabatlarni yaxshilash, sog'lomlashtirish, va takomillashtirish uchun birinchi navbatda oilada ijtimoiy psixologik muhitni yaxshilash, maktab va bog'chalarining psixologik holatini tekshirish, mahalla va jamoat darajasida bolalarni qo'llab quvvatlash, raqamli muhitda ongli foydalanishni targ'ib qilish, tarbiyaviy tizimni monitoring qilish lozimdir.

Xulosa. Bolani tarbiyalash jarayoni ko'p qirrali va murakkab ijtimoiy psixologik jarayon bo'lib, bu jarayonda asosiy rolni bola bilan atrof muhit o'rtasidagi munosabatlar o'ynaydi. Tadqiqotlar va amaliy tahlillar shuni ko'rsatmoqdaki, bola shaxsi va psixologik rivojlanishi faqatgina nazariy bilimlar bilan emas, balki unga nisbatan bo'lgan mehr, e'tibor, ishonch, tushunish va hurmat orqali shakllanadi. Umuman olganda, bolani to'laqonli tarbiyalash uchun ijtimoiy psixologik munosabatlarning har bir bosqichi uyg'un, tizimli va izchil bo'lishi zarur. Bu esa oila, ta'lim muassalari va jamiyatning o'zaro hamkorlikda harakat qilishi orqali amalga oshadi. Aynan manashu omillar asosida barkamol, ijtimoiy masuliyatli va psixologik sog'lom avlodni voyaga yetkazish mumkin.

Bola atrofida shakllanadigan ijtimoiy munosabatlar doimiy tarzda o'zgarib boradi. Shu bois, ota-onalar va pedagoglar bolalar bilan muloqot qilishda yangicha yondashuvlar, interaktiv metodlarni

qo'llashlari lozim. Bunda ochiq muloqot, faol tinglash, hissiy qo'llab-quvvatlash muhim vosita bo'ladi.

Ijtimoiy-psixologik munosabatlarning asosiy xususiyati shundaki, ular bevosita emotsional-ruhiy muvozanatga ta'sir qiladi. Masalan, bolaning tengdoshlar bilan sog'lom munosabat qurishi, uni jamoadagi o'z o'rnini topishga undaydi. Shu orqali bola o'zini hurmat qilish, boshqalarga nisbatan mehr-muhabbat, birdamlik kabi his-tuyg'ularni o'rganadi.

Oila – bolaning ijtimoiy-psixologik rivojlanishida birlamchi muhit sanaladi. Ota-onaning o'zaro munosabatlari, ularning farzandiga bo'lgan e'tibori va munosabati bola ruhiyatini shakllantiradi. Uydagi muhit sog'lom bo'lsa, bola o'zini erkin tutadi, ijtimoiy muhitga tez moslashadi va o'zini baholay oladi.

Ijtimoiy-psixologik munosabatlar o'z ichiga ko'plab omillarni oladi: hissiy yaqinlik, empatiya, kommunikativ ko'nikmalar, ijtimoiy intellekt va boshqa jihatlar. Har bir bola bu munosabatlar asosida o'zining individual psixologik portretini shakllantiradi. Bu jarayonda yetuk psixologik yondashuvlar va tahlillar zarur.

Bolaga nisbatan doimiy ijobiy emotsional aloqani saqlash, uni qadrlash va har bir yutuqni e'tirof etish – bu ijtimoiy-psixologik yondashuvning muhim jihatlaridan biridir. Bunday yondashuv bolada ijobiy o'zgarishlarni yuzaga keltiradi, o'z-o'zini rag'batlantirish mexanizmlarini rivojlantiradi.

Psixologik xavfsizlik muhiti bolani ruhiy bosim, tashvish va xavotirdan asraydi. Bu muhitda bola o'zini xotirjam, tushunilgan va qadrlangan his qiladi. Shu sababli ijtimoiy-psixologik munosabatlar faqatgina tarbiyaviy jihatdan emas, balki profilaktik nuqtai nazardan ham muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Yudina, N. V. Oilaviy munosabatlarning bolalarning aqliy rivojlanishiga ta'siri. Toshkent. 2001. – 63 b.
2. 3. Кристин Аудмайер - Все на одного как защитить ребенка от травли в школе -2016. – 78 с.
3. 4. Haydarova, H. (2020). Development of virtual pedagogical culture of parents as an urgent problem. InterConf.
4. 5. 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. Rasulova, Saida Sabirovna, and Orif Tursunovich Tillahojayev. "peculiarities of training music teachers for innovative educational activities." academic research in educational sciences 2.special issue 4 (2021): 14-17.
6. Tillaxojayev, o. "formation of international virtue in students through studying the life and creation of composer sulaymon yudakov." web of scientist: international scientific research journal 3.11 (2022): 122-127.

Dadaboyeva Nazokat

Orental universiteti magistranti

TOLERANTLIK VA ETNIK TOLERANTLIKNING IJTIMOIIY-FALSAFIY MANBALARDAGI TALQINI

Annotatsiya: Mazkur maqolada tolerantlik va etnik tolerantlik tushunchalarining ijtimoiy-falsafiy manbalardagi talqiniga e'tibor qaratiladi. Tolerantlik qadimiy falsafiy tafakkurdan tortib zamonaviy ijtimoiy-falsafiy yondashuvlargacha bo'lgan davrda qanday shakllanib kelgani nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Etnik tolerantlik esa jamiyatdagi millatlararo munosabatlar, ijtimoiy barqarorlik va madaniy xilma-xillikni saqlashdagi muhim omil sifatida ko'rib chiqiladi.

Maqolada Sharq va G'arb mutafakkirlarining tolerantlikka oid g'oyalari qiyosiy tahlil etilib, ularning hozirgi davrda o'z ahamiyatini yo'qotmaganligi ta'kidlanadi. Tolerantlikning jamiyatdagi integratsiya, muloqot madaniyati va ijtimoiy birdamlikni mustahkamlashdagi roli ochib beriladi.

Kalit so'zlar: tolerantlik, etnik tolerantlik, ijtimoiy-falsafiy yondashuv, madaniy xilma-xillik, integratsiya, millatlararo munosabatlar, ijtimoiy qadriyat.

Аннотация: В данной статье уделяется внимание интерпретации понятий толерантности и этнической толерантности в социально-философских источниках. Теоретически анализируется формирование понятия толерантности от древней философской мысли до современных социально-философских подходов. Этническая толерантность рассматривается как важный фактор в межнациональных отношениях, социальной стабильности и сохранении культурного многообразия общества. В статье проводится сравнительный анализ взглядов восточных и западных мыслителей на толерантность, подчеркивается их актуальность в современном мире. Раскрывается роль толерантности в укреплении интеграции, культуры диалога и социальной солидарности.

Ключевые слова: толерантность, этническая толерантность, социально-философский подход, культурное многообразие, интеграция, межнациональные отношения, социальные ценности.

Abstract: This article focuses on the interpretation of the concepts of tolerance and ethnic tolerance in socio-philosophical sources. It theoretically analyzes how the idea of tolerance has developed from ancient philosophical thought to modern socio-philosophical approaches. Ethnic tolerance is viewed as a key factor in interethnic relations, social stability, and the preservation of cultural diversity in society. The article compares the perspectives of Eastern and Western thinkers on tolerance, emphasizing their continued relevance in today's world. The role of tolerance in promoting integration, the culture of dialogue, and social solidarity is also revealed.

Keywords: tolerance, ethnic tolerance, socio-philosophical approach, cultural diversity, integration, interethnic relations, social values.

Kirish. Hozirgi globallashuv va madaniyatlararo muloqotning jadallashgan davrida tolerantlik va etnik tolerantlik masalalari dolzarb ijtimoiy-falsafiy muammolardan biri sifatida qaralmoqda. Jamiyatda milliy, diniy, irqiy va madaniy xilma-xillikning tabiiy ko'rinishlari mavjud bo'lib, ushbu farqliliklarni to'g'ri qabul qilish, hurmat bilan yondashish va o'zaro tushunishni ta'minlash zarurati insoniyat taraqqiyotining muhim sharti bo'lib bormoqda.

Tolerantlik tushunchasi qadimgi Sharq va G'arb mutafakkirlarining falsafiy qarashlarida ham uchraydi va u insonlar o'rtasidagi totuvlik, bag'rikenglik, bir-birini anglashga intilish g'oyalari bilan chambarchas bog'liqdir. Ayniqsa, etnik tolerantlik — turli etnos vakillarining o'zaro murosali va hurmatli munosabatlarini ifodalovchi tushuncha sifatida — zamonaviy ko'p millatli jamiyatlarda tinchlik, barqarorlik va taraqqiyotning kafolati hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan, tolerantlik va etnik tolerantlikning ijtimoiy-falsafiy manbalardagi talqinini o'rganish, ularning mohiyatini, tarixiy shakllanish bosqichlarini hamda hozirgi jamiyatdagi amaliy ahamiyatini aniqlash muhim nazariy va amaliy ahamiyat kasb etadi. Ushbu maqolada tolerantlik konsepsiyasining falsafiy ildizlari, ularning bugungi kun bilan bog'liqligi va ijtimoiy hayotdagi roli chuqur tahlil qilinadi.

Jahon miqiyosida «tolerantlik» tushunchasi birinchi bo'lib XX-asr oxirida BMT tomonidan ishlab chiqilgan va shundan so'ng 1995 yilda YUNESKO Bosh konferentsiyasida tasdiqlangan “Tolerantlik tamoyillari deklaratsiyasi” kabi muhim xalqaro hujjatning yaratilishi bilan keng miqiyosda qo'llanila boshladi. Kontseptsyaning batafsil talqinida yozilishicha «Tolerantlik bu o'zaro hurmat, o'zgalarni qabul qilish va madaniyatlarning butun hilma -hilligini, o'zini namoyon qilish shakllarini va inson individualligining namoyon bo'lishini to'g'ri tushunishdagi turli hilligidagi uyg'unlikdir. Bu nafaqat ma'naviy burch, balki siyosiy va huquqiy zaruratdir.

Tolerantlik tinchlikka erishish imkonini beruvchi va urush madaniyatidan tinchlik madaniyatiga olib boradigan fazilatdir» [1,B.134 -136] Tolerantlik muammolarini o'rganishga yondashuvlarning qiyosiy tahlili muammoning umumiylikiga qaramay, alohida nazariyalar bo'yicha tolerantlikning keng tahlil qilinib o'rganilmaganligini inobatga olgan holda, tolerantlik muammosini hozirgi kunda kengroq o'rganishimizni taqozo etadi. «Tolerantlik» tushunchasining turli nuqtai nazardan ta'riflari mavjud. Entsiklopediyada keltirilgan ta'rifda «tolerantlik (lotincha tolerantio - sabr so'zidan) boshqa odamlarning fikrlari, e'tiqodi qarashlari va xatti-harakatlariga bag'rikeng bo'lishi haqida ta'riflanadi» [2,B.62] Psixologik-pedagogik lug'atda keltirilishicha tolerantlik berilgan jasorat, ichki kuch, muloqotdagi xushmuomalalik shartlari va insonning ijtimoiy - psixologik xususiyati ko'rsatkichi sifatida namoyon bo'ladi. «Insonlar sabr-toqatliva kengfelli bo'lish diqqatga sazovordir.

Sabrsizlik shaxsning qarama-qarshi xususiyati - muvozanatsizlik va o'zini tuta olmaslik belgisi sifatida ta'riflanadi» [3,B.928] Tolerantlik tushunchasiga turli soha mutaxassslari turli xil ta'riflar berib o'tishganlar. Jumladan, tolerantlik falsafiy ma'noda - lotincha chidam, chidamlilik, sabr-toqat qilish, kengfellik man'nosida bag'rikenglik, oqillik, halimlik va hayrihohlik tushunchalarini ifodalaydi. Falsafiy asarlar asosida tolerantlikni qaysi o'rinlarda namoyon bo'lishiga qarab, turlicha guruhlarga ajratiladi: Falsafa fanlari doktori G .Navro'zova talqiniga ko'ra: Insoniy tolerantlik- insonning butun borliqqa muhabbati va uyg'un harakati. Oilaviy tolerantlik oila eshigining va oila ahli qalbining ochiqligi, mehmondo'stligi, mehribon va g'amhxo'r bo'lishi. [4,B.98] Mahalliy tolerantlik - qavm-qarindosh, qo'ni-qo'shni, turli din va millat vakillarining hamjihatlik va hamkorlikda bir-birlariga o'zaro yordam qo'lini cho'zib, imkonqadar yaxshilik qilib yashashi. El-yurt tolerantligi- mamlakat ahli bir-birining urf-odat, e'tiqod, g'oyalarini tan olib hamkor va hamjihatlikda hayot kechirishi tushuniladi.

Xalqlar va davlatlararo tolerantlik - millati, irqi, jinsi, darajasi, yashash joyidan qat'iy nazar birlik va do'stlikda yashashlari. Abduholiq G'ijduvoni ta'limotidagi bag'rikenglik turiga qarab quyidagi yo'nalishlarni o'z ichiga olgan: Etno-psixologik bag'rikenglik - har bir xalq, millat va qabilaning urf-odati, an'analari, qadriyati, ruhiy o'ziga xosligini tan olish, qadrlash, hurmat qilish, qabul qilish Milliy bag'rikenglik - turli millatlarning yonma-yon tenglik va do'stlik asosida yashashi. Irqiy bag'rikenglik - turli irqdagi imsonlarning teng huquqdiligini tan olib, ular bilan bahamjihatlikda yashashi. Jinsiy bag'rikenglik - jinslar o'rtasidagi tenglikni tan olish, ayollarni e'zozlash, qadrlash. Diniy bag'rikenglik - turli xil diniy e'tiqodga ega bo'lgan kishilarning bir manzil-makonda ezgu niyatlar bilan hamkorlik va murosada yashashi.

Iqtisodiy bag'rikenglik - iqtisodiy yordam, teng munosabatga asoslangan hamkorlik. Ijtimoiy-siyosiy bag'rikenglik - jamiyatdagi mol-mulki, nufuzi, siyosiy qarshlaridan qat'iy nazar o'zaro teng huquqli insonlar sifatida tan olish va ular bilan muloqotda bo'lish. Umuminsoniy bag'rikenglik - barcha insonlarni e'zozlash, qadrlash va teng munosabatda bo'lish. Bizningcha har bir kishida o'zgani hurmat qilish hissini tarbiyalash tolerantlik muammosini yechishni osonlashtiradi. Bunda quyidagilarga ahamiyat berish taqozo qiladi Tan olish – o'zga millat vakilini tan olish unda o'zi uchun aziz bo'lgan boshqacha qadriyat, mantiqiy fikrlash, turmush tarzi, madaniyat mavjudligini anglab yetishdan iboratdir. Qabul qilish - bu o'zga din va millat vakilining bizga nisbatan farqli jihatlariga ijobiy munosabatda bo'lish munosabatda bo'lish demakdir. Tushunish – o'zga din va millat vakilining ichki dunyosini ko'ra olish, unga o'zi va o'zgalar nukta-nazaridan yondashish demakdir. Tolerantlik chegaralari to'g'risidagi muammo uni tadqiq qilgan Platon aytganidek, “chidamlilik paradoksi” deb ta'riflagan: chegaralanmagan chidamlilik chidamlilikni tamom qiladi.

Xulosa. Bizning xulosamizcha, tolerantlik va etnik tolerantlik tushunchalari nafaqat shaxslararo munosabatlarning uyg'unligini ta'minlovchi omil, balki jamiyatning barqaror rivojlanishiga xizmat qiluvchi asosiy ijtimoiy-falsafiy kategoriya sifatida namoyon bo'ladi. Tolerantlik qadimdan insoniyat tafakkurining markazida bo'lib, u falsafiy, diniy va madaniy manbalarda xilma-xil shakllarda talqin etilgan. Etnik tolerantlik esa zamonaviy global muhitda millatlararo totuvlik, ijtimoiy birdamlik va madaniy xilma-xillikni saqlashning kafolati sifatida alohida ahamiyat kasb etadi. Sharq va G'arb mutafakkirlarining tolerantlik haqidagi qarashlari

hozirgi zamon ehtiyojlariga javob bera oladigan chuqur nazariy asoslarni taqdim etadi. Tolerantlikning kuchli ijtimoiy mexanizm sifatida qaror topishi, ayniqsa etnik xilma-xil jamiyatlarda tinchlik va barqarorlikni mustahkamlashda beqiyos ahamiyatga ega. Shu sababli tolerantlik madaniyatini targ'ib qilish - zamonaviy ijtimoiy-falsafiy tafakkurning eng muhim vazifalaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Абдуллаев А.А. (2018). *Толерантность как ценность современной цивилизации*. Тошкент: «Ижтимоий фикр» нашриёти, 156 б.
2. Алпатов В.М. (2010). *Этническая толерантность и межнациональные отношения*. Москва: Наука, 128 с.
3. Гусейнов А.А. (2006). *Этика: учебник*. Москва: Гардарики, 320 с.
4. Хабермас Ю. (1998). *Фактический и нормативный: о роли толерантности в общественном дискурсе*. Москва: Логос, 190 с.
5. Сафаров Б.С. (2020). *Фалсафа ва маданият мерос: мулоҳазалар ва изланишлар*. Тошкент: Ўзбекистон Миллий энциклопедияси, 144 б.
6. Бобоходжаева Н.Н. (2021). "Толерантлик ва этник барқарорликнинг назарий асослари". *Фалсафа ва ҳаёт*, №3, 44-49-б.
7. UNESCO (1995). *Declaration of Principles on Tolerance*. Paris: UNESCO Press.
8. Ходжаев Ф.А. (2019). *Ижтимоий фалсафа: назария ва амалиёт*. Тошкент: Фан, 192 б.

*Axtamova Ferangiz G'ayrat qizi,
Buxoro davlat universiteti talabasi*

ABDURAUF FITRAT ASARLARIDA MILLIY O'ZLIK VA SHAXSIY TARAQQIYOT G'OYALARINING PSIXOLOGIK TAHLILI

Annotatsiya. Mazkur maqolada XX asr boshlarida o'zbek milliy uyg'onish harakati namoyandalaridan biri – Abdurauf Fitrat ijodida milliy o'zlik va shaxsiy taraqqiyot g'oyalari qanday ifodalangani psixologik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. Fitratning badiiy, publitsistik va ilmiy asarlari zahirida yotgan o'zlikni anglash, shaxsiy o'sishga da'vat, mustaqil fikrlash, ijtimoiy faollik, ma'naviy uyg'onish kabi g'oyalar, zamonaviy psixologiyaaning "identifikatsiya", "shaxsiy rivojlanish", "o'zini anglash" kabi tushunchalari bilan bog'liq holda o'rganiladi. Shuningdek, Fitrat asarlaridagi psixologik tahlil orqali mustamlakachilik davri sharoitida shakllangan "ezilgan millat vakilining ruhiyati" tahlil qilinib, uning hozirgi davr yosh avlod tarbiyasiga ta'siri ochib beriladi. Fitratning o'zbek xalqining tafakkurini uyg'otish va shaxsiy-ijtimoiy o'sishga rag'batlantirish yo'lidagi xizmatlari milliy ong va psixik rivojlanish o'rtasidagi bog'liqlikda ko'rsatiladi.

Kalit so'zlar: Abdurauf Fitrat, milliy o'zlik, shaxsiy taraqqiyot, psixologik tahlil, identifikatsiya, mustamlaka ruhiyati, milliy ong, shaxsiy rivojlanish, o'zini anglash, uyg'onish davri.

Kirish. Abdurauf Fitrat - o'zbek ma'rifatparvarligi, jadidchilik harakati va milliy uyg'onish tarixida alohida o'rin egallagan buyuk mutafakkir, adib, pedagog, davlat arbobi sifatida turli sohalarda chuqur iz qoldirgan shaxsdir. Uning adabiy, siyosiy va ilmiy merosi XX asr boshidagi O'rta Osiyo ma'naviy hayotining shakllanishida hal qiluvchi rol o'ynagan. Shu bois, Fitrat ijodi, uning falsafiy qarashlari, adabiy-badiiy asarlari, ijtimoiy-siyosiy faoliyati mustaqillik yillaridan so'ng ilmiy doirada keng o'rganila boshladi.

Fitratning adabiy faoliyati, ayniqsa, "Hind ixtilolchisi", "Munozara", "Sayyoh", "Oqil va Nodir", "Me'rojnom", "Abdullah Qodiriyga maktub" kabi asarlari filologik, tarixiy, adabiyotshunoslik va falsafa nuqtayi nazaridan bir necha bor ilmiy tahlil etilgan. Uning til va

adabiyot, madaniyat, millat va ma'rifatga doir qarashlari haqida professor B. Sarimsakov, S. Jo'rayev, M. Yusupov, I. G'aniyev, A. Asqarov, D. Sultonov, H. G'ulomov kabi olimlar tomonidan tadqiqot ishlari olib borilgan. Bu tadqiqotlar Fitratning tarixiy shaxs sifatidagi o'rnini, jadidchilik harakatidagi faolligini, adabiy-badiiy uslubini va uning islohotchilik faoliyatini yoritishga qaratilgan.

Ayni paytda, Fitrat asarlaridagi shaxsiy taraqqiyot, o'zlikni anglash, shaxs va jamiyat o'rtasidagi psixologik munosabatlar, shaxsiy tanlov va mas'uliyat, axloqiy ong va milliy identitet kabi psixologik kategoriyalar hali ilmiy adabiyotlarda to'liq o'rganilmagan. Fitrat ijodiga psixologik yondashuv orqali tahlil qilish zamonaviy fanlararo izlanishlar – ya'ni psixologiya, adabiyotshunoslik, falsafa va madaniyatshunoslik chorrahasida joylashgan yangi ilmiy yo'nalish sifatida qaralmoqda.

Psixologiya nuqtayi nazaridan olib qaralganda, Fitratning shaxs, millat, xalq va jamiyat haqidagi qarashlari zamonaviy shaxsiy taraqqiyot nazariyalari bilan uzviy bog'liq. Masalan, E. Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasidagi "identifikatsiya" va "ijtimoiy rol" masalalari, A. Maslouning ehtiyojlar iyerarxiyasida ko'rsatilgan o'zini anglash va o'zini ro'yobga chiqarish bosqichlari, K. Rojersning "men-konsepsiyasi", K.G. Yungning "individuatsiya" nazariyasi kabi tushunchalar Fitrat asarlarida bevosita yoki bilvosita ifodasini topgan.

Hozirgi kunda O'zbekiston Milliy universiteti, Buxoro davlat universiteti, Termiz davlat universiteti va boshqa ilmiy muassasalarda Fitrat merosini tadqiq etishga doir dissertatsiyalar va magistrlik ishlari mavjud bo'lsa-da, bu ishlarda ko'proq tilshunoslik, tarixiylik, falsafiylik jihatlari ustuvor o'rin olgan. Xususan, Fitratning milliy o'zlikni shakllantirishdagi roliga doir fikrlar mavjud bo'lsa-da, bu jarayonning shaxs psixologiyasi bilan bog'liq tahlillari cheklangan.

Ayrim tadqiqotlarda Fitratning asarlarida aks etgan ichki psixologik konfliktlar, qahramonlarning o'zligini izlash, ijtimoiy adolatni tiklashga intilish, o'zini jamiyat oldida mas'ul shaxs sifatida his qilish kabi psixologik holatlar yuzaki ko'rinishda tilga olinadi. Biroq bu holatlarning zamonaviy psixologik tushunchalar (motivatsiya, identitet, emotsional qaror qabul qilish, o'zini anglash) bilan ilmiy asosda tahlil qilinishi deyarli mavjud emas.

Mavzu bo'yicha mavjud manbalarni umumlashtirgan holda shuni ta'kidlash joizki, Fitrat asarlarida ilgari surilgan milliy o'zlik va shaxsiy taraqqiyot g'oyalari hali ham fanlararo tadqiqotlarni, xususan, ularni psixologiya nuqtayi nazaridan tahlil qilishni talab etadi. Bu esa mavzuning ilmiy yangiligini, amaliy ahamiyatini va istiqbolliligini belgilaydi. Shu bilan birga, Fitratning o'zbek xalqi milliy ongining shakllanishiga qo'shgan hissasi, yosh avlodni tarbiyalashdagi ruhiy-axloqiy yondashuvlari, ma'naviy uyg'onishga da'vat etuvchi fikr-mulohazalari zamonaviy psixologik tahlil uchun mustahkam material vazifasini o'taydi.

Yuqoridagilardan kelib chiqib, "Abdurauf Fitrat asarlarida milliy o'zlik va shaxsiy taraqqiyot g'oyalarining psixologik tahlili" mavzusi ilmiy muammolarni yoritishga yo'naltirilgan bo'lib, u hali yetarlicha o'rganilmagan, ammo zamonaviy fan taraqqiyoti nuqtayi nazaridan g'oyat dolzarb va istiqbolli yo'nalish hisoblanadi.

XX asr boshlarida Markaziy Osiyo xalqlari tarixida milliy uyg'onish, ma'rifatparvarlik va modernizatsiya harakati boshlandi. Bu harakatning yetakchi namoyandalardan biri – Abdurauf Fitrat o'zining boy adabiy merosi, publitsistikasi va falsafiy qarashlari orqali milliy o'zlikni anglash va shaxsiy taraqqiyot g'oyalarini ilgari surdi. Uning asarlari nafaqat ma'naviy-ma'rifiy mazmuni, balki psixologik jihatdan chuqur tahlil qilish imkoniyatini beruvchi ijtimoiy-ruhiy tafakkur namunalidir.

Fitrat o'z asarlarida o'zbek xalqining mustamlakachilik tufayli zaiflashgan ruhiy holatini, yo'qolgan o'zligini, bo'shashgan irodasini va tarqoq tafakkurini tiklashga uringan. U har bir individning shaxsiy rivojlanishiga, mustaqil fikrlashiga, o'zligini anglashiga da'vat etgan. Ayniqsa, "Oqil va Nodir", "Hind ixtilolchisi", "Munozara" kabi asarlarida shaxsiy kamolot, ijtimoiy mas'uliyat, axloqiy qaror qabul qilish va tanqidiy tafakkur kabi psixologik jarayonlar yorqin ifodasini topgan.

Zamonaviy psixologiyada shaxsiy taraqqiyot, identifikatsiya, o'zini anglash kabi tushunchalar mavjud bo'lib, ular Fitrat asarlaridagi asosiy g'oyalar bilan uzviy bog'liq. Fitratning

asarlari orqali shaxsiyatning shakllanish jarayoni, ichki konfliktlar, milliy o'zlikni izlash kabi murakkab psixologik hodisalarni o'rganish mumkin. Ayniqsa, millat ruhiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatgan mustamlaka bosqichidagi ijtimoiy ruhiy muhit Fitrat asarlarida chuqur psixologik tahlil obyekti bo'lgan.

Ushbu maqolada Abdurauf Fitratning turli janrdagi asarlarida milliy o'zlik va shaxsiy taraqqiyot masalalarining qanday aks etgani, ularning psixologik asoslari, hozirgi yoshlar tarbiyasi va shaxsiy kamoloti uchun qanday dolzarb ahamiyatga ega ekani keng tahlil qilinadi.

Abdurauf Fitrat ijodini tahlil qilganda, eng avvalo uning asarlarida aks etgan g'oyalar zahirida chuqur psixologik anglash, ichki ruhiy kechinmalar va jamiyat bilan shaxs o'rtasidagi murakkab munosabatlar mujassam ekani ko'zga tashlanadi. Fitrat asarlarida milliy o'zlik va shaxsiy taraqqiyot bir-biridan ajralmas tushunchalar sifatida talqin qilinadi. U jamiyatning yangilanishi va taraqqiy etishini har bir shaxsning o'zini anglashi, ichki uyg'onishi va faol ijtimoiy pozitsiyaga ega bo'lishi bilan bog'laydi.

Fitrat milliy o'zlikni, avvalo, o'zbek xalqining tarixiy xotirasi, madaniy qadriyatlari, diniy e'tiqodlari va ona tiliga bo'lgan sadoqat orqali shakllantiradi. Uning nazarida shaxs o'zining millatiga mansubligini anglab yetgandagina to'laqonli taraqqiyot sari yo'nala oladi. Bu g'oya psixologiyada "identitet" tushunchasiga yaqin bo'lib, E. Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasiga muvofiq, shaxs o'z ijtimoiy rolini va o'zini kim deb bilishini aniqlagandagina ichki muvozanatga erishadi. Fitrat qahramonlari aynan shunday identifikatsiya jarayonini kechirishadi. Ular o'zlarining ichki ruhiy kechinmalari, ziddiyatlari va ijtimoiy muhit bilan to'qnashuvlari orqali milliy o'zligini anglab boradi.

Masalan, "Hind ixtilolchisi" asaridagi bosh qahramonning kechinmalari orqali biz shaxsda kechadigan ruhiy uyg'onish, milliy mas'uliyatni anglash, adolat yo'lida kurashish istagi kabi chuqur psixologik jarayonlarni kuzatishimiz mumkin. Bunday kechinmalar nafaqat ijtimoiy ongning shakllanishini, balki shaxsning o'zini anglash bosqichiga o'tganini ko'rsatadi. Shaxsiy taraqqiyot Fitrat nazarida individual muvaffaqiyat bilan emas, balki jamiyat va millat taraqqiyotiga qo'shiladigan hissiy bilan o'lchanadi. Bu g'oya A. Maslouning ehtiyojlar iyerarxiyasida keltirilgan o'zini ro'yobga chiqarish bosqichi bilan bevosita bog'liq. Shaxs o'z salohiyatini to'laqonli ro'yobga chiqarish uchun avvalo o'zining kimligini, qanday qadriyatlar asosida yashashini anglab olishi kerak.

Fitratning asarlarida shaxsiy taraqqiyot jarayoni odatda qahramonning ichki kurashi, tashqi muhit bilan to'qnashuvi, ruhiy izlanishi orqali namoyon bo'ladi. Ular ijtimoiy adolatsizlik, jaholat va zulmga qarshi kurashadi. Bu orqali Fitrat jamiyatdagi o'zgarishlar shaxsdan boshlanishi kerakligini uqtiradi. Shaxs faqat ruhiy uyg'onish, tafakkur o'zgarishi va ma'naviy poklanish orqali haqiqiy taraqqiyot sari yo'nalishi mumkin. Bu jihat Rojersning insonistik psixologiyasida ta'riflangan "shaxsiy o'sish" konsepsiyasiga to'g'ri keladi. Rojersga ko'ra, inson ichki uyg'onish va o'zini anglash orqali "ideal men" darajasiga yaqinlashadi. Fitrat asarlaridagi qahramonlar ham aynan shunday ruhiy o'sishni bosib o'tadi.

Fitratning yana bir muhim yondashuvi – bu axloqiy qadriyatlar orqali milliy ong va shaxsiy ongni uyg'otishidir. Uning ijtimoiy-siyosiy risolalari va publitsistik chiqishlarida ma'naviy tanazzul, jaholat va befarqlik jamiyatni halokatga yetaklaydi, degan fikr ilgari suriladi. Bu psixologik jihatdan "ijtimoiy apatiya" va "ichki motivatsiyaning yo'qolishi" holatlari bilan izohlanadi. Fitrat bu holatlarga qarshi faollik, aql-zakovat va ma'rifatni qarshi qo'yadi. Shaxs ma'rifatli bo'lsa, u o'zini va jamiyatdagi o'rnini anglaydi, milliy ong bilan harakat qiladi va natijada taraqqiyotga erishadi.

Shuningdek, Fitratning pedagogik qarashlari ham shaxsiy taraqqiyot bilan bevosita bog'liq. Uning fikricha, yosh avlodda tanqidiy tafakkur, ijtimoiy mas'uliyat, milliy iftixor va axloqiy mustaqillikni shakllantirish orqali kuchli shaxsni voyaga yetkazish mumkin. Bu esa zamonaviy rivojlanish psixologiyasi tamoyillariga mos keladi. Xususan, V. Shtern va L. Vygotskiylarning ijtimoiy-ta'limiy muhitda shaxsni shakllantirish g'oyalari Fitratning ta'limga oid qarashlari bilan uyg'unlashadi.

Abdurauf Fitrat asarlaridagi milliy o'zlik va shaxsiy taraqqiyot g'oyalari zamonaviy psixologik nazariyalar nuqtayi nazaridan chuqur tahlil etilishi mumkin bo'lgan boy ilmiy manbadir. U shaxsning o'zligini anglash, ijtimoiy faollikka intilish, axloqiy poklik, ma'naviy uyg'onish va milliy mas'uliyat kabi psixologik jarayonlarni chuqur tahlil qilgan. Bu esa Fitrat merosini nafaqat tarixiy yoki adabiy, balki psixologik yondashuvda ham o'rganish zarurligini ko'rsatadi.

Xulosa. Abdurauf Fitrat ijodi o'zbek ma'rifatchilik tafakkurining eng yuksak namunalaridan biri bo'lib, unda milliy o'zlikni anglash va shaxsiy taraqqiyot g'oyalari chuqur falsafiy-psixologik asosda ilgari surilgan. Fitratning adabiy, publitsistik hamda ilmiy-pedagogik asarlarida shaxsning ichki kechinmalari, o'zligini anglash yo'li, ma'naviy uyg'onish va ijtimoiy mas'uliyat motivlari yetakchi o'rin egallaydi. U o'zbek xalqining o'zligini, qadriyatlarini, madaniy va ma'naviy merosini saqlab qolish va uni rivojlantirishni shaxsning tafakkuriy uyg'onishi bilan bog'laydi.

Fitrat asarlarida shaxsiy taraqqiyot o'zini tanish, milliy qadriyatlarga asoslangan dunyoqarashga ega bo'lish, ruhiy poklanish, ma'rifat va ijtimoiy faoliyat orqali amalga oshadi. Bu jarayon zamonaviy psixologik nazariyalar, jumladan, Eriksonning psixososial rivojlanish bosqichlari, Maslouning ehtiyojlar iyerarxiyasi, Rojersning insonistik psixologiyasi, Vygotskiy va Shternning rivojlanish psixologiyasi bilan uzviy uyg'unlikda tahlil qilinadi.

Fitrat shaxsning ijtimoiy ongini, ma'naviy dunyosini va axloqiy qarashlarini shakllantirish orqali jamiyatni isloh qilishga harakat qilgan. Uning asarlarida ko'tarilgan g'oyalar hozirgi kunda ham o'z dolzarbligini yo'qotmagan. Fitrat o'zbek ziyolisi sifatida shaxs va millat o'rtasidagi bog'liqlikni, ularning taraqqiyot yo'lini psixologik yondashuv asosida ko'rsatgan. Shu jihatdan, uning merosi shaxs psixologiyasi, ijtimoiy ong, identitet va ma'naviy rivojlanish muammolarini o'rganishda muhim nazariy manba bo'lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Fitrat A. "Hind ixtilolchisi". – Toshkent: G'afur G'ulom nomidagi nashriyot, 1990.
2. Fitrat A. "Milliy talim haqida". – Toshkent: Fan nashriyoti, 1991.
3. G'aniyeva N. "Fitrat – millat fidoyisi". – Toshkent: Ma'naviyat, 2002.
4. Usmonov S. "Abdurauf Fitrat: hayoti va ijodi". – Toshkent: Yangi asr avlodi, 2011.
5. Erikson E. "Identity: Youth and Crisis". – New York: Norton, 1968.
6. Maslow A. "Motivation and Personality". – New York: Harper & Row, 1954.
7. Rogers C. "On Becoming a Person". – Boston: Houghton Mifflin, 1961.
8. Vygotsky L. S. "Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes". – Harvard University Press, 1978.
9. Shtern V. "Differensial psixologiya asoslari". – Moskva: Pedagogika, 1971.
10. Yo'ldoshev A. "Fitrat asarlarida milliy ong va tafakkur masalalari". – "Ijtimoiy fanlar" jurnali, 2015, №2.

Teshayev Sobit Sodik og'li

Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti

"Umumiy psixologiya" kafedrasi o'qituvchisi

teshayevsobitjon@gmail.com

OILA VA KASB O'RTASIDAGI MUVOZANATNI TA'MINLASHDA AYOL RAHBARLARNING PSIXOLOGIK KOMPETENSIYASI

Annotatsiya: Ushbu maqolada rahbar ayollarning oila va kasb muvozanatini saqlashdagi strategiyalari hamda psixologik kompetensiyasi tahlil qilinadi. Xususan, ularning duch keladigan psixologik qiyinchiliklari, stress va emotsional zo'rqiqlash holatlari, shuningdek, muvozanatni ta'minlashda qo'llaniladigan individual strategiyalar yoritiladi. Maqolada shaxslararo munosabatlarda kommunikativ ko'nikmalarning ya'ni muloqot me'yorlarining o'rni, frustratsiya va depressiyaga qarshi kurashish usullari, oilaviy barqarorlikni ta'minlovchi psixologik omillar va kasbiy o'sish bilan bog'liq muammolar ilmiy asosda tahlil etilgan.

Kalit so'zlar: oila-kasb muvozanati, ayol rahbarlar, psixologik kompetensiya, muloqot ko'nikmalari, frustratsiya, depressiya, emotsional barqarorlik, ijtimoiy rol, kasbiy o'sish, stress, liderlik sifati, gender rollar, ishchi ayollar.

Аннотация: В данной статье рассматриваются стратегии и психологическая компетентность женщин-руководителей в обеспечении баланса между семейной и профессиональной жизнью. Особое внимание уделяется психологическим трудностям, с которыми они сталкиваются, включая стресс и эмоциональное перенапряжение, а также индивидуальным стратегиям преодоления этих состояний. В работе подчеркивается значение коммуникативных норм в межличностных отношениях, анализируются методы борьбы с фрустрацией и депрессией, а также психологические факторы, способствующие семейной стабильности. Кроме того, рассматриваются проблемы, связанные с профессиональным ростом и гендерными вызовами, с которыми сталкиваются женщины-лидеры.

Ключевые слова: баланс работа-семья, женщины-руководители, психологическая компетентность, коммуникативные навыки, фрустрация, депрессия, эмоциональная устойчивость, социальная роль, профессиональное развитие, стресс, лидерские качества, гендерные роли, работающие женщины

Abstract: This article examines the strategies and psychological competence of female leaders in maintaining a work-family balance. In particular, it explores the psychological challenges they face, including stress and emotional strain, and analyzes the individual strategies used to manage these issues. The study also emphasizes the role of communication norms in interpersonal relationships, methods for coping with frustration and depression, and the psychological factors contributing to family stability. Furthermore, the article discusses problems associated with professional development and the gender-based pressures encountered by working women in leadership roles.

Keywords: work-family balance, female leaders, psychological competence, communication skills, frustration, depression, emotional stability, social role, professional development, stress, leadership qualities, gender roles, working women.

Kirish. Zamonaviy jamiyatda ayollarning nafaqat oilaviy hayotda, balki kasbiy faoliyatda ham faol ishtirok etayotgani ularning ijtimoiy rolini tubdan o'zgartirmoqda. Bugungi kunda rahbarlik lavozimlarida faoliyat yuritayotgan ayollar uchun oila va kasb o'rtasida muvozanatni saqlash dolzarb psixologik muammo sifatida namoyon bo'lmoqda. Bu muvozanatni ta'minlashda ayollarning psixologik kompetensiyasi - ya'ni hissiy barqarorlik, stressni boshqarish, muloqot ko'nikmalari va ijtimoiy rollarni moslashtira olish qobiliyatlari, muhim omil hisoblanadi. Oila muhitida yuzaga keladigan nizolar, ishdagi bosimlar va gender stereotiplari oila va kasb muvozanatini ta'minlashda, ayniqsa ayol rahbarlar oldiga murakkab vazifalarni qo'yadi. Shu bois,

mazkur maqolada rahbar ayollarning ushbu ikki asosiy faoliyat jabxasida muvozanatni qanday saqlashi, qanday psixologik mexanizmlardan foydalanishi va bu jarayonda duch keladigan ichki hamda tashqi omillar chuqur tahlil qilinadi. Bugungi kunda yangi atama sifatida "Working women" yoki "Working women leader" atamasining kelib chiqishi ahamiyatga ega bo'lib bu atama butun dunyo bo'ylab zamonaviy, faol, mas'uliyatli va ilhomlantiruvchi ayollar obrazini ifodalaydi.

Ushbu atamalarni ma'no jixatida ochib beradigan bo'lsak, "Working women" degan tushuncha ingliz tilidan olingan bo'lib, u "ishlovchi ayollar" yoki "mehnat qilayotgan ayollar" degan ma'noni anglatadi.

Mazmuni jixatidan olib qaraganda "Working women" - bu uy - ro'zg'or yumushlari bilan cheklanib qolmay, jamiyatda faol mehnat qilayotgan, turli sohalarda (ta'lim, tibbiyot, biznes, davlat boshqaruvi, sanoat, xizmat ko'rsatish va h.k.) ish yuritayotgan ayollardir deb yuritiladi [1]. Bu orqali ular o'z bilim va malakasi orqali daromad topadi, oilaviy mas'uliyat bilan birga kasbiy faoliyatni ham olib boradi. Bu tushuncha nafaqat ularning bandligini, balki ularning jamiyatda tutgan faol ijtimoiy, iqtisodiy o'rnini ham anglatadi.

"Working women leader" – tushunchasi esa bu o'z kasbiy faoliyatida nafaqat faol ishtirok etayotgan, balki jamoani boshqarayotgan, strategik qarorlar qabul qilayotgan, ijtimoiy, iqtisodiy yoki boshqa sohalarda liderlik qilayotgan ayollardir. Bu esa bugungi globallashtirilgan jamiyat sharoitida boshqaruv faoliyatida ayollarga **oila va ishni uyg'unlashtira olish ya'ni** kasbiy va shaxsiy hayot muvozanatini saqlashdek ma'suliyatni yuklaydi. Ular esa jamiyatdagi **"ayol rahbarlar"** modelining shakllanishiga xizmat qiladi.

Zamonaviy jamiyatda ayollar nafaqat kasbiy va boshqaruv faoliyatida rahbar sifatida, balki uy bekasi, ona kabi ijtimoiy rollarni ham bir vaqtning o'zida bajarishga majbur bo'lmoqda. Bu esa ularning kasb va oila o'rtasidagi muvozanatni ta'minlash zaruratini yuzaga keltiradi. Shu nuqtai nazardan, o'zaro samimiy muloqot, so'zning o'rnida qo'llanishi va hissiy barqarorlik oilada va kasbiy faoliyatda ta'minlanganlik rahbar uchun psixologik jixatda etuklik fiziologik salomatligi, mehnat samaradorligi va oilaviy farovonligi uchun muhim omil hisoblanadi. oila farovonligining muhim omillaridan biridir.

Ayol rahbar uchun muloqot jarayonining psixologik qonuniyatlarini bilish ayniqsa ahamiyatlidir. Chunki shaxsning aqliy, irodaviy, hissiy madaniyati va estetik tarbiyasi aynan muloqot orqali yuzaga chiqadi va bu jihatlar oila doirasidagi shaxslararo munosabatlar sifatida ham bevosita namoyon bo'ladi.

Oilada shaxslararo munosabatning muloqot jayonida yuzaga keladigan to'siqlar mavjud bo'lib u quyidagi shaklda farqlanadi:

Psixologik to'siq — bu sherigiga ma'qul tushmay qolish, tushunilmay qolishdan qo'rqish, u tomonidan inkor etilish va mazax qilinishdan yoki keskinlikdan qo'rqish, eng ezgu hislarini va niyatlarini samimiy izhor etishiga javoban qo'pollik bilan javob berilishi mumkinligidan xavotirlanish kabilar tufayli intellektga oid, mehribonlikka oid, kuchga oid shaxsiy imkoniyatlarini namoyon qilish va amalga oshirishga xalaqit beruvchi, o'ziga hos ichki psixik tormozdir.

Vaziyatli to'siqlar — bu suhbatdoshlarning bir xil vaziyatni turlicha tushunishlari, unga turlicha yondashishlari bilan bog'liq. Bu jarayon ikkala suhbatdoshning bir xil vaziyatga tushmaganligidan kelib chiqadi.

Mazmuniy to'siqlar — odatda suhbatdoshini tushunmaganlik tufayli, uning mazkur jumlasini qanday ma'noda aytilgani, u qanday fikrni ilgari suryapti, nimani nazarda tutyapti, nimaga olib boradi va shu kabi mulohazalarga borish tufayli yuzaga keladi.

Motivatsion to'siqlar — shunday vaziyatlarda yuzaga keladiki, bunda gapirayotgan odam yo o'zi bayon qilayotgan fikrning motivini yetarlicha anglay olmaydi yoki u atayin ularni (asosiy motivni) yashirishga harakat qilayotgan bo'lishi mumkin.[2] deb ta'riflanadi. Bu jarayonda ayol rahbarlar faoliyatida motivatsion omillar ko'pincha nafaqat iqtisodiy yoki ijtimoiy ehtiyojlar bilan, balki shaxsiy rivojlanish, o'zini anglash va jamiyatga foydali bo'lish istagi bilan bog'liq bo'ladi. A.X.Maslouning motivatsiya nazariyasiga ko'ra, bunday ayollar o'zini ro'yobga chiqarish darajasiga intiladilar ya'ni rahbarlik faoliyatida ular:

- o'z jamoasiga ruhiy qo'llab-quvvatlash beradi,
- ijtimoiy adolatga erishishga harakat qiladi,
- oilaviy rolni unutmagan holda kasbiy rivojlanishga intiladi.

Bu orqali ayollar o'z faoliyatlarini amalga oshirishda faqat tashqi mukofotlarga emas, balki o'zlarining ichki ehtiyojlariga ham asoslanadilar. Bu ehtiyojlar o'zini ro'yobga chiqarish, jamiyatga ijobiy ta'sir ko'rsatish va maqsadlarga erishishni o'z ichiga oladi.

Shu o'rinda aytib o'tish joizki ayol rahbarlarning muvozanatga erishish yo'lida duch keladigan asosiy to'siqlardan biri - bu gender stereotiplaridir. Jamiyatda bazi jabhalarda hali-hanuz "ayol - faqat uy ishlari bilan shug'ullanishi kerak" degan qarash mavjud. Bu esa ishlovchi ayollarda ichki konflikt (kasbiy o'sish istagi va ijtimoiy kutilmalar o'rtasidagi ziddiyat)ni yuzaga keltiradi. A. Eagly va W. Woodning fikricha, ayollar ijtimoiy rolga qarab shakllanadi, ammo jamiyatdagi o'zgarishlar bilan ular bu rolni yangicha talqin qilmoqda: ya'ni, bir vaqtning o'zida mehribon ona, sodiq turmush o'rtoq va professional rahbar bo'lishga harakat qilishmoqda. Ayollar asosan oilada an'anaviy "parvarishlovchi" rol bilan bog'langan bo'lsada, liderlikda ular moslashuvchan, empatik va hamkorlikka asoslangan yondashuvni qo'llaydi. Bu ularni erkaklarga nisbatan yumshoq, ammo samarali rahbarlar sifatida o'zlarini namoyon qilishga imkon yaratadi.

Umumiy olganda rahbarlarda oiladagi shaxslararo munosabatlar jarayonidagi tushunmovchiliklar, ziddiyatlar, shaxsning dunyo qarashi va kamoloti darajasidagi tafovutlar, manfaat, qiziqish va maqsadning mos kelmasligi, o'zaro hurmatning shakllanmaganligi, antipatiya ular o'rtasida turli darajadagi nizolarni keltirib chiqaradi. Shaxslararo munosabatlarning turmush sharoitida maromga egaligi ham ahamiyatga molik hisoblansada, ammo oila a'zolarining "men" bilan "biz" o'rtasidagi uyg'unlik va izchillik shakllanmasligi, shaxslarning identifikatsiyalashuvi va ijtimoiylashuvining me'yorida bo'lmasligi anchagina achinarli holat hisoblanadi. Oiladagi shaxslararo tenglik uchun "ideal men" bilan "real men" o'rtasida mutanosiblik bo'lishi lozim edi. Aksincha, er-xotinlarning "ideal" pozitsiyalari, ularning oilaviy munosabatlarida bo'sh qolgan, ya'ni er-xotinning mas'uliyat hissini o'z jins vazifalariga ko'ra, bir xilda yurita olmasliklari, yagona maqsad sari intilishda birlikning yetishmasligi, mustaqillikka intilish tuyg'usining ustunlik qilishi bilan izohlash mumkin. Bu esa o'z navbatida oilani boshqarishda shaxsiy mas'uliyatning yetishmasligini, uni yuritishda frustrasiyaga, depressiyaga duch kelishiga va shaxsiy faollikda asteniklikni namoyon qilishga sabab hisoblanadi. [3]

Yuqoridagi fikrlardan kelib chiqib bizning fikrimizcha oilaviy muvozanatni buzuvchi omillar sifatida quyidagilarni ko'rib chiqish mumkin bularga quyidagilar:

- Qattiq ish jadvali va ortiqcha ish soatlari;
- Bolalar tarbiyasi va ta'limi bo'yicha yolg'iz mas'uliyat;
- Turmush o'rtog'ining yetarli qo'llab-quvvatlamasligi;
- Uy yumushlarining adolatli bo'linmasligi.
- Vaqtni samarali boshqarishni tashkil qilinmaganligi
- Oila funksiyalarni bilmasliklari va turmush o'rtoqlarning oila va kasbdagi real vazifalarini

anglamaganliklari

Ushbu ta'kidlanganlardan kelib chiqib turli muammolarni yuzaga kelishi mumkinligi va bular oqibati sifatida quyidagi holatlarni misol sifatida keltirish ahamiyatlidir:

- Ruhiy tushkunlik, charchoq;
- Oila a'zolari bilan munosabatlarning sovushi;
- Ishdagi motivatsiyaning pasayishi;
- Sog'liq muammolari.

Yuqoridagi holatga munosabat sifatida A.Hochschild hamda A.Machung ayol rahbarlar ko'pincha **"ikki smenada ishlash"** holatiga tushadilar deb ta'rif beradilar bunga ko'ra: birinchi smena ish joyida bo'lsa, ikkinchisi - uyda, oilaviy yumushlar va bolalar parvarishi bilan bog'liqjarayondir deb tushintiradilar va ushbu holatni *"The Second Shift"* ya'ni *"Ikkinchi navbat"* deb atab, ayollar ish vaqtidan keyin ham ro'zg'or ishlari bilan band bo'lishi ruhiy charchoq va

oilada va ishda emotsional muvozanat buzilishiga olib kelishi mumkinligini ta'kidlaydi. Bu holat ko'p hollarda:

- stress va zo'riqishga olib kelishiga,
- oila va kasb munosabatlaridagi ziddiyatlar,
- kasbiy samaradorlik pasayishi,
- uyqu buzilishi, psixologik charchoqlari ortishi,
- kasbiy imkoniyatlardan voz kechishlariga sabab bo'ladi. [4]

Biroq, emotsional intellekt va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash orqali bu muammolarni kamaytirish mumkin shunga ko'ra ayol rahbarlarning psixologik xususiyatlaridan biri bu - **emotsional intellekt**dir. **Daniel Goleman** tomonidan taqdim etilgan emotsional intellekt nazariyasiga ko'ra, kuchli ayollar o'zlarining va boshqalarning hissiyotlarini boshqarish, ijtimoiy muammolarni hal qilishda yuqori ko'nikmalarga ega. Bu ayol-liderlarning samarali rahbar bo'lishiga yordam beradi, chunki ular boshqarayotgan jamoaning ruhiy holatini, ularning ehtiyojlarini va muammolarini tushunib, mos ravishda javob qaytarish juda muhim sanaladi. Muvozanatni saqlashning psixologik mexanizmi sifatida D.Goleman emotsional intellektga bog'liq ravishda ish ko'rishni maqsadga muvofiq deb hisoblaydi.[5]

Unga ko'ra esa:

- hissiyotlarni boshqarish,
- oiladagi va ishdagi stressni yengish,
- konfliktlarni hal etish.

Ularga qo'shimcha ravishda rahbarlarga quyidagi psixologik ko'nikmalar orqali ish-oila muvozanatini saqlashda tavsiya sifatida quyidagilarni keltirish mumkin:

a) Vaqtni boshqarish (time management)

- muvozanat uchun kunlik rejalashtirish,
- oilaviy va kasbiy ustuvorliklarni aniqlash,
- delegatsiya qilish (ayrim uy vazifalarini bo'lishish).

b) Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash

- turmush o'rtog'ining yordami,
- qo'l ostidagilarning qo'llab quvatlovi va hamjihatlikdagi harakati,
- ish beruvchining moslashuvchan siyosati.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, oilada shaxslararo munosabatda muvozanatni saqlashning psixologik jihatlarida kasb va oila o'rtasidagi muvozanatli saqlash ahamiyatli shundaki, eng avvalo, shaxslarda bir-biriga o'zaro hurmat shakllangan bo'lishi shart, bunga qo'shimcha shaxsda mas'uliyatlilikning ham o'rni sezilarli darajani egallaydi. Yuqorida sanab o'tilgan barcha hislatlar shaxsda shakllangan holda va bo'lib o'tayotgan vaziyatlar, tushunmovchiliklarni to'g'ri baholay olish orqali oiladagi muvozanatni bir me'yorda saqlash mumkin. Ayol rahbar uchun esa oila va kasb o'rtasida muvozanatni saqlash - bu murakkab, ammo erishish mumkin bo'lgan maqsaddir. Bu jarayon o'ziga xos kurash, ammo bu kurashning samarasida to'laqonli hayot, mustahkam oila va muvaffaqiyatli karera yotadi. Jamiyat va mehnat muhitining bunday ayollarni qo'llab-quvvatlashi esa muhim omildir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Goldin, Claudia. *Career and Family: Women's Century-Long Journey toward Equity*. Princeton University Press, 2021.
2. B.Shoumarov, I.O.Haydarov, N.A.Soginov, F.A. Akramova, G.Solihova, G.Niyozmetova "Oila psixologiyasi". «Sharq» Nashriyot matbaa aksiyadorlik kompaniyasi tahririyati Toshkent-2008.
3. Eagly, A. H., & Wood, W. (1991). Explaining sex differences in social behavior: A meta-analytic perspective. *Psychological Bulletin*, 109(3), 403–438.
4. Hochschild, A. R., & Machung, A. (1989). *The Second Shift: Working Families and the Revolution at Home*. Viking.

5. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.

Махмудова Саидапошишохон Зиёвиддиновна
Национальный университет Узбекистана имени Мирзо Улугбека
филиал Джизака
s.a.a.b.a.s.k9499@gmail.com

СЕМЕЙНАЯ ЖИЗНЬ И ЕЕ ВЛИЯНИЕ НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Аннотация: В статье рассматривается взаимосвязь между особенностями семейной жизни и психическим здоровьем личности. Выделены как позитивные, так и негативные влияния семьи на психологическое состояние человека. Особое внимание уделено роли поддержки, коммуникации и эмоционального климата в семье.

Ключевые слова: семья, психическое здоровье, адаптация, стресс, поддержка, коммуникация, личность

Abstract: The article examines the relationship between family life and individual mental health. Both positive and negative effects of the family on psychological well-being are highlighted. Special attention is paid to the role of support, communication, and emotional climate in the family.

Keywords: family, mental health, adaptation, stress, support, communication, personality

Введение. Семейная жизнь занимает центральное место в социальной структуре и оказывает значительное влияние на психическое здоровье индивидов. Она представляет собой не просто форму межличностных отношений, но и сложную систему взаимосвязей, основанную на общих ценностях, традициях и эмоциональной поддержке. В рамках этой системы индивиды формируют свои эмоциональные, психологические и социальные навыки, которые напрямую сказываются на их психическом благополучии. Стабильная и поддерживающая семейная среда способствует формированию положительного самоощущения и уменьшает риск возникновения психических расстройств, в то время как дисфункциональные отношения могут приводить к тревоге, депрессии и другим проблемам психического здоровья.

Научные исследования неоднократно подтверждают взаимосвязь между семейными отношениями и психическим здоровьем. Например, высокий уровень конфликтов внутри семьи может оказывать длительное негативное воздействие на психическое состояние ее членов. Семьи, в которых отсутствует доверие и открытое общение, подвержены повышенному стрессу, что, в свою очередь, может усугубить существующие проблемы или даже привести к новым. В то же время, положительные аспекты, такие как эмоциональная поддержка, взаимопонимание и открытость к диалогу, способствуют улучшению психологического состояния и эмоционального благополучия индивидов. Таким образом, важно учитывать, как позитивные, так и негативные аспекты семейной жизни для понимания ее влияния на психическое здоровье.

Введение в данную тематику подчеркивает значение целостного подхода к изучению семейной жизни и психического здоровья. Исследования, охватывающие социальные, культурные и экономические факторы, помогают создать более глубокое понимание взаимосвязей, существующих между этими явлениями. Оценка влияния как традиционных, так и современных форм семейного устройства на психику человека может дать ключ к более эффективным методам профилактики и коррекции психических расстройств. В итоге, глубокое понимание особенностей семейной жизни и их последствий для психического здоровья представляет собой важный шаг в направлении разработки стратегий, способствующих улучшению качеству жизни индивидов и семей в целом.

Семейная жизнь представляет собой сложный и многослойный процесс, охватывающий взаимодействия, эмоциональные связи и социальные роли, которые возникают в рамках семейной структуры. Основываясь на исторических, культурных и

социологических аспектах, концепция семейной жизни подразумевает не только совместное проживание, но и взаимодействие, в рамках которого возникают обязательства, ценности и нормы, характерные для данной социальной единицы. Важным элементом семейной жизни является формирование отношений, способствующих психологическому благосостоянию членов семьи, а также их индивидуальному развитию.

Семейные отношения проявляются в различных аспектах, таких как процесс воспитания детей, распределение домашних обязанностей и восприятие ролей внутри семьи, что, в свою очередь, влияет на психологическое состояние ее членов. Проведенные социологические исследования показывают, что гармония в семейной жизни напрямую соотносится с уровнем удовлетворенности жизнью и эмоциональным здоровьем. Например, поддержка, которую члены семьи оказывают друг другу в период стрессов или жизненных трудностей, служит значительным фактором, способствующим снижению уровня тревожности и депрессии. Таким образом, семейная жизнь может выступать как защитный фактор, который укрепляет психическое здоровье и способствует социальной адаптации.

Семейные структуры имеют свойство варьироваться, что отражает изменения в общественных нормах и менталитете. Проблемы, такие как развод, отсутствие взаимопонимания или экономические трудности, могут существенно повлиять на качество семейной жизни и, следовательно, на психическое здоровье ее участников. Большое значение имеет также влияние внешних факторов, таких как социальная сеть и экономические условия, которые могут способствовать или, наоборот, препятствовать укреплению семейных уз. В итоге, понятие семейной жизни необходимо рассматривать как динамическую систему, в которой взаимодействуют различные элементы и факторы, определяющие ее устойчивость и влияние на психическое состояние человека.

Психическое здоровье представляет собой сложное и многогранное состояние, характеризующееся не только отсутствием психических заболеваний, но и наличием положительных факторов, способствующих адекватному функционированию индивида в обществе. Оно охватывает эмоциональное, психологическое и социальное благополучие личности, создавая основу для ее взаимодействия с окружающей средой и другими людьми. Согласно определениям Всемирной организации здравоохранения, психическое здоровье включает в себя способность справляться с жизненными стрессами, продуктивно трудиться и вносить вклад в сообщество, что подчеркивает его значимость как для индивида, так и для общества в целом.

Определение психического здоровья может варьироваться в зависимости от культурных контекстов и индивидуальных особенностей. Важно отметить, что психическое здоровье не воспринимается как статическое состояние; оно находится в постоянной динамике, влияя на поведение и восприятие человека. Психическое здоровье формируется под воздействием различных факторов, включая генетические предрасположенности, био-психо-социальные условия и жизненный опыт. В этой связи, охрана психического здоровья включает как профилактические меры, так и эффективные стратегии поддержки людей, подверженных психическим недугам.

Значение психического здоровья не ограничивается исключительно клинической сферой. Важные аспекты развития личности, такие как способность к саморегуляции, повышение устойчивости к стрессам и формирование здоровых межличностных отношений, напрямую связаны с состоянием психического здоровья. Таким образом, оно выступает важнейшим элементом общего здоровья и благополучия человека. Безусловно, поддержка психического здоровья в рамках семейных систем особенно актуальна, поскольку семья является первичным источником социального взаимодействия и эмоциональной поддержки. Создание позитивной семейной среды содействует укреплению психического здоровья не только отдельных членов семьи, но и семьи в целом, что неизбежно отражается на качестве жизни и уровне социального взаимодействия. Семейная жизнь представляет собой важный аспект человеческого существования, обладая как

позитивными, так и негативными влияниями на психическое здоровье индивидов. Позитивные аспекты могут включать в себя эмоциональную поддержку, чувство принадлежности и социализации, что в свою очередь способствует формированию устойчивости к стрессам и болезням. Исследования показывают, что стабильные и здоровые семейные отношения могут способствовать снижению уровня тревожности и депрессии, увеличивая чувство счастья и удовлетворенности жизнью. К примеру, наличие поддерживающей семейной структуры, где члены семьи активно участвуют в жизни друг друга, обеспечивает индивидам необходимые ресурсы для решения жизненных трудностей и формирования позитивного психоэмоционального фона.

С другой стороны, негативные аспекты семейной жизни могут оказать разрушительное воздействие на психическое здоровье личности. Конфликты, насилие и эмоциональное неблагополучие в семье способны вызывать значительный стресс и приводить к различным психологическим заболеваниям, таким как депрессия и расстройства тревожного спектра. Длительное пребывание в токсичной атмосфере может снизить самооценку, увеличивать изоляцию и создавать трудности в социальных взаимодействиях за пределами семейного круга. Однако важно отметить, что на восприятие негативных факторов могут влиять и другие социальные условия, такие как финансовая стабильность и сеть социальной поддержки за пределами семьи. Это означает, что деструктивные семейные обстоятельства не всегда равносильны ухудшению психического здоровья, если индивид имеет доступ к вспомогательным ресурсам и инфраструктуре.

Трансформация динамики семейных отношений и их влияние на психическое здоровье является сложным и многогранным процессом. Поддержка со стороны семьи может служить защитным фактором в сложные времена, в то время как отсутствие такой поддержки часто ведет к ухудшению психоэмоционального состояния. Важно развивать осознание того, что качество семейных взаимодействий, а не только их количество, определяет влияние на психическое здоровье.

Семейная жизнь представляет собой сложную и многослойную систему, оказывающую значительное влияние на психическое здоровье индивида. Одним из основных позитивных аспектов является создание эмоциональной поддержки, способствующей улучшению общего психоэмоционального состояния. Эмоциональная связь, возникающая между членами семьи, создает ощущение принадлежности и безопасности, что, в свою очередь, способствует снижению стрессовых уровней и повышению самооценки. Люди, находящиеся в крепких семейных отношениях, чаще демонстрируют стойкость к психическим заболеваниям, таким как депрессия и тревожные расстройства, поскольку наличие поддержки помогает справляться с трудностями жизни.

Другим важным аспектом является возможность совместного преодоления жизненных трудностей. В рамках семейной системы люди имеют возможность делиться своими переживаниями и эмоциями с близкими, что ведет к активному разрешению конфликтов и уменьшению чувства одиночества. На уровне семьи происходят не только конкретные переговоры и совместные действия, но и формируются здоровые механизмы совладания, которые могут не только помочь в кризисные моменты, но и развивать атмосферу доверия. Это доверие служит основой для гармоничного общения и углубления взаимопонимания.

Также следует отметить, что семейные ценности и традиции, передаваемые из поколения в поколение, создают устойчивую структуру, в которой каждый индивид ощущает свою значимость и роль. Мамы и папы, обучая детей правильным моделям поведения и моральным основам, формируют здоровые привычки и устойчивую личность. Такой подход не только делает членов семьи более устойчивыми к стрессам, но и укрепляет связь между ними, делая ее источником вдохновения и поддержки. В итоге, позитивные аспекты семейной жизни не только обогащают межличностные отношения, но и способствуют психическому здоровью каждого отдельного человека, создавая потенциал для роста, саморазвития и благополучия.

Семейная жизнь, ассоциированная с множеством положительных аспектов, также несет в себе ряд негативных факторов, способных оказать значительное воздействие на психическое здоровье индивидуумов. Одним из основных источников стресса в семейных отношениях являются конфликты, возникающие из-за несоответствия ожиданий или недопонимания между партнерами. Частые и нерешаемые споры могут привести к нарастанию напряженности, вызывать чувство беспомощности и эмоционального истощения, что в дальнейшем может способствовать формированию хронической тревожности и депрессии.

Кроме того, существенное влияние на психическое здоровье может оказывать наличие абьюзивных отношений, когда один партнер систематически испытывает физическое, эмоциональное или психологическое насилие. Такой опыт не только подрывает самооценку жертвы, но и нередко ведет к нарушениям в формировании доверительных межличностных связей. Лица, пережившие домашнее насилие, могут испытывать посттравматический стресс, отражаясь на их социальной адаптации и способности строить здоровые отношения в будущем. Ситуация усугубляется, если в семейной среде отсутствует поддержка и понимание со стороны членов семьи, что увеличивает чувство изоляции.

Другим важным аспектом является влияние неудовлетворенности в семейной жизни на общее психическое состояние. Пары, не способные преодолевать эмоциональные барьеры или генерировать активное взаимодействие, могут испытывать глубокое разочарование и скуку, что снижает уровень счастья и удовлетворенности жизнью. Это порождает замкнутый круг, где эмоциональная отстраненность между супругами усугубляет уже существующие психоэмоциональные расстройства. Таким образом, негативные аспекты семейной жизни могут не только ухудшать психическое здоровье, но и препятствовать его восстановлению, требуя активного вмешательства и изменения динамики отношений для достижения эмоционального благополучия.

Влияние семейных факторов на психическое здоровье играет ключевую роль в формировании общего благополучия индивида. Семья является первой социальной ячейкой, где люди осваивают навыки общения, решают конфликты и разрабатывают стратегии эмоциональной поддержки. Все перечисленные аспекты могут значительно повлиять как на индивидуальное психологическое состояние, так и на общее семейное климат.

Коммуникация в пределах семейной системы выступает в качестве основополагающего элемента, который формирует взаимодействия между ее членами. Открытый и искренний диалог способствует пониманию и принятию различий, что может снизить уровень тревожности и депрессии среди близких. Напротив, недостаток конструктивного общения может привести к возникновению недопонимания и накоплению незавершенных конфликтов. Таким образом, поддержка эффективной коммуникации может служить защитным фактором, который способствует психическому здоровью членов семьи.

Конфликты, в свою очередь, являются неизбежной частью семейной динамики. Они могут возникать из-за различий во взглядах, потребностей и ожиданиях. Важно отметить, что сами по себе конфликты не являются негативным явлением; их решение может привести к укреплению отношений при условии, что они разрешаются конструктивно. Неумение решать споры и избегание их могут усугубить стресс и вызвать чувство изоляции, что, в свою очередь, негативно сказывается на психическом здоровье. В этом контексте способность семьи справляться с конфликтами имеет критическое значение для поддержания стабильного эмоционального фона.

Эмоциональная поддержка является третьим основным моментом, который в значительной степени влияет на психическое здоровье в семье. Члены семьи, предоставляющие друг другу поддержку, способны создать атмосферу доверия и безопасности. Такой климат позволяет каждому индивиду проявлять уязвимость и делиться личными переживаниями без страха осуждения. Эмоциональная привязанность и

готовность поддержать друг друга в трудные времена способны снижать уровень стресса и развивать устойчивость к внешним стрессорам. Именно эффективное взаимодействие через коммуникацию, конструктивное разрешение конфликтов и активная эмоциональная поддержка формируют здоровую семейную среду, которая способствует психическому благополучию.

Заключение. Семейная жизнь играет ключевую роль в формировании психического здоровья индивидов. Это влияние проявляется через широкий спектр взаимодействий и эмоциональных связей, которые создаются в рамках семейных отношений. Психологическая поддержка, предоставляемая членами семьи, может значительно смягчить стрессовые реакции на внешние обстоятельства и, в свою очередь, укрепить ментальное благополучие. С другой стороны, дисфункциональные отношения внутри семьи могут стать источником хронического стресса, способствующего развитию различных психических заболеваний, таких как депрессия или тревожные расстройства.

Анализ современных исследований показывает, что здоровье психики человека в значительной мере зависит от качества его семейных связей. Поддержка, принятие и совместные действия в рамках семьи могут выступать в качестве защитных факторов, способствующих адаптации к жизненным трудностям. В то же время, конфликты, отсутствие взаимопонимания и эмоциональная изоляция могут усугублять хронические состояния и вызывать долгосрочные негативные последствия для психического состояния. Поэтому стратегическое развитие методов гармонизации семейных отношений становится неотъемлемой частью психопрофилактики и психотерапии.

В заключение, важно отметить, что семейная жизнь не является односторонним процессом; она представляет собой динамичную систему, в которой взаимодействуют различные факторы, влияющие на психическое здоровье. Для эффективного продвижения к избавлению от психологических проблем необходимо активное участие всех членов семьи в создании здоровых коммуникаций и поддерживающей среды. Следовательно, изучение и поощрение положительных аспектов семейной жизни может способствовать не только индивидуальному благополучию, но и улучшению качества жизни в обществе в целом. Это подчеркивает необходимость внедрения программ, направленных на развитие навыков межличностного общения и эмоциональной поддержки в семейной среде, что представляет собой ключевой шаг к улучшению общественного психического здоровья.

Список использованных источников:

1. Бодалев А.А. Психология общения. — М.: Педагогика, 2001.
2. Столин В.В. Самосознание личности. — М.: Наука, 2005.
3. Соколова Е.Т. Гендерные изменения в структуре семьи. — М.: ЛКИ, 2015.
4. Каган М.С. Социальная философия. — СПб.: Питер, 2018.
5. Иванова И.Н. Социальная устойчивость семьи в условиях экономических изменений. — Новосибирск, 2020.
6. Нечаева М.Г. Ресурсы социальной поддержки и адаптация семьи. — Вестник ТГУ, 2021.

Махмудова Саидапошишохон Зиёвиддиновна

Национальный университет Узбекистана имени Мирзо Улугбека

филиал Джизака

s.a.a.b.a.s.k9499@gmail.com

АДАПТАЦИЯ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ

Аннотация: В статье рассматриваются особенности адаптации семейной жизни в условиях изменяющегося общества. Анализируются факторы, влияющие на устойчивость семьи, такие как эмоциональная зрелость, социальные ресурсы и баланс ролей.

Ключевые слова: семья, адаптация, социальные изменения, гендерные роли, устойчивость, поддержка, кризис

Abstract: The article examines the peculiarities of family life adaptation in a changing society. It analyzes factors that influence family stability, such as emotional maturity, social resources, and role balance.

Keywords: family, adaptation, social change, gender roles, stability, support, crisis

Введение. Исторический контекст семейной жизни представляет собой многосложное сочетание социальных, экономических и культурных факторов, формировавших структуру и функции семьи на протяжении веков. С древнейших времён семья воспринималась как основная ячейка общества, играющая ключевую роль в обеспечении выживания и биологического продолжения рода. В большинстве сообществ первобытного общества следует выделить патриархальные процессы, где доминирование мужчин определяло семейные отношения и распределение ролей. В то время как женщины обычно занимались домашним хозяйством и воспитанием детей, мужчины осуществляли добычу пищи и защиту семьи.

С переходом к аграрному состоянию общество изменилось в корне. В аграрных обществах семейные связи стали более сложными на фоне увеличения численности населения и образованием новых форм родства, таких как расширенные семьи. К тому же, во многих культурах роль семьи связывалась с системой наследования, что влияло на социальный статус и права её членов. Примером такого явления является городская семья в средние века, где влияние церкви и феодального устройства привнесло новые аспекты в организацию семейных взаимоотношений. С распространением капитализма в XVIII-XIX веках, а также с течением времени, произошли значительные изменения в концепции семьи, что вовлекло её в новые экономические реалии. Роль женщин в семье менялась; им стала доступна возможность участвовать в экономической деятельности и получать образование, что привело к постепенно возрастающей эмансипации и переосмыслению традиционных гендерных ролей.

Современные тенденции в семейной жизни отражают нарастающие изменения, вызванные урбанизацией, глобализацией, и культурными преобразованиями. В наше время наблюдается разнообразие моделей семьи, включая однополые браки, бездетные пары и единокровные семьи, что наглядно демонстрирует отказ от традиционных норм. Однако, несмотря на эти изменения, семейные ценности — такие как взаимопонимание, поддержка и забота — остаются важными элементами как в историческом, так и в современном контексте. Такие трансформации подчеркивают необходимость пересмотра и адаптации института семьи в рамках широкой социально-экономической и культурной реальности, что в свою очередь указывает на динамичный характер семейной жизни в современном обществе.

Социальные изменения оказывают значительное влияние на структуру и функционирование семейных отношений, непосредственно затрагивая динамику взаимоотношений, распределение ролей и ожидания, связанные с семьей. В современном

обществе, характеризующемся глобализацией, урбанизацией и стремительными технологическими преобразованиями, традиционные семейные модели подвергаются серьезным испытаниям. Растущее многообразие форм семейного устройства, таких как неполные семьи, однополые партнерства и совместное проживание без официальной регистрации брака, демонстрирует сложность и изменчивость современных семейных реалий.

Важным аспектом социального изменения является изменение гендерных норм и ролей, что приводит к перераспределению ответственности внутри семьи. Например, возрастающая роль женщин в экономике и профессиональной жизни вызывает необходимость в переосмыслении традиционных представлений о лучшем для женщины месте в семье. Это, в свою очередь, влияет на модели воспитания детей и взаимодействие между супругами. Кроме того, мобильность и миграция, характерные для современного общества, нередко приводят к разделению семей, что вызывает эмоциональное напряжение и трудности в поддержании семейных связей, особенно среди молодежи.

Технологическое развитие также играет ключевую роль в трансформации семейных отношений. Распространение цифровых технологий и социальных медиа не только меняет способы общения и взаимодействия между членами семьи, но и значительно воздействует на их восприятие друг друга и внешнего мира. Появление новых форм коммуникации, таких как видеозвонки и мессенджеры, предоставляет возможность поддерживать связь на расстоянии, однако может также способствовать вытеснению непосредственного человеческого взаимодействия и углублению чувства одиночества. Такие факторы подчеркивают необходимость адаптации семейных стратегий к новым социальным реалиям, что, в свою очередь, требует от членов семьи гибкости, понимания и способности к конструктивному разрешению конфликтов. В конечном счете, осознание и анализ социальных изменений позволяют создавать более устойчивые и гармоничные семейные системы, адаптирующиеся к вызовам времени.

Технологии, с их стремительным развитием, становятся неотъемлемой частью современных семейных отношений, формируя новые динамики как в позитивном, так и в негативном аспектах. Главное преимущество технологий заключается в их способности расширять коммуникационные возможности. Социальные сети, мгновенные мессенджеры и видеозвонки позволяют членам семьи поддерживать связь, даже находясь на расстоянии. Это особенно важно для семей, разделенных географическими границами, где каждый член может участвовать в важнейших событиях, таких как дни рождения или юбилеи, благодаря современным средствам связи. Более того, использование технологий способствует обмену информацией и опытом, позволяя родителям и детям обсуждать проблемы и находить совместные решения в режиме реального времени.

Однако наряду с позитивными аспектами, технологии также могут стать источником конфликтов и недопонимания в семейных взаимоотношениях. Чрезмерное увлечение цифровыми устройствами и платформами может приводить к эмоциональной изоляции, когда члены семьи физически присутствуют друг с другом, но эмоционально остаются дистанцированными. Неправильное употребление технологий, например, чрезмерное времяпровождение за экранами, способно отрицательно сказываться на детях, особенно в контексте формирования социальных навыков и эмоционального интеллекта. Существуют и вопросы конфиденциальности, когда личные границы могут быть нарушены через неуместный доступ к личным сообщениям или профилям в социальных сетях.

Поэтому необходим баланс в использовании технологий в семейной жизни, что требует от родителей активного участия в образовательных процессах цифровой грамотности. Семьи должны учиться устанавливать правила использования устройств и использовать технологии как средство для улучшения взаимодействия и удовлетворения эмоциональных потребностей. Эффективная интеграция технологий в семейные отношения требует осознанного подхода, где знание возможностей и вызовов, связанных с цифровой эпохой, станет важной составляющей успешного семейного взаимодействия.

Таким образом, в современных условиях, технологии могут как объединять, так и разъединять, и их роль в семейных отношениях остается многогранной и требует тщательного рассмотрения.

Заключение. В заключении данного исследования важно подчеркнуть, что адаптация семейной жизни в современном обществе представляет собой многогранный процесс, охватывающий различные аспекты человеческого существования. Социальные, экономические и культурные изменения, происходящие в мире, значительно влияют на структуру и динамику семейных отношений, что приводит к необходимости осмысления традиционных норм и ценностей, которые до сих пор формируют наше представление о семье. В сложной реальности XXI века семьи вынуждены адаптироваться к новым требованиям, которые порой вступают в противоречие с устоявшимися обычаями.

Современные технологии, включая интернет и социальные сети, также оказывают значительное влияние на семейные структуры и взаимодействия. Они обеспечивают возможность для новых форм общения и совместной деятельности, однако открывают и новые вызовы, такие как риск изоляции или утраты традиционных форм взаимодействия. Для успешной адаптации острая необходимость в формировании гибких и открытых к переменам моделей семейного поведения становится важным элементом. Важно учитывать не только индивидуальные особенности членов семьи, но и общий контекст, в котором она существует.

В свете вышеизложенного, следует выделить, что успешная адаптация семейной жизни зависит от способности семьи к диалогу и сотрудничеству, а также от готовности принимать изменения и конструктивно преодолевать возникающие сложности. Нормативное переосмысление семейных ролей и обязанностей, активное участие всех членов в обсуждении ключевых вопросов, а также поддержка внешних социальных структур могут способствовать созданию устойчивой и гармоничной семейной среды. Таким образом, адаптация семейной жизни не является лишь обязательной реакцией на вызовы времени, а представляет собой активный и творческий процесс формирования нового понимания семьи в условиях динамично изменяющегося общества.

Литературный обзор:

1. Бодалев А.А. Психология общения. — М.: Педагогика, 2001.
2. Столин В.В. Самосознание личности. — М.: Наука, 2005.
3. Юрьева Е.В. Социальная адаптация семьи: социологический аспект. — СПб.: Изд-во РГПУ, 2017.
4. Михайлова Н.А. Эволюция семьи в XXI веке. — М.: Институт социологии РАН, 2020.
5. Панкова А.С. Конфликты в семье и пути их разрешения. — Казань, 2019.

Shukurullayev Xamidulla Nurilla o'g'li
O'zbekiston milliy pedagogika universiteti
mustaqil taqdiqotchisi

TALABALAR JAMOASIDA SHAXSLARARO MUNOSABATLARNI TAKOMILLASHTIRISHNING MUHIM AMALIY JIHATLARI

Annotasiya: Zamonaviy texnologiya asri davrida Samarali muloqot ko'nikmasi ta'lim uchun juda muhimdir. Talabalar jamoasini rivojlantirish orqali muloqotda, o'z fikrini bayon etishda tajribani oshirish va natijada ta'lim samaradorligini oshirish mumkin. Ta'lim muhitida talabalar jamoasida shaxslararo munosabatlar shakllanishining psixologik jihatlari ta'sir usullari va o'rganishga bag'ishlangan tadqiqotlarni ko'rib chiqilishi va ularni o'quv vazifasining tuzilishi shaxslararo muloqot ko'nikmalari munosabat nuqtai nazaridan qayta tahlil qilinadi. Keyinchalik ushbu tahlil aqlning chalg'ishi, munosabatlarda birma-bir harakat va tekshirishga oid nazariy qarashlar bilan uyg'unlashadi. Kelajakda talaba shaxsi yaxshi suhbatdosh va psixologik muloqot ko'nikmalarini egallagan shaxsga aylanishi uchun metodik mashg'ulotlar ham ahamiyatligi yoritib o'tiladi.

Kalit so'zlar: Psixologik ta'sir, muloqot, passiv tinglash, ichki diqqat, gipoteza, talabalar jamoasi, talabaning fikirlash faoliyati, ledirlik, verbal va noverbal ta'sir, o'quv faoliyati, o'rganish obekti,

Kirish. Talabalar jamoasida shaxslararo munosabatlarni takomillashtirish nafaqat nazariy yondashuvlar orqali, balki aniq rejalashtirilgan, tizimli va bosqichma-bosqich amalga oshiriladigan amaliy faoliyatlar orqali ham ta'minlanadi. Bu borada, psixologik-pedagogik tadbirlarning uzviyligi, rivojlantiruvchi metodikalar, trening mashg'ulotlari va diagnostik tahlillarning uyg'un qo'llanilishi muhim o'rin tutadi. Shaxslararo munosabatlar har bir talabaning jamoadagi ijtimoiy pozitsiyasini, muloqotdagi madaniyatini, emotsional barqarorligini va ijtimoiy rollarga moslashuv darajasini belgilovchi muhim mezondir. Shu boisdan, ushbu jarayonni ijobiy yo'nalishda shakllantirish uchun amaliy vositalarni aniqlashtirish va ularni tizimli tatbiq etish muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

Amaliy jihatdan qaralganda, shaxslararo munosabatlarni takomillashtirishda psixologik trening mashg'ulotlari eng samarali yo'llardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, ijtimoiy-psixologik treninglar orqali talabalar bir-biri bilan ochiq va ishonchli muloqotga kirishish, o'zini ifoda etish, boshqalarning hissiyotlarini anglash, empatiya va hamkorlikni kuchaytirish ko'nikmalarini egallaydilar. Trening jarayonida beriladigan rolli o'yinlar, muammoli vaziyatli muloqotlar, mashqlar va refleksiv topshiriqlar orqali talabalar o'zlarining kommunikativ pozitsiyalarini baholaydilar va ijtimoiy xatti-harakatlarini ongli boshqarishga o'rganadilar. Bu esa o'z navbatida ijtimoiy mas'uliyat, madaniy muloqot va jamoadagi ijtimoiy uyg'unlikni kuchaytirishga xizmat qiladi.

Bundan tashqari, shaxslararo munosabatlarni takomillashtirishning yana bir muhim amaliy yo'li — bu guruhda ijtimoiy faollikni tashkil etish, ya'ni talabalarni hamkorlikdagi loyihalar, ijtimoiy aksiyalar, jamoaviy tadbirlar, bahslar va muhokamalarga jalb etishdir. Ushbu faoliyatlar orqali talabalar bir-biri bilan bevosita muloqotda bo'lib, o'zaro tushunish, madaniy muomala va kelishuvchanlikka intilishda real tajriba orttiradilar. Bunday mashg'ulotlarda rahbarlik qilish, fikrini ochiq bildirish, o'zini muhokamalarda tutish, boshqalarni tinglash kabi ko'nikmalar shakllanib boradi. Bu esa nafaqat kommunikatsion malakalarni, balki ijtimoiy rollar bilan uyg'unlashishni, o'z-o'zini anglash va ijtimoiy jihatdan yetuk shaxs bo'lib shakllanishni rag'batlantiradi.

Jumaldan, talabalar jamoasida shaxslararo munosabatlarni takomillashtirishning amaliy jihatlari ko'p bosqichli, rejalashtirilgan va nazorat ostida olib boriladigan tizimli yondashuvni talab etadi. Bunda har bir faoliyat turi o'zining maqsadiga, formatiga va psixologik ta'sir doirasiga ko'ra sinchkovlik bilan tanlanishi lozim. Faqat ana shunday integratsiyalashgan va ilmiy asoslangan

amaliy chora-tadbirlar orqali shaxslararo aloqalarda barqarorlik, do'stona muhit va psixologik farovonlikka erishish mumkin bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Лебон Г. Психология народов и масс. – М.-СПб: Макет, 1995.- С.58.
2. Лозанов Г. Суггестопедия – Десуггестиве Теасхинг Коммунисативе Метхон тхе Левел оф тхе Хидден Ресервес оф тхе Хуман Минд. — Виенна: Интернационал Центре фор Десуггестологй, 2005. — 140 п.
3. Лабунская, В.А. Психология затрудненного общения: Теория. Методы. Диагностика. Коррекция: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / В.А. Лабунская, Ю.А. Менджерицкая, Е.Д. Бреус. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 288 с
4. Alfred Adshou What Life Should Mean to You Martino Fine Books, 2024, 310 p. ISBN: 978-1684229024
5. Allport Gordon W. Pattern and Growth in Personality Harcourt College Publishers, 1991, 308 p, ISBN: 978-0030108105
6. Albert Bandura Social Learning Theory Taylor & Francis, 2021, 261 p, ISBN: 978-104009271
7. Abraham Maslow Ascending Life: Practical Applications of Maslow's Hierarchy for Professional Fulfillment Independently Published, 2010, 250 p, ISBN: 978-0996453954
8. Carl G. Jung Two Essays on Analytical Psychology Martino Fine Books, 2001, 300 p, ISBN: 978-1684229000
- Eric Berne Transactional Analysis in Psychotherapy Rare Treasure Editions, 2022, 296 p, ISBN: 978-1774646748.
9. Skinner F.B. Reflections on Behaviorism and Society (Extended Edition) Sloan Publishing, 2004, 250 p, ISBN: 978-0996453954
10. www.unimelb.edu.au,
11. <https://nus.edu.sg>,
12. <https://en.snu.ac.kr>,
13. <https://www.sorbonne-universite.fr/en>.

Ismoilova Z.S

studentka Karshinskogo Mejdunarodnogo Univeriteta 1- kursa

O'SMIRLARDA XULQIY OG'ISHLAR NAMOYON ETILISHINI O'RGANISHNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'smirlarda xulqiy og'ishlar namoyon etilishini o'rganishning o'ziga xos xususiyatlari hamda o'smirlik davridagi xulq og'ishlariga taalluqli ayrim umumiy jihatlarni ijtimoiy psixologiya fani nuqtai nazaridan tadqiqotlar, jamiyat taraqqiyotida o'smirlarning o'zaro munosabati va ularning ziddiyatli vaziyatlardagi xulq-atvori muammosining zarurligini ko'rsata oluvchi va uning "metodologik ildizlarini" asoslab bera oluvchi ilmiy tadqiqotlar yoritib berilgan. Shuningdek maktab va litsey o'quvchilari o'rtasida nizoli vaziyatlarni o'rganish uchun aniq xulosa va tavsiyalar ishlab chiqolgan.

Kalit so'zlar: psixologik jarayonlar, o'smirlik, xulq og'ishlari, etika, etnografiya, tarix, sotsiologiya, qiyosiy-tipik tahlil.

Аннотация: В данной статье исследуются особенности изучения проявления поведенческих отклонений у подростков и некоторые общие аспекты, связанные с поведенческими отклонениями в подростковом возрасте, с точки зрения социальной психологии, взаимодействия подростков в развитии общества и общества. Выделены научные исследования, которые могут показать необходимость проблемы их поведения в конфликтных ситуациях и обосновать ее «методологические корни». Также были разработаны конкретные выводы и рекомендации по изучению конфликтных ситуаций между школьниками и лицеистами.

Ключевые слова: психологические процессы, подростковый возраст, поведенческие отклонения, этика, этнография, история, социология, сравнительно-типический анализ.

Abstract: In this article, the peculiarities of studying the manifestation of behavioral deviations in adolescents and some general aspects related to behavioral deviations in adolescence are studied from the point of view of social psychology, the interaction of adolescents in the development of society. and the scientific studies that can show the necessity of the problem of their behavior in conflict situations and justify its "methodological roots" are highlighted. Also, specific conclusions and recommendations were developed for the study of conflict situations between school and lyceum students.

Key words: psychological processes, adolescence, behavioral deviations, ethics, ethnography, history, sociology, comparative-typical analysis.

Kirish. Insoniyat paydo bo'lganidan e'tiboran farzandlarining barkamol voyaga etishi jamiyatda muhim muammo sifatida qarab kelingan. Chunki, jamiyat mavjud ekan, insonga xos barcha sifatlar, mafkuraviy qarashlar uning xarakteriga, ongiga, tafakkuriga singdirib boriladi. Tarbiyaning maqsadi, mazmuni va unga qo'yiladigan talablar jamiyat o'zgarishi, davr o'tishi va zamon rivojlanishi bilan ham o'zgarib boraveradi.

Bugungi kunda O'zbekistonda barqarorlashib borayotgan ijtimoiy-siyosiy vaziyatni idrok qilishning natijasi har bir shaxsda paydo bo'layotgan psixologik holatlar, psixologik jarayonlar u yoki bu tarzda shaxsdan kuchli bilim va tajribalarni talab etmoqda.

Har qanday xalqning, davlatning, yoki millatning ma'naviy taraqqiyoti darajasi o'sha davlatda, yurtda mavjud ma'naviy boyliklar ko'lami butun bir xalq yoki har bir insonning ma'naviy-ma'rifiy barkamolligi bilan o'lchanadi. Insoniyat tafakkuri necha ming yillik tarixga ega bo'lsa, uning har bir bosqichida o'ziga xos bilim va g'oyalar vujudga kelgan.

Mavzu bo'yicha adabiyotlar tahlili. Ma'lumki, psixologiya fanida aynan o'smirlik davri va o'smirlik davridagi xulq og'ishlari muammosiga bag'ishlangan va uning barcha yo'nalishlarini batafsil bayon etishga qodir ilmiy adabiyotlar yetarli bo'lmasa-da, bugungi kunda fan olamida va jamiyat taraqqiyotida o'smirlarning o'zaro munosabati va ularning ziddiyatli vaziyatlardagi xulq-

atvori muammosining zarurligini ko'rsata oluvchi va uning "metodologik ildizlarini" asoslab bera oluvchi ilmiy tadqiqotlarni alohida qayd etish mumkin.

Mazkur adabiyotlarni tahlil qilar ekanmiz, o'smirlik davridagi xulq og'ishlariga taalluqli ayrim umumiy jihatlarni ijtimoiy psixologiya fani nuqtai nazaridan tadqiq qilishimizga to'g'ri keladi. Chunonchi, barcha tadqiqotchilar ham psixologiyaning metodologik tamoyillariga amal qilgan holda o'smirlik davridagi xulq og'ishlari uchun muhim bo'lgan u yoki bu jihatni nazariy-ilmiy tarzda asoslab berganlar. Bular ichida o'smirlarning xulq-atvori uchun muhim nazariy-ilmiy ahamiyat kasb etuvchi ijtimoiy psixologik vazifalarni aniqlashga qaratilgan tadqiqotlarni Andreyeva G.M., Zabrodin YU.M., Karnegi D., Karimova V.M., Parigin B.D., Snigireva T.V., Filippov A.V., YAdov V.A., G'oziev E.G.; Grimak L.P., Lomov B.F., Leytes N.S., Golubeva E.A., Petrovskiy V.A., Rubinshteyn S.L.; ijtimoiy ustanovka bilan bog'liq tadqiqotlarni Asmolov A.G., Nadirashvili SH.A., Uznadze D.N., Shixirev P.N., Allpokt G.W., shaxsga munosabat tizimi asosida yondashuv istiqbollari bag'ishlangan tadqiqotlarni Zdravomislov A.G., Kuzmin E.S., Lazurskiy A.F., Muksinov R.I., Stolin V.V., Bogoslavskiy V.V.; ta'lim muassasalarida psixologik xizmat modelini tadqiq qilishga bag'ishlangan tadqiqotlarni Breynshteyn M.S., Dubrovina I.V., Kala U.V., Rudik V.V., Leymets X.O., Mattes G.O., Pratuivich YU.M., Sierd YU.L. alohida qayd etish mumkin. Bu esa o'smirlarning ziddiyatli vaziyatlardagi xulq-atvori jarayonining bugungi kundagi ayrim dolzarb jihatlari, muammolari va uning yechimlari haqida o'ylashga, fikr mulohaza yuritishga va o'z tadqiqotimiz vazifalarini belgilab olishga nazariy-ilmiy va metodologik manba sifatida yordam beradi, deb o'ylaymiz. Ayniqsa, olimlar tomonidan bugungi kunda ijtimoiy-psixologik hodisalarga inson taraqqiyoti va qadriyatlari asosida yondoshuv muammosining (M.G.Andreeva, YU.M.Zabrodin, D. Karnegi, E.G'oziev, V.M.Karimova, I.S.Kon, C.I. Koralev, B.D.Parigin, E.V.SHoroxova) va shaxs va faoliyat uyg'unligini ta'minlashga xizmat qiluvchi psixologik yondashuvni ta'minlash muammosining L.S.Vigotskiy, M.G. Davletshin, U.Djeys, A.G.Kovalev, A.N.Leontev, A.V.Petrovskiy, S.L. Rubinshteyn, V.A.Tokareva, E.Fromm, Kodirov B.R.) o'rta tashlanishi o'smirlarning ziddiyatli vaziyatlardagi xulq-atvori metodologiyasi haqida jiddiyoq o'ylashni va mulohaza yuritishni taqozo etmoqda.

Bugungi psixologiya fani taraqqiyoti an'analari bilan bog'liq inson psixologiyasini, uning jamiyatdagi ijtimoiy faolligi va ijtimoiy tabiatidan ajratib bo'lmaydi. Shu nuqtai nazardan, inson omillarini va uning jamiyatdagi ijtimoiy jarayonlarini to'g'ri va samarali boshqarish jarayoni jamiyatga va jamiyat a'zolariga psixologik xizmat ko'rsatish muqarrarligini talab qiladi. Vaholanki, iqtisod, huquq, etika, etnografiya, tarix, sotsiologiya va shu kabi barcha fanlarning o'zaro mustahkam hamkorligi natijasida inson psixologiyasining amaliy muammolari hal etilishi lozim.

O'smirlik davri eng murakkab va shu bilan birga muhim taraqqiyot bosqichidir. Ilk o'smirlik 11-13 yoshni, katta o'smirlik - 14 - 15 yoshlarni o'z ichiga oladi. O'smirlik - organizm taraqqiyotidagi shiddat va notekislik bilan xarakterlanib, bu davrda tananing intensiv tarzda rivojlanishi va suyaklarning qotishi ro'y beradi. Yurak va qon tomirlar faoliyatida ham notekislik bo'lib, bu ham bola fe'lining o'zgaruvchan, dinamik va ba'zan noma'qulliklar va noqulayliklarni keltirib chiqaradi. Bular albatta asab tizimiga ham o'z ta'sirini ko'rsatib, bola tezga achchiqlanadigan yoki tormozlanish yuz berganda anchagacha depressiya xolatidan chiqolmaydigan tushkunlikda qolishi ham mumkin.

Maktab va litsey o'quvchilari o'rtasida nizoli vaziyatlarni o'rganish uchun biz amerikalik olim psixolog N. K.Tomasning testidan foydalandik. Bu test 1973 yilda psixolog N.V. Grishina tomonidan adaptatsiya qilingan. Mazkur metodika shaxsning ziddiyatli vaziyatlardan chiqib ketish uchun o'z-o'zini muxofaza qilishga qaratilgan ma'lum yo'nalishni tanlashi va shu asosida o'z - xulq atvoridagi bahs munozaraga, o'zaro hamkorlikka, o'zaro kelishuvga, o'zini chetga olishga, o'zini moslashtirishga qaratilgan ichki etakchi harakat motivatsiyasini aniqlashga qaratilganligi bilan xarakterlanadi. Binobarin mazkur metodika yordamida u yoki bu o'smirdagi ma'lum psixologik himoya imkoniyatlari haqida tegishli mulohazalar yuritish mumkin.

N.Tomasning takidlashicha, nizoli vaziyatlarda har bir shaxs o'ziga xos (tipik) harakat usulini tanlaydi. Ushbu harakat usulini o'rganib olish orqali bu shaxslar bilan nizolarni hal etish usuliga ega bo'lishi mumkin.

Metodikani qo'llash tartibi: Sinovchiga 30 juftlikdan iborat savolnoma taqdim etiladi va har bir savolnomadagi juftlikdan faqat bittasini ya'ni o'z xoxishlariga mos keladiganini tanlash va belgilash tavsiya qilinadi. Undan so'ngra xar bir tanlangan juftlikdagi savol ("a" yoki "b") metodika kaliti asosida baholanadi.

Mazkur metodika yordamida shaxs ichki motivatsiyasi va shaxslararo munosabatdagi ziddiyatlarni bartaraf etish va ziddiyatli holatlarni boshqarish individual uchun xarakterli holatlarni belgilab olinadi. Yana shuni aytish joizki, ziddiyatlar tipologiyasiga asoslanib K.Tomas bu jarayon uchun, etakchi bo'lgan ikki hol xulq-atvor yo'nalishini belgilaydi. Ya'ni, birinchisi, kooperatsiya konfliktga jalb etilgan shaxsning o'zgalarga qiziqishga o'z diqqatini qaratganligi bo'lsa, ikkinchisi ziddiyatga kirishgan o'z shaxsiy qiziqishlarini himoya qilish uchun o'ta qat'iylikni namoyon etishini o'z ichiga oladi.

Binobarin mazkur ikki yo'nalish yoki mezon asosida K.Tomas ziddiyatlarni bartaraf etishga qaratilgan quyidagi individual uslublarni tavsiya etadi: Bu test 30 ta savoldan iborat bo'lib nizoli vaziyatlarga nisbatan shaxsning harakat reaksiyasini 5 yo'nalish bo'yicha aniqlaydi.

A) Bahs-munozara (raqobat) o'zgalarni engish hisobiga qiziqishlarini qondirishga erishish uchun intilish.

B) Hamkorlik-vaziyat ishtirokchilari muqobillikka keladilar, bu muqobillik ikkala tomon manfaatlarini qondirishga xizmat qiladi.

V) Kelishuv (kompromiss) – o'zaro bir-biriga yon berish yo'li orqali ziddiyatli vaziyat ishtirokchilarining bir murosaga kelishi.

G) O'zini chetga olish – o'z maqsadlari va o'zgalar maqsadlarini birdek amalga oshirish uchun yo'naltirilgan harakatda faol ishtirok etmaslikka moyillik.

D) Moslashish – bahs munozaraga kirishmasdan o'z shaxsiy qiziqishi va manfaatlarini o'zgalar faoliyati uchun qurbon qilishga tayyorlik.

Mazkur usulni qo'llash orqali respondentlarning ziddiyatli vaziyatga nisbatan faolligini namoyon etuvchi xulq-atvor motivatsiyasi ko'rinishlariga baho berishi haqida tegishli tasavvurga ega bo'lish mumkin.

Endi o'smirlikning bevosita ziddiyatli holatni bartaraf etishga qaratilgan individual xulq-atvor motivatsiyasi ko'rsatkichlari tahliliga o'tamiz. Chunki mazkur yo'nalishdagi tahlil asosida ziddiyatli holatlarda o'smir ichki motivatsiyasida namoyon bo'ladigan psixologik muxofaza imkoniyatlari haqida tegishli empirik ma'lumotlarga ega bo'lish mumkin. Ushbu test natijalarini tahlil qilishdan asosiy maqsad: o'smirlik davri uchun xarakterli bo'lgan xususiyatlarni aniqlash, ikkinchidan har bir o'smir uchun ziddiyatli holatni bartaraf etishga qaratilgan individual-psixologik ziddiyatli vaziyatlarda o'smirlar xulq atvorini bilish, uchinchidan, umuman o'smirlik davri uchun xarakterli bo'lgan 5 yo'nalishdagi ("A", "B", "V", "G", "D") barcha ziddiyatli vaziyatlarda o'smirlar xulq atvori ko'rsatkichlarini qiyosiy-tipik tahlil qilish va tegishli qonuniyatlarni o'rganishdan iboratdir.

Nizoli vaziyatda tanlangan harakat usullari jadvali

№ O'quvchilarning ismi-sharifi Raqobat Hamkorlik Kelishuvchanlik Nizodan qochish yoki o'zini olib chiqish Moslashuvchanlik. 1-jadval

№	O'quvchilarning ismi-sharifi	Raqobat	Hamkorlik	Kelishuvchanlik	Nizodan qochish yoki o'zini olib chiqish	Moslashuvchanlik
1	Alimova Iroda	12	3	5	6	4
2	Botirova Gulruh	4	7	7	7	5

3	Bahromov Sardor	8	5	6	3	8
4	Bahromov Nodir	9	6	3	4	4
5	Karimov Dilshod	5	5	6	5	9
6	Sobirova Nigina	3	6	6	5	10
7	Elov Oybek	6	6	7	5	6
8	SHavkatov Oxun	8	6	4	8	4
9	Izzatova Laylo	7	7	3	7	6
10	Ozodov Jamshid	5	8	6	6	5
11	Salohiddinov. L.	8	6	9	2	5
12	Azizova. F.	7	8	3	7	5
13	Kozimova.Z.	9	4	6	5	6
14	Kamolov .B.	11	6	6	3	4
15	Ochilov. E.	3	9	6	6	8
16	Tillojev.L.	5	6	7	3	9
17	Nematov.K.	7	4	4	6	9
18	O'roqov. A	7	5	6	7	5
19	Xolliyeva. M.	6	5	6	5	8
20	Qodirova. D	7	6	5	5	7

Xulosa. Turli yosh davrlarida sodir bo'ladigan bunday o'zgarishlar shaxs turmushi va uning hayoti uchun juda muhim bo'lgan xususiyat hisoblanadi. Ishimiz davomida yosh inqirozlari va ular keltirib chiqarishi mumkin bo'lgan o'zgarishlarni, sodir bo'ladigan biologik va psixologik o'zgarishlarni izchil tarzda yoritib berishga harakat qildik.

"Barchamiz yaxshi bilamizki, kelajak avlod haqida qayg'urish, sog'lom, barkamol naslni tarbiyalab etishtirishga intilish bizning milliy xususiyatlarimizdir..." deb takidlagan edi O'smirlik davri boshqa yosh davrlariga nisbatan juda murakkab davr ekanligini inoabtga olgan holda tadqiqotimizda shaxs sifatida shakllanish tamoyillari, uning o'ziga xos jihatlarining ilmiy metodologik va amaliy jihatlar tahlil qilib berildi.

O'ylaymizki, tadqiqot davomida olingan ma'lumotlari va shu asosda ishlab chiqilgan tavsiyalar asosida ota-onalar, maktab psixologlari, ta'lim muassasa o'qituvchilar va murabbiylar pedagogik psixologik ishlarni tashkil qilsa maqsadga muvofiq bo'lar edi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Gamezo A. «Atlas po psixologii» Moskva 2001y.
2. Davletshin M. G. «Umumiy psixologiya» T-2000y.
3. Nemov R. S. «Psixologiya» T. 1.M. 1998y.
4. Karimova V. M. «Psixologiya» T.SHarq 2002y.

5. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya asoslari. - T.: O'qituvchi. 1994.
6. Karimova V.M. Psixologiya. O'quv qo'llanma. - T.: A.Qodiriy nomli xalq merosi nashriyoti. 2002.
7. Karimova V., Akramova F. Psixologiya / Ma'ruzalar matni. T., 2002.
8. Karimova V.M. Targ'ibotning psixologik uslublari. - T.: Ma'naviyat. 2000.
9. Karimova V.M. Ota-ona kasbi - baxt kaliti. T., 2002.
10. Karnegi D. Kak zavoevat družey i okazıvat na nix vliyanie. - M.: Progress. 1990.
11. Nemov R. S. «Psixologiya» T. 1.M. 1998y
12. Oila psixologiyasi . prof. G'.SHoumarov tahriri ostida. - T.: SHarq NMK. 2001
13. Petrovskiy I. V. «Umumiy psixologiya» «O'qituvchi», 1992y.
14. G'oziev E. Psixologiya. O'quv qo'llanma. - T.: «O'qituvchi», 1992. - 222 b.

Internet manbalari:

- a. <http://www.lib.psichology.msu.ru>
- b. <http://www.lib.psichology.ru>

Rajabboyev Asror Alisherovich
Abu Rayhon Beruniy nomidagi
Urganch davlat universiteti mustaqil izlanuvchisi
Elektron pochta: asror@urdu.uz
tel: +998 93 676 20 92

ZAMONAVIY AXBOROT TEXNOLOGIYALARI VA IJTIMOY TARMOQLARNING O'SMIRLAR AGRESSIVASIGA TA'SIRI

Annotatsiya. Ushbu tezis zamonaviy axborot texnologiyalari va ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlarning agressiv xulq-atvorining shakllanishiga ta'sirini keng ko'lamda tahlil qiladi. Tadqiqot raqamli muhitning psixologik, ijtimoiy va emotsional jihatlariga ta'sirini, xususan, kiberbulling, ijtimoiy bosim va axborot ortiqchaligi kabi omillarni o'rganadi. Ijtimoiy o'rganish nazariyasi, media psixologiyasi va kognitiv xulq-atvor yondashuvlari asosida tahlillar olib borilgan. Ishning maqsadi – o'smirlarning raqamli muhitdagi ijtimoiylashuvini yaxshilash, agressiv xatti-harakatlarning oldini olish va ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishni boshqarish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqishdir.

Kalit so'zlar: o'smirlar, agressiv xulq-atvor, ijtimoiy tarmoqlar, axborot texnologiyalari, kiberbulling, ijtimoiylashuv, raqamli muhit, media psixologiyasi, emotsional intellekt, raqamli savodxonlik.

Annotation. This thesis presents a comprehensive analysis of the impact of modern information technologies and social networks on the development of aggressive behavior in adolescents. The study examines the influence of the digital environment on psychological, social, and emotional aspects, focusing particularly on factors such as cyberbullying, social pressure, and information overload. The analysis is based on social learning theory, media psychology, and cognitive-behavioral approaches. The aim of the study is to develop practical recommendations for improving adolescent socialization in digital environments, preventing aggressive behavior, and managing the use of social networks.

Keywords: adolescents, aggressive behavior, social networks, information technologies, cyberbullying, socialization, digital environment, media psychology, emotional intelligence, digital literacy.

Аннотация. Данная тезисная работа представляет собой всесторонний анализ влияния современных информационных технологий и социальных сетей на формирование агрессивного поведения подростков. Исследование рассматривает воздействие цифровой среды на психологические, социальные и эмоциональные аспекты, в частности, такие факторы, как кибербуллинг, социальное давление и информационная перегрузка. Анализ проводится на основе теории социального научения, медиapsихологии и когнитивно-поведенческого подхода. Цель исследования — разработка практических рекомендаций по улучшению социализации подростков в цифровой среде, предотвращению агрессивного поведения и управлению использованием социальных сетей.

Ключевые слова: подростки, агрессивное поведение, социальные сети, информационные технологии, кибербуллинг, социализация, цифровая среда, медиapsихология, эмоциональный интеллект, цифровая грамотность.

Kirish. Hozirgi zamonaviy dunyoda axborot texnologiyalari va ijtimoiy tarmoqlar o'smirlar hayotining ajralmas qismiga aylangan desak xato bo'lmaydi. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, 13–17 yoshdagi o'smirlarning 95% ijtimoiy tarmoqlardan foydalanadi, ulardan 70% esa har kuni bir necha soat onlayn vaqt o'tkazadi [1] (Anderson, M., Jiang, J, 2018). Biroq, ijtimoiy tarmoqlar ijobiy imkoniyatlar bilan birga, kiberbulling, ijtimoiy bosim va axborot ortiqchaligi kabi salbiy oqibatlarni ham keltirib chiqaradi. Ushbu omillar o'smirlarning psixologik holati va xulq-atvorida agressiyaning kuchayishiga sabab bo'lmoqda. Mazkur tezisdan raqamli muhitning o'smirlar

agressiyasiga ta'siri tahlil qilinib, bu muammoni bartaraf etish uchun bir nechta strategiyalar taklif etiladi.

Ijtimoiy tarmoqlarning "Men" konsepsiyasiga ta'siri. O'smirlik davri shaxsiy o'zlikni shakllantirishning eng muhim bosqichlaridan biridir. Ijtimoiy tarmoqlarda o'zini boshqalar bilan solishtirish, "layk" va sharhlar orqali tasdiqlanishga intilish o'smirlarning o'z-o'ziga bo'lgan bahosiga ta'sir qiladi. Masalan, salbiy sharhlar yoki kiberbulling o'smirda stress, xavotir va tajovuzkorlikni keltirib chiqaradi [3] (Hinduja, S., Patchin, J.W, 2020).

Emotsional holatga ta'sir. Ijtimoiy tarmoqlarda doimiy onlayn bo'lib yurish o'smirlarning emotsional barqarorligini buzishi mumkin. Doimiy axborot oqimi va ijtimoiy bosim o'smirlarning emotsional intellektini rivojlantirishga xalaqit beradi, bu esa agressiv reaksiyalarni keltirib chiqaradi.

Ijtimoiy o'rganish nazariyasi asosida tahlil. Ijtimoiy o'rganish nazariyasiga ko'ra, o'smirlar atrof-muhitda kuzatgan xatti-harakatlar orqali xulq-atvor modellarini o'zlashtiradi [2] (Bandura. A 1977). Ijtimoiy tarmoqlarda zo'ravonlikni targ'ib qiluvchi kontent, tajovuzkor muloqot uslublari yoki kiberbulling hodisalari o'smirlarning agressiv xatti-harakatlarini rag'batlantirishga olib keladi.

Kiberbullingning oqibatlari. Kiberbulling o'smirlar o'rtasida keng tarqalgan muammo bo'lib, uning oqibatlari jismoniy zo'ravonlikdan kam emas. Tadqiqotlarga ko'ra, kiberbulling qurbonlari o'zlarida past o'zini-o'zi baholash, depressiya va agressiv xulq-atvorni namoyon qilishadi [4] (Kowalski R. M., Limber S. P., Agatston P. W, 2012).

Axborot ortiqchaligi va tajovuzkorlik. Ijtimoiy tarmoqlardagi doimiy axborot oqimi o'smirlarning kognitiv resurslarini charchatadi. Bu esa ularning emotsional nazoratni yo'qotishiga va impulsiv, agressiv xatti-harakatlarga moyilligini oshiradi.

Raqamli savodxonlikni oshirish. O'smirlar hamda ota-onalarga ijtimoiy tarmoqlardan xavfsiz foydalanish bo'yicha ta'lim berish zarur. Raqamli savodxonlik dasturlari kiberbullingni aniqlash, shaxsiy ma'lumotlarni himoya qilish va onlayn xulq-atvor qoidalarini o'rgatadi.

Psixologik intervensiya dasturlari. Kiberbullingdan jabrlangan o'smirlar uchun psixologik maslahat xizmatlari tashkil etish muhimdir. Kognitiv-xulqiy terapiya va guruh terapiyasi agressiyani boshqarishda samarali usullar sifatida tan olingan.

Ijtimoiy tarmoqlarni boshqarish. O'smirlarning ijtimoiy tarmoqlarda o'tkazadigan vaqtini cheklash, ijobiy kontentni targ'ib qilish va ota-onalar nazoratini kuchaytirish agressiyani kamaytirishga yordam beradi. Masalan, "ekran vaqti" dasturlari orqali foydalanishni tartibga solish mumkin.

Emotsional intellektni rivojlantirish. Emotsional intellektni oshirishga qaratilgan treninglar o'smirlarning o'z his-tuyg'ularini boshqarish va ijtimoiy munosabatlarni yaxshilash qobiliyatini oshiradi. Bu esa agressiv xatti-harakatlarning oldini oladi.

Xalqaro tajriba. AQSh, Yevropa davlatlari hamda Janubiy Koreyada o'smirlarning ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishini boshqarish bo'yicha maxsus dasturlar joriy etilgan. Masalan, AQShda "Common Sense Media" tashkiloti raqamli savodxonlik bo'yicha materiallarni taqdim etadi.

O'zbekistonda vaziyat. O'zbekistonda ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlar agressiyasiga ta'siri bo'yicha tadqiqotlar hali rivojlanish bosqichida. Biroq, maktab psixologlari va pedagoglar tomonidan kiberbullingga qarshi dasturlar joriy etilmoqda.

Taklif etiladigan choralar

- Maktablarda raqamli savodxonlik darslarini joriy etish.
- O'smirlar uchun ijtimoiy tarmoqlarda xavfsizlik bo'yicha maxsus platformalar yaratish.
- Ota-onalarni raqamli muhitdagi xavf-xatarlar haqida xabardor qilish.

Xulosa. Zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalari (AKT) va ijtimoiy tarmoqlar o'smirlarning hayotida muhim o'rin tutmoqda. Internet va ijtimoiy platformalar bilim olish, muloqot qilish va o'zini namoyon etish uchun keng imkoniyatlar yaratgan bo'lsa-da, ularning salbiy ta'sirlari, xususan, o'smirlarning agressiv xatti-harakatlariga ta'siri ham e'tiborga molik. Quyida asosiy xulosalar keltiriladi:

Ijtimoiy tarmoqlarning psixologik ta'siri: Ijtimoiy tarmoqlar o'smirlar orasida virtual muhitda o'zini taqqoslash, kiberbulling (internetda zo'ravonlik) va nomaqbul kontentga duch kelish kabi omillar orqali stress va agressiyani keltirib chiqarishi mumkin. Masalan, o'smirlar o'zlarini boshqa foydalanuvchilarning idealizatsiya qilingan hayoti bilan solishtirganda, o'zini past baholashi hamda g'azab hissi paydo bo'lishi ehtimoli yuqori bo'ladi.

Nazoratsiz foydalanishning oqibatlari: Internet va ijtimoiy tarmoqlarga cheklovsiz kirish o'smirlarning nomaqbul axborotlarga, zo'ravonlikni targ'ib qiluvchi kontentga yoki salbiy ta'sir ko'rsatuvchi guruhlariga duch kelishi xavfini oshiradi. Bu esa ularning xatti-harakatlarida agressiya, tajovuzkorlik va ijtimoiy moslashuv muammolarini keltirib chiqarishi mumkin. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'smirlarning ijtimoiy tarmoqlarda o'tkazadigan vaqtining ortishi ularning psixologik barqarorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Kiberbullingning oqibatlari: Ijtimoiy tarmoqlarda kiberbulling o'smirlar orasida depressiya, tashvish va hatto o'z joniga qasd qilish kabi jiddiy muammolarni ham keltirib chiqaradi. O'zbekistonda o'smirlar orasida kiberbulling holatlari ko'payib borayotgani haqida xabarlar mavjud bo'lib, bu agressiv xatti-harakatlarning kuchayishiga sabab bo'lmoqda.

Axborot oqimining ta'siri: Zamonaviy AKT vositalari orqali o'smirlar doimiy ravishda axborot oqimiga duch keladi. Bu ularning diqqatini jamlash qobiliyatini pasaytiradi va hatto emotsional beqarorlikka ham olib kelishi mumkin, bu esa o'z navbatida agressiv reaksiyalarni keltirib chiqaradi.

Ijobiy tomonlar: Ijtimoiy tarmoqlar o'smirlar uchun o'z fikrlarini bildirish, ijobiy hamjamiyatlar bilan muloqot qilish va ta'lim resurslaridan foydalanish imkonini beradi. Biroq, bu imkoniyatlardan foydalanishda muvozanat saqlanmasa, salbiy ta'sirlar ustunlik qilishi mumkin.

Xulosa qilib aytganda, ijtimoiy tarmoqlar va AKT o'smirlarning hayotiga katta imkoniyatlar olib kirsada, ularning noto'g'ri yoki nazoratsiz ishlatilishi psixologik va ijtimoiy muammolarni, xususan, agressiyani keltirib chiqaradi. Bu muammoni hal qilish uchun kompleks yondashuv zarur bo'ladi.

Tavsiyalar. O'smirlarning ijtimoiy tarmoqlar va AKTdan foydalanishini sog'lom va xavfsiz qilish, shuningdek, agressiya darajasini kamaytirish uchun quyidagi tavsiyalar taklif etiladi:

Ota-onalar va o'qituvchilarning faol ishtiroki:

- Ota-onalar o'smirlarning internetdagi faoliyatini kuzatib borishi, ularga ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishda chegaralar qo'yishi kerak. Masalan, kunlik foydalanish vaqtini 1-2 soat bilan cheklash tavsiya etiladi.

- O'qituvchilar maktablarda raqamli savodxonlik bo'yicha darslar o'tkazishi, o'smirlarning kiberxavfsizlik va axloqiy xatti-harakatlar haqida bilimlarini oshirishi lozim.

Kiberbullingga qarshi choralar:

- Ijtimoiy tarmoq platformalarida kiberbullingni aniqlash va oldini olish uchun qat'iy choralar joriy etilishi kerak.

- O'smirlar va ota-onalarga kiberbulling holatlarida qayerga murojaat qilish bo'yicha aniq yo'riqnomalar taqdim etilishi lozim.

Raqamli savodxonlikni oshirish:

- Ta'lim muassasalarida "Informatika va axborot texnologiyalari" fanlari doirasida o'smirlarning raqamli savodxonligini oshirishga qaratilgan maxsus dasturlar joriy etilishi kerak. Bu dasturlar internetda xavfsiz harakatlanish, nomaqbul kontentni filtrlash va ijtimoiy tarmoqlardan mas'uliyatli foydalanishni o'rgatishi lozimdir.

- O'smirlar o'rtasida ijtimoiy tarmoqlarda axloqiy xulq-atvor madaniyatini rivojlantirish bo'yicha kampaniyalar tashkil etilishi kerak.

Psixologik yordam va maslahat xizmatlari:

- Maktablar va mahallalarda o'smirlar uchun psixologik maslahat xizmatlari tashkil etilishi, ijtimoiy tarmoqlarning salbiy ta'siridan aziyat chekkan o'smirlar uchun maxsus yordam dasturlari ishlab chiqilishi zarur.

- O'smirlarning stress va agressiyasini boshqarish bo'yicha treninglar o'tkazilishi tavsiya etiladi.

Ijtimoiy tarmoqlardan muvozanatli foydalanish:

- O'smirlar ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishda muvozanatni saqlashga o'rgatilishi kerak. Masalan, ta'lim va o'z-o'zini rivojlantirishga qaratilgan platformalardan foydalanish rag'batlantirilishi, vaqtni behuda sarflashning oldi olinishi lozim.

- Ijtimoiy tarmoqlarda ijobiy kontent yaratish va tarqatishni rag'batlantirish orqali o'smirlarning ijtimoiy faolligi va ijodkorligini oshirish mumkin.

Davlat va nodavlat tashkilotlarning hamkorligi:

- O'zbekiston Respublikasi Raqamli texnologiyalar vazirligi va ta'lim muassasalari ijtimoiy tarmoqlarni xavfsiz qilish bo'yicha loyihalarni qo'llab-quvvatlashi kerak. Masalan, "Xavfsiz internet muhiti" kabi tashabbuslar kengaytirilishi mumkin.

- Xalqaro tajribadan foydalanib, o'smirlar uchun xavfsiz raqamli muhit yaratish bo'yicha dasturlar ishlab chiqilishi tavsiya etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Anderson, M., Jiang, J. (2018). Teens, Social Media and Technology 2018. Pew Research Center.
2. Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. Prentice Hall.
3. Hinduja, S., Patchin, J. W. (2020). Bullying Beyond the Schoolyard: Preventing and Responding to Cyberbullying. Corwin Press.
4. Kowalski, R. M., Limber, S. P., Agatston, P.W. (2012). Cyberbullying: Bullying in the Digital Age. Wiley-Blackwell.

Қаюмова Азиза

Бухоро давлат университети

Ижтимоий сиёсий фанлар кафедра доценти

ИБН ХАЛДУН БУЮК ИНСОНШУНОС МУТАФАККИР

Ибн Халдун яхшилик ва ёмонлик категорияларини таҳлил этиб, бу хусусиятлар жамиятда табиий куч сифатида мавжуд бўлади, кишилар яхшилик тарафдори ва ёмонликни фаол даф қилувчи бўлиши керак. Шу билан бирга Ибн Халдун метафизик қарашларни ҳам инкор этади. Унинг фикрича, фанларнинг вазифаси табиий олам, борлик ва кишилик жамиятини ўрганишга қаратилмоғи лозим. Чунки кишилик олами ўрганишнинг умидлиси ва энг ҳақиқийсидир.

Ибн Халдун илмни ишонч, эътиқоддан фарқланиши доирасидаги қараши ҳам унинг ўз даври араб файласуфларидан анча юқорилаб кетганини ҳам кўрсатади. Унинг ғайритабиий ҳодисалар дунёсини тарғибот қилишдан воз кечиши, унинг жамият ҳақидаги таълимоти катта аҳамият касб этди. Ибн Халдун ўз китобида “англаш назарияси” муаммоларини таҳлил қилиб инсон онги англашнинг объекти бўлиб ҳисобланиб, илм-фаннинг предмети бўлиб нима хизмат қилади, ижтимоий ҳаёт қонуниятларини онг билан англаш мумкинми деган саволларга жавоб излаган. Шу тарзда “англаш назарияси” муаммосини метафизика билан шуғулланувчи араб файласуфларига қарши назария сифатида тарғиб қилган.

Бундан ташқари мутафаккир «Муқаддима» асарида “Англаш назарияси” ва у билан боғлиқ бўлган рух ҳақидаги психологик таълимотни батафсил ёритган. Билишнинг объекти деб, ташқи дунё, одамзот ва ўраб турган мавжуд табиатни тушунган. У сўфийларнинг субъектив идеализмининг танқид қилган. “Сўфийлар, — деб қайд этган Ибн Халдун — дунёнинг барча турли — туманлиги ҳақиқатда эмас, балки фақат инсон онгида мавжуд”, деб ҳисоблайди. Шунингдек, ҳаётда жазирама иссиқ, совуқ, ранг, ер, сув, олов, осмон ва ҳатто юлдуз ҳам йўқ, уларнинг барчаси раддиясиз қабул қилиб олинadиган ҳиссиёт, туйғу борлиги учун мавжуд”. Ибн Халдун бу нуқтаи назарни нотўғри, деб ҳисоблайди. Англаб етиш жараёнининг ёритар экан, йирик файласуфлар Ибн Сино ва Ибн Рўшдларнинг гносеологик ва психологик назарияларига таянади. Унингча, англаб етиш жараёнининг бошқариш маркази инсоннинг қалби ҳисобланади. Қалб ички ва ташқи қабул қилиш кучларига мойил бўлади. Ташқи қабул қилиш кучлари 5 та ҳиссиёт — туйғу ёрдамида ҳаракат қилиши: булар кўриш, эшитиш ва бошқалар. Англаш жараёни ташқи дунё воқеа-ҳодисаларининг инсоннинг сезиш органлари билан ҳис қилишдан бошланади. Бундан ички қабул қилиш кучлари қуйидаги англаб етиш поғонасининг акс эттиради: биринчи куч, умумий ҳиссиёт, туйғу, иккинчиси, англаш, бу кучлар умумий ҳиссиёт маркази ва бош миянинг олдинги ярмида жойлашган бўлиб тасаввур эса орқа қисмида ўрин олган. Англашнинг кейинги поғонаси - бу таассурот тушунча ҳосиласи яқка шахсларда учрайдиган хотира ҳисобланади.

Хотира — бу барча кўриладиган сезиладиган нарсаларни эсда сақлаш қобилиятидир. Бу кучларнинг ҳаракатланиш маркази бош миянинг орқа ярмида жойлашган. Демак англаш ва билиш жараёни фикрлаш қобилиятигача етиб келади. Унинг ҳаракат маркази - бош миянинг ўрта қисми. Ибн Халдуннинг таълимоти бўйича инсоннинг тафаккури унинг бутун ҳаёти мазмунидир.

Ибн Халдун ўзининг англаш концепцияси ва психологик назарияси билан Ибн Синонинг психологик таълимотига яқин ҳисобланади. Мутафаккирни бошқа замондошларидан, энг аввало унинг инсон тафаккури буюклигига бўлган ишончи фарқлайди. У лирикага ҳам бефарқ бўлмай, инсон тафаккурининг улуғловчи мадҳия, қасидалар ёзган, фикрлаш орқали инсон томонидан ўша воқеа - ҳодисалар тартиби тушуниланган. Масалан, инсон уйининг томини ёпишни мўлжаллаганда, унинг фикрида биринчи навбатда деворлар тушунилади, чунки улар томни ушлаб туришга хизмат қилади.

Кейин эса пойдеворга, чунки у деворларни кўтариб туради. Шунда унинг фикрлаши тўхтайди ва амалий ҳаракати бошланади. У энди пойдевор қуришдан иш бошлайди, кейин эса девор, ниҳоят томни ёпиш орқали ҳаракат тугатилади. Бунинг мазмун-моҳияти шундаки, ҳаракатнинг боши бу фикрнинг якуни, яъни охиридир, фикрнинг боши эса ушбу ҳаракатнинг якуни ҳисобланади. Бошқа тирик жонзодларнинг ҳаракатига келсак, уларда фикрлаш хусусияти бўлмаганидан ҳаракатлари бетартиб. Чунки, ҳайвонлар нарсаларни фақат сезиш, ҳис қилиш орқали биладилар.

Одамзод дунёни ўз ҳаракатларини англаган ҳолда бошқаради, ундаги барча жараёнлар инсон онги билан бошқарилади. Тафаккур инсонни ҳайвондан фарқловчи ноёб хусусият. Шундай инсонлар борки, улар кетма-кет келган 3-4 воқеа-ҳодисаларнинг сабабли ва узвий алоқадорлигини фикрлаб кузатиши мумкин. Баъзи инсонлар 5-6 воқеа, фактлар ўртасидаги алоқаларни кузатиш қобилиятига эга. Бунда улар ақлнинг энг катта кучига эга бўлишганлар ҳисобланишади. Хусусан, шахмат ўйинчиларини келтириш мумкин.

Инсон тафаккурининг роли қандай? Тафаккурнинг асосий мазмуни нимада, деган саволларга мутафаккир қуйидагича жавоб беради: агар барча йирик араб файласуфлари инсон тафаккурининг юқори мақсади ғайритабиий ҳодисалар дунёсини англаб етиш, деб ҳисобласа, Ибн Халдун эса ғайритабиий ҳодисалар дунёсининг инсон тафаккури томонидан англанишини рад этган. Инсон тафаккури фақат табиий ҳис қилинадиган дунё қонуниятларини англаши мумкин. Кар учун ҳамма нарса фақат 4 та ҳиссиёт ва онг орқали берилади, бироқ эшитиш қобилияти унда йўқ. Худди кўр учун кўриш қобилияти бўлмаганидек. Тафаккур, онг бу аниқ тарози, унинг фикр-мулоҳазалари ўринлидир, инсон тафаккуридан фойдаланишнинг энг юқори чегараси, деб Ибн Халдун жамиятда инсонга ўхшаганларнинг борлиги ҳақидаги тасаввур, уларнинг келиб чиқиши ва сабаблари ҳақидаги тасаввурларни яратиш, деб ҳисоблайди. Аслида инсон ҳақиқатгўйликнинг мазмунидир

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Бартольд В.В. Ислам и культура мусульманства, –Москва: МГТУ, 1992, –С. 54;
 2. Якубовский А.Ю. Проблема социальной истории народов Востока в трудах В.В. Бартольда, –Владимир: ВЛГУ, 1947, № 12. –С. 18-20;
 3. Крачковский И.Ю. Арабская литература в XX в., –Санкт-Петербург: “ЛГУ”, 1946, –С. 28;
 4. Беляев Е. Историко-социологическая теория Ибн Хальдуна, –Москва: “Историк-марксист”, 1940, № 4-5, –С. 79-80;
 5. Иванов Н. А. «Китаб -аль -Ибар» Ибн Халдуна как источник по истории стран Северной Африки в XIV веке // Арабский сборник. –Москва:, 1959. -С 3-45;
 6. Бациева С.М. Историко-социологический трактат Ибн Халдуна "Мукаддима", –Москва: Наука, 1965. –С. 223;
 7. Игнатенко А.А. Ибн Хальдун. –Москва: Мысль, 1980, –С. 20-65;
 8. С. Бородин. Молниеносный баязет, –Москва: «Известия», 1973, –С. 20-40.
- Гофман А.Б. Семь лекций по истории социологии, – М. Книжный дом «Университет», 1997, –С. 224.

Madjidova Marvarid Xakimovna

Buxoro davlat universiteti

3- bosqich talabasi

TALABALARDA ALTURISTIK XULQ MOTIVLARINI TAKOMILLASHTIRISHNING PEDAGOGIK – PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada, talabalarda alturistik xulq motivlarini takomillashtirishning pedagogik – psixologik xususiyatlari ilmiy njihtadan o'rganilgan. Shuningdek, maqolada, talabalarda psixologik va ijtimoiy rivojlanish bosqichida alturistik motivlarni shakllantirish ularning kelajakdagi jamiyatdagi ijtimoiy roli va shaxsiy muvaffaqiyatlariga erishish uchun xizmat qiladigan strategiyalar tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Alturistik xulq, motiv, motivatsiya, psixologik xususiyatlar, ijtimoiy muhit, hissiyot, emotsiya.

Аннотация: В данной статье с научной точки зрения изучены педагогико-психологические особенности совершенствования мотивов альтруистического поведения у студентов. Также в статье анализируются стратегии, служащие формированию альтруистических мотивов у студентов на этапе психологического и социального развития для достижения их будущей социальной роли в обществе и личного успеха.

Ключевые слова: Альтруистическое поведение, мотив, мотивация, психологические особенности, социальная среда, чувство, эмоция.

Abstract: In this article, the pedagogical and psychological features of improving the motives of altruistic behavior in students are studied from a scientific point of view. The article also analyzes the formation of altruistic motives in students at the stage of psychological and social development, strategies that serve to achieve their future social role in society and personal success.

Keywords: Altruistic behavior, motive, motivation, psychological characteristics, social environment, feeling, emotion.

Kirish. Zamonaviy jamiyatda yoshlar tarbiyasi va shaxs sifatida shakllanishi juda muhim vazifa bo'lib, ayniqsa talabalarda alturistik xulq-motivlarini rivojlantirishning o'rni katta ahamiyat kasb etadi. Alturizm – bu boshqalarga yordam berishga, ularning manfaatlarini o'z manfaatlaridan yuqori qo'yishga asoslangan xulq-atvor shakli bo'lib, insoniylik va ijtimoiy muvozanatni ta'minlaydi.

Pedagogik va psixologik nuqtai nazardan qaraganda, alturistik motivlar shaxsning ijtimoiy munosabatlardagi o'zaro yordam va hamkorlikka intilishining asosi bo'lib xizmat qiladi. Ayniqsa, talabalar yoshidagi psixologik va ijtimoiy rivojlanish bosqichida bu motivlarni shakllantirish ularning kelajakdagi jamiyatdagi ijtimoiy roli va shaxsiy muvaffaqiyatlari uchun poydevor yaratadi.

Alturistik xulq-motivlarini takomillashtirish jarayoni talabaning ichki qobiliyatlari, ijtimoiy muhit, oilaviy tarbiya va ta'lim muassasalarining psixologik muhitiga bog'liq bo'lib, bu jarayon murakkab va ko'p qirralidir. Shu sababli, bu sohadagi pedagogik yondashuvlar individual va ijtimoiy omillarni hisobga olgan holda ishlab chiqilishi lozim.

Psixologiyada alturizm nafaqat hissiy, balki kognitiv va motivatsion jarayonlar bilan chambarchas bog'liq tushuncha sifatida qabul qilinadi. Talabalar orasida alturistik xulqni rivojlantirish uchun ularning empatiya, adolatga intilish, ijtimoiy mas'uliyat kabi sifatlarini rivojlantirish pedagogik va psixologik asoslardan biri hisoblanadi.

Talabalarda alturistik motivlarni shakllantirishda pedagogik jarayonning o'rni katta, chunki ta'lim muassasalari nafaqat bilim berish, balki shaxsiy va ijtimoiy qadriyatlarni rivojlantirish markazi sifatida xizmat qiladi. Bu jarayonda o'qituvchilar, psixologlar va ta'lim boshqaruvi tizimi o'zaro uyg'unlikda ishlashi zarur.

Alturistik xulq-motivlarini takomillashtirishda ta'lim dasturlari va metodikalarining interaktiv, faol va shaxsga yo'naltirilgan bo'lishi muhimdir. Talabalarning o'zaro muloqoti, ijtimoiy loyihalarda ishtiroki va guruh ishlari bu motivlarni mustahkamlashda samarali vositalar sifatida namoyon bo'ladi.

Psixologik nuqtai nazardan, talabalarning shaxsiyati va xulq-atvoriga ta'sir qiluvchi ichki psixik jarayonlar – motivatsiya, e'tibor, hissiyotlar va shaxsiy nazorat mexanizmlari alturistik xulqning shakllanishida muhim o'rin tutadi. Shu bois, pedagogik ta'sirni psixologik qonuniyatlar asosida tashkil etish zarur.

Talabalar yoshidagi individual psixologik xususiyatlar – o'ziga xos ijtimoiy identifikatsiya, hamkorlikka tayyorlik, shaxsiy maqsadlar va qadriyatlar tizimi alturistik motivlarni rivojlantirishda o'ziga xos metodlarni talab qiladi. Bu metodlar shaxsning ijtimoiy tajribalari va o'zaro munosabatlari orqali shakllanadi.

Alturistik xulq-motivlarini takomillashtirishning pedagogik-psixologik xususiyatlari shuni ko'rsatadiki, bu jarayon qat'iy va rejalashtirilgan tarbiyaviy ishlarni talab qiladi. Ta'lim jarayonida talabalarning ijtimoiy faoliyatga jalb qilinishi, qadriyatlarni o'zlashtirish va axloqiy me'yorlarga amal qilishiga rag'batlantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Alturistik motivlarning shakllanishi va takomillashuvi masalasi psixologiya va pedagogika sohalarida uzoq yillardan buyon e'tibor markazida bo'lib kelmoqda. Xorijiy olimlar, jumladan, D. Batson va J. Goetzning tadqiqotlari alturizmni nafaqat shaxsiy xislat, balki ijtimoiy jarayon sifatida o'rganishga qaratilgan. Ularning ta'kidlashicha, alturistik motivlar shaxsning ichki empatiya, adolat tuyg'usi va boshqalarga yordam berishga bo'lgan ijtimoiy intilishlari bilan chambarchas bog'liq. Pedagogik jarayonda ushbu motivlarni rag'batlantirish, ayniqsa talabalar orasida, ularning ijtimoiy mas'uliyatini oshirish va jamiyatga foydali a'zolarga aylanishini ta'minlashda muhim omil hisoblanadi.

Rossiyalik psixologlar, xususan, L.S. Vygotskiy va A.N. Leontyev faoliyat nazariyasi doirasida alturistik xulqni ijtimoiy faoliyatning ajralmas qismi sifatida ko'rishgan. Ularning fikricha, talabalarda alturistik motivlar faqat ichki xohish yoki hissiyotlarga asoslanmaydi, balki ijtimoiy munosabatlarda, guruh ichidagi o'zaro yordam va hamkorlikdagi faoliyat orqali rivojlanadi. Bu jarayon shaxsning maqsad va vazifalar tizimi, shuningdek, ijtimoiy muhit ta'siri ostida shakllanadi. Shu nuqtai nazardan, pedagogik ta'lim jarayonida guruh faoliyatlari va ijtimoiy loyihalar muhim o'rin tutadi.

Xorijiy olimlar, xususan E. Deci va R. Ryan tomonidan ilgari surilgan o'z-o'zini belgilash nazariyasi alturistik motivatsiyani ichki va tashqi motivatsiya o'rtasidagi murakkab o'zaro bog'liqlik orqali tahlil qiladi. Ular ta'kidlaganidek, talabalarda alturistik xulq-motivlarini rag'batlantirish uchun shaxsiy avtonomiya, kompetentsiya va ijtimoiy bog'lanish ehtiyojlarini qondirish zarur. Pedagogik amaliyotda bu talabalarni o'z fikrlarini erkin ifodalashga, ijodiy yondashishga va guruh bilan samarali hamkorlik qilishga undash orqali amalga oshiriladi.

Rossiyalik psixolog S.L. Rubinshteynning tadqiqotlari ham talabalarning ijtimoiy xulq-atvorini rivojlantirishda alturistik motivlarning ahamiyatini ko'rsatadi. U, shuningdek, alturizmni shaxsning ijtimoiy faoliyatga faol ishtiroki orqali shakllanadigan sifat deb biladi. Shu bois, pedagogik jarayonda talabalarga turli ijtimoiy-madaniy faoliyatlarda faol qatnashish imkoniyatlarini yaratish muhimdir. Bu, ularning ijtimoiy javobgarlik hissini kuchaytiradi va o'zaro yordamga tayyorligini oshiradi.

Xorijiy va rus olimlarining ilmiy tadqiqotlarida ta'kidlangan yana bir muhim jihat – alturistik motivlarni shakllantirishda pedagogik psixologlarning roli. Ularning fikricha, psixologik treninglar, guruh ishlari va interaktiv metodlar orqali talabalar o'z his-tuyg'ularini boshqarish, boshqalarning ehtiyojlarini anglash hamda murakkab ijtimoiy vaziyatlarda moslashuvchanlik ko'nikmalarini rivojlantirish imkoniga ega bo'ladilar. Bu esa alturistik xulq-motivlarini mustahkamlashda samarali vosita hisoblanadi.

Xulosa sifatida aytish mumkinki, alturistik xulq-motivlarini takomillashtirish – bu murakkab, ko'p qirrali va uzluksiz jarayon bo'lib, uni samarali tashkil etish uchun pedagogik va psixologik yondashuvlarni uyg'unlashtirish zarur. Xorij va rus olimlarining ilmiy izlanishlari

alturizmning ijtimoiy faoliyat bilan chambarchas bog'liqligini, shuningdek, talabalarning shaxsiy xususiyatlari, motivatsiyasi va ijtimoiy muhitini hisobga olish zarurligini ta'kidlaydi. Shu asosda, talabalarda alturistik motivlarni rivojlantirish uchun nafaqat bilim berish, balki ularni ijtimoiy mas'uliyat va hamjihatlik tamoyillari bilan tarbiyalashga alohida e'tibor qaratish lozim.

Muhokama. Alturistik xulq-motivlar — bu shaxsning boshqalarga yordam berishga, ularga mehr-oqibat ko'rsatishga, va ijtimoiy manfaatlarni o'z manfaatlaridan ustun qo'yishga intilishi bo'lib, ayniqsa talabalik davrida shakllanishi va takomillashuvi muhimdir. Pedagogik jarayonda alturizmni rivojlantirish ijtimoiy faollikni oshirish, guruh bilan hamkorlikni mustahkamlash hamda yoshlarning ma'naviy kamolini ta'minlashda asosiy vazifa hisoblanadi. Bu jarayonda ta'lim muassasalari, o'qituvchilar va psixologlar o'rtasidagi hamkorlik va tizimli yondashuv katta ahamiyatga ega.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, alturistik motivlarni shakllantirishda shaxsning ichki dunyosi, hissiyotlari va motivatsiyasi muhim rol o'ynaydi. Talabalarning empatiya qobiliyati, ijtimoiy mas'uliyatni anglash darajasi, hamda o'zaro hurmat hissi ularning boshqalarga nisbatan yordam ko'rsatish istagini belgilaydi. Shu sababli, pedagogik jarayonda talabalarni o'z hissiyotlarini anglashga, boshqalar holatini tushunishga o'rgatish samarali usullardan biri hisoblanadi.

Pedagogik jarayonda alturistik xulqni rag'batlantirish uchun o'quv faoliyatini faollashtirish, guruhdagi ijtimoiy muhitni ijobiylashtirish va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish muhim ahamiyatga ega. Talabalarni ijtimoiy loyihalarda, ko'ngilli ishlarda, jamoaviy tadbirlarda faol ishtirok etishga undash orqali ularning boshqalarga yordam berish va ijtimoiy hamkorlikka bo'lgan motivatsiyasi kuchayadi. Bu nafaqat ularning xulqini, balki shaxs sifatidagi kamolini ham ta'minlaydi.

Alturistik motivlarni shakllantirishda o'z-o'zini boshqarish va nazorat qilish mexanizmlari ham katta ahamiyatga ega. Talabalarga murakkab ijtimoiy vaziyatlarda o'z his-tuyg'ularini boshqarish, stress va tushkunlik holatlarini yengish hamda boshqalar manfaatini hisobga olish ko'nikmalarini o'rgatish pedagogik-psixologik jarayonning ajralmas qismi hisoblanadi. Bu ko'nikmalar yoshlarning ijtimoiy hamkorlikda yanada faol bo'lishini ta'minlaydi.

Shuningdek, pedagogik muhitning o'ziga xosligi, ya'ni o'quv muassasasidagi ijtimoiy normalar, qadriyatlar va axloqiy tamoyillar talabalarning alturistik xulq-motivlarini shakllantirishda muhim ta'sir ko'rsatadi. Pedagoglar o'zlarining axloqiy namunaviy xulqi, dars usullari va interaktiv metodlari orqali talabalarni ijtimoiy mas'uliyatga yo'naltirishlari zarur. Bu, o'z navbatida, talabalarda ijtimoiy hamjihatlik va o'zaro yordam tamoyillarini chuqurroq qabul qilishga yordam beradi.

Nihoyat, alturistik xulq-motivlarini takomillashtirishda psixologik xizmatlar, treninglar, konsultatsiyalar va mentorlik tizimining ahamiyati katta. Bu xizmatlar yoshlarning o'z-o'zini anglash, hissiy intellektini rivojlantirish va ijtimoiy vazifalarga bo'lgan yondashuvini yaxshilashga xizmat qiladi. Shuningdek, talabalar o'zaro muloqot va muammoni hal qilish jarayonlarida o'rganilgan usullarni amaliyotga joriy etish orqali alturistik xulqni muntazam ravishda mustahkamlaydi.

Xulosa. Talabalarda alturistik xulq-motivlarini rivojlantirish ijtimoiy-hayotiy muhim vazifa sifatida qaralishi lozim. Bu jarayon nafaqat shaxsiy axloqiy fazilatlarni shakllantirish, balki ularni jamiyatda samarali va mas'uliyatli shaxsga aylantirishga xizmat qiladi. Pedagogik-psixologik yondashuv orqali talabalar boshqalarga yordam berishga intilish, o'zaro hurmat va mehr-oqibat ko'rsatish kabi xulq-atvorlarini chuqur anglash imkoniga ega bo'ladi, bu esa ijtimoiy munosabatlarni mustahkamlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Alturistik motivlarni shakllantirishda shaxsning ichki psixologik holati, xususan empatiya, o'z-o'zini anglash va ijtimoiy mas'uliyatni his qilish kabi fazilatlar asosiy o'rin tutadi. Pedagogik faoliyat doirasida bu jarayon talabalarni o'z hissiyotlarini boshqarish, boshqalarning ehtiyojlarini tushunish va ijtimoiy vazifalarga mas'uliyat bilan yondashishga o'rgatish orqali amalga oshiriladi. Shu tariqa, alturistik xulq yanada mustahkamlanib, shaxsning umumiy ijtimoiy rivojlanishiga xizmat qiladi.

Pedagogik muhit va o'qituvchilarning roli alturistik motivlarni rivojlantirishda beqiyosdir. O'qituvchilar o'zlarining axloqiy namunalari, interaktiv metodlari va ijtimoiy faollikka rag'batlantiruvchi faoliyatlari orqali talabalarni boshqalarga yordam berish va jamiyat manfaatlarini birinchi o'ringa qo'yishga undaydilar. Bundan tashqari, ijtimoiy loyihalar va guruh ishlari orqali talabalarining alturistik xatti-harakatlari amalda mustahkamlanadi.

Talabalarda alturistik xulq-motivlarini takomillashtirish jarayonida psixologik treninglar, konsultatsiyalar va mentorlik tizimlari katta ahamiyatga ega. Ushbu metodlar yordamida talabalar o'zaro tushunishni oshirish, hissiy intellektni rivojlantirish va ijtimoiy muammolarni hal qilish ko'nikmalarini egallashadi. Bu esa ularga murakkab ijtimoiy vaziyatlarda boshqalarga yordam berishda va o'z xulqini boshqarishda yordam beradi.

Xulosa qilib aytganda, talabalarda alturistik xulq motivlarini shakllantirish — murakkab va ko'p qirrali jarayon bo'lib, u talabadan shaxsiy intilishlar va ijtimoiy muhitning uyg'unlashuvi orqali amalga oshadi. Pedagogik-psixologik yondashuvlar tizimli va doimiy qo'llanilganda, yoshlar o'zini ijtimoiy mas'uliyatli, boshqalarga mehr bilan qaraydigan, hamjihatlikda faol ishtirok etuvchi shaxs sifatida rivojlantirish imkoniga ega bo'ladi. Bu esa nafaqat ularning shaxsiy kamoli, balki jamiyatning barqaror rivojlanishiga ham muhim hissa qo'shadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Urinova L.Sh. "Talabalarda diqqat sifatlari rivojlanishining psixologik xususiyatlari" mavzusidagi dissertatsiya ishi. - Buxoro., 2024. – 76 b.
2. Выготский Л.С. Развитие высших психологических функций. – Москва: Наука. 2007. – 211 с.
3. Выготский Л.С. Психология развития человека. М.: Смысл: Эксмо, 2005. – 1136 с.
4. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. М., 2006. – 145 с.
5. Холодная М. А. Психология интеллекта. Парадоксы исследования: учебник для вузов / М. А. Холодная. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 334 с.
6. Холодная М.А. Психология интеллекта. Парадоксы исследования. – 2-е изд., перераб. и доп. – СПб.: Питер, 2002. – 264 с.
7. Yahyayeva U.Sh. "Boshlang'ich sinf o'quvchilari kreativ tafakkurini rivojlantirishning pedagogik-psixologik omillari" mavzusidagi dissertatsiya ishi. - Buxoro., 2024. – 86 b.
8. Якобсон П. М. Психологические проблемы мотивации человека 2005. – 56 с.

Jabborov Xazrat Xusenovich

Toshkent davlat sharqshunoslik

hamda Aniq va ijtimoiy fanlar universitetlari professori,
psixologiya fanlari doktori (DSc)

YOSHLAR XULQ ATVORIDA MILLIY QADRYATLARNI SHAKLLANTIRISHNING RAQAMLI VIZUAL TEXNOLOGIYALARINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARI

Annotatsiya. Mazkur maqolada yoshlar xulq atvorida milliy qadryatlarni shakllantirishning raqamli vizual texnologiyalari nazariy va amaliy misollar bilan tahlil qilingan va eng so'ngi tadqiqotlarni ilmiy xulosalari keltirilgan. Shuningdek maqolada milliy kontentlarimizda milliy qadriyatlar bilan to'ldirishning psixologik asoslar va raqamli vizual texnologiyalarning yoshlar xulq-atvorida milliy qadriyatlar shakllanishiga ta'siri masalasi ochib berilgan.

Kalit so'zlar: xulq-atvor, qadriyat, texnologiya, milliy kontent, ma'naviy ozuqa, axloqiy qoidalar, ma'naviy tarbiya.

Аннотация. В данной статье анализируются цифровые визуальные технологии формирования национальных ценностей в поведении молодежи с теоретическими и практическими примерами и приводятся научные выводы новейших исследований. В статье также раскрываются психологические основы наполнения нашего национального контента национальными ценностями и влияние цифровых визуальных технологий на формирование национальных ценностей в поведении молодежи.

Ключевые слова: поведение, ценность, технология, национальное содержание, духовное питание, нравственные правила, духовное воспитание.

Annotation: This article analyzes the digital visual technologies of the formation of national values in the behavior of young people with theoretical and practical examples and presents the scientific conclusions of the latest research. The article also reveals the psychological foundations of filling our national content with national values and the impact of digital visual technologies on the formation of national values in the behavior of young people.

Keywords: behavior, value, technology, national content, spiritual nourishment, moral rules, spiritual education.

Kirish. Bugungi kunda yoshlar xulq atvorida milliy qadryatlarni shakllantirishning raqamli vizual texnologiyalari dozlarb mavzulardan biri bo'ib turiibdi. Prezidentimiz raisligida joriy yilning 15 may kuni maktab ta'limi tizimidagi islohotlar samaradorligini yanada oshirish bo'yicha ustuvor vazifalar muhokamasi yuzasidan o'tkazilgan videoselektor yig'ilishida bugunning juda muhim, og'riqli muammolaridan biriga aylanib borayotgan yoshlar xulq atvorida milliy qadryatlarni shakllantirish masalasiga yechim berildi.

Bu – bolalarimizning ma'naviyatini avaylab-asrash, zararli g'oyalarga qarshi g'oya bilan qarshi tura oladigan, bolalar tilida yozadigan, gapiradigan kontent yaratish. Milliy kontenlarda yoshlar xulq atvorida milliy qadryatlarni shakllantirishga qaratilgan zamonaviy, ilmga asoslangan, xaqchil texnologilarni ishlab chiqish va amaliytaga tatbiq etish. Davlatimiz rahbari bu muammoning ham tub ildizini ko'rsatdi.

Maktablarda ma'naviy-ma'rifiy, tarbiyaviy tadbirlar o'tkazyapmiz. Lekin ular o'qiydigan, ko'radigan, eshitadigan milliy kontent bo'lmagani uchun muayyan darajada ma'naviy bo'shliq yuzaga kelayotgan edi. Bolalarning bo'sh vaqtida zavq bilan o'qiydigan, ko'radigan, eshitadigan, eng muhimi, bolalar uchun maxsus milliy kontent yaratish muammosi yechildi. Prezident qarori bilan Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi huzurida Bolalar kontentini rivojlantirish markazi tashkil qilindi. Qori Niyoziy nomidagi Tarbiya pedagogikasi milliy instituti markazga ilmiy-metodik, texnologik jihatdan ko'makchi bo'ldi.

Yoshlar xulq atvorida milliy qadryatlarni shakllantirishning raqamli vizual texnologiyalari asosida milliy kontenlar yaratish muammosining dolzabligini pedagogika fanlari doktori,

professor Muhammadjon Quronovning [1] Yangi O'zbekiston gazetasining 2025 yil 17 may sonida nashr qilingan "Milliy kontent -milliy media dasturxon" maqolasi bilan izohlash mumkin.

M.Quronov maqolasida yoshlar xulq atvorida milliy qadriyatlar, milliy fazilatlarini shakllantirishga qaratilgan milliy kontentlarni yaratish bu juda katta strategik voqea. Bolalarimizning ma'naviy himoyasi, mafkuraviy immuneteti masalasideb yozadi.

Shuningdek Quonov maqolasida kattalar ham, bolalar ham har kuni ikki tur — moddiy va ma'naviy ozuqa bilan oziqlanadi. “Biz nima yegan bo'lsak, o'shamiz” degan gap bor. Bu odam ovqat, meva, ichimlikdagi kimyoviy elementlarni hazm qiladi, qanday elementlar ni yeb-ichsa, o'shalarining izmida bo'ladi degani. Shuning uchun odam yeydigan narsalarni ko'rib, tekshirib, keyin iste'mol qiladi. Biladiki, yomon ovqat kasal qiladi.

Tajribasiz bolalar esa adashadi. Ma'naviy ovqat bu — xabar, matn, mem, post, qo'shiq, bashara. Har tong o'z menyusi, takliflari bilan otadi. Har kunning o'z xabarlari — ma'nolari, ma'naviy menyusi bor. U har daqiqa, soniyada yangilanib boradi. Shuning uchun chorshanba ning media (ma'naviy) dasturxonini menyusi shanba kuniga yaramaydi. Telefonimiz — o'zimiz bilan birga yuradigan shaxsiy, ko'chma ma'naviy dasturxonimiz.

Ma'naviy ozuqa ko'z, quloq bilan yeyiladi. Mana shu ma'naviy dasturxon — kontent. Menimcha, “bolalar milliy kontenti” jumlasidagi “milliy”ni ikki ma'noda tushunishi miz kerak. Biri — davlat kontenti ma'nosida. Ikkinchisi — milliy-madaniy, o'zbek ma'naviyati ma'nolarida. Bolalar milliy kontenti yoshlar tarbiyasida davlat va millat manfaatlari birligining media ifodasi.

U davlat va millat manfaatlarini olg'a surishi, himoya qilishi va shaksiz ustuvor tutishi darkor. “Yomon bo'lsa ham o'zimizniki”, “Bizga bo'laveradi” degan qarash bilan uzoqqa borib bo'lmaydi. Nima demoqchimiz? Global mediadasturxonga tortayotgan taomlarimiz shirin, aqlli, foydali, sifatli bo'lishi kerak degan nodir ilmiy xulosalarini aytib o'tishimiz mumkin.

Demak mazkur maqoladan shunday xulosa olish mumkin yoshlarni ma'naviy ozuqasi bu milliy fazilatlar va milliy qadriyatlar, bu ozuqalar ma'naviy dasturxon ya'ni milliy kontentlarimizda bo'lishi kerak.

Yoshlar xulq-atvorida milliy qadriyatlarni shakllantirishda raqamli vizual texnologiyalarida quyidagicha omillar inobatga olinishi kerak[4]:

Milliy qadriyatlar aks etgan raqamli vizual texnologiyalar tushunchasi. Milliy qadriyatlar aks etgan raqamli vizual texnologiyalar - bu tasvir, video, animatsiya, virtual va kengaytirilgan haqiqat, infografika, ijtimoiy tarmoqlar orqali beriladigan interaktiv, ko'rgazmali vositalar bo'lib, ular milliy kontentda milliy tarbiya milliy qadriyatlarni uzatishda kuchli vosita hisoblanadi.

Raqamli vizual texnologiyalarning yoshlar xulq-atvorida milliy qadriyatlar shakllanishiga ta'siri masalasi. Yoshlar ongiga milliy qadriyatlarni singdirishda bu texnologiyalar:

- ko'rgazmali ta'sir bilan emotsional ta'sir kuchayadi (video lavhalar, hikoyalar, dramatisatsiya orqali);

- interaktivlik orqali faol ishtirok va mustahkamlash ta'minlanadi (ar ilovalar, mini-o'yinlar);

- o'ziga xos milliy obrazlarni yaratish orqali madaniy identitetni rivojlantiradi (milliy qahramonlar, tarixiy voqealar asosidagi kontent).

Yoshlar xulq-atvorida milliy qadriyatlar shakllanishida asosiy vizual texnologiyalarga quyidagilarni misol qilib olish mumkin:

- a) video va animatsiyalar, milliy urf-odatlar, qadriyatlar haqida qisqa motivatsion roliklar, multfilm va animatsiyalar orqali yosh bolalarga qadriyatlarni o'rgatish (masalan, “Avlodlar xazinasi” kabi milliy animatsiyalar), real voqealarga asoslangan dokumental filmlar;

- b) Virtual (VR) va kengaytirilgan haqiqat (AR), O'zbekiston tarixini yoki qadimiy shaharlarni 3D formatda VR yordamida “sayr qilish” imkoniyati, Mobil AR ilovalarda milliy kiyimlar, urf-odatlar yoki maqollar bilan interaktiv tanishish (masalan, “Milliy qadriyatlar AR” ilovasi);

- c) Infografika va interaktiv darslar, darslarda infografika va vizual xaritalar yordamida qadriyatlar strukturasi, manbalari, tarixi tushuntiriladi; Gamifikatsiyalashgan platformalar: masalan, o'yin ko'rinishida milliy madaniyat bo'yicha testlar, topishmoqlar.

d) Ijtimoiy tarmoqlarda kompaniyalar. TikTok, Instagram, YouTube platformalarida yoshlar orasida flashmoblar, #Milliyqadriyatchallenge kabi kompaniyalar; Blogerlar va ta'sirli shaxslar orqali ijobiy qadriyatlar targ'iboti.

Yoshlar xulq-atvorida milliy qadriyatlar shakllanishida mazkur masalaning metodlogik asos bo'aladigan ayrim ilmiy nazariyalarni ko'rib chiqamiz:

Tadqiqotchi A.Bandura [2] sotsial ta'lim nazariyasida yoshlar xulq-atvorida milliy qadriyatlar shakllanishida vizual modellar orqali o'rganish ijtimoiy xulq-atvorga ta'sir qiladi degan ilmiy xulosalar mavjuda.

Tadqiqotchi Richard Mayers [3] Multimedia o'qitish nazariyasi vizual va verbal kontent uyg'unligi bilish samaradorligini oshiradi deb hisoblaydi. O'zining mazkur nazariyasida multimedia materiallar (matn, rasm, audio, video) yordamida bilimlarni o'zlashtirish, agar ular psixologik tamoyillarga mos yaratilsa, samaraliroq bo'lishi, odamlar ma'lumotni ikkita asosiy kanalda qayta ishlaydi: Vizual-kanal (ko'rish, ya'ni matn va rasm) hamda Audial kanal (eshitish) orqali deb xulosa chiqaradi.

"Yoshlar xulq-atvorida milliy qadriyatlarni shakllantirishning raqamli vizual texnologiyalari" mavzusidagi tadqiqotimizga quyidagicha xulosalar qilish mumkin:

Raqamli vizual texnologiyalar milliy qadriyatlarni samarali singdirish vositasiga aylanmoqda. Yoshlar multimedia vositalari (video, infografika, animatsiya) orqali an'anaviy madaniyat, urf-odat va axloqiy me'yorlarni chuqurroq va tezroq anglaydi.

Vizual obrazlar orqali milliy identitet yanada barqaror shakllanadi. Milliy ramzlar, tarixiy shaxslar, urf-odatlar tasvirining raqamli ifodasi yosh ongida ijobiy assotsiatsiyalar hosil qilib, vatanparvarlik va milliy g'ururni mustahkamlaydi.

Interaktiv vizual platformalar yoshlarni faol ishtirokga undaydi. Gamifikatsiya, virtual reallik (VR), animatsion rolli o'yinlar orqali yoshlar o'zini milliy madaniyatning faol subyekti sifatida his qila boshlaydi.

Raqamli vositalar orqali milliy qadriyatlar zamonaviy formatda talqin etiladi. Shakl jihatdan zamonaviy, mazmunan esa an'anaviy bo'lgan vizual mahsulotlar (masalan, TikTok videolaridagi milliy raqslar) qadriyatlarni zamon ruhiga mos uzatishga xizmat qiladi.

Vizual kontentga asoslangan raqamli ta'lim vositalari axloqiy xulqni shakllantirishda muhim omilga aylanmoqda. Didaktik videoroliklar, axloqiy hikoyalar asosidagi komikslar va animatsiyalar yoshlarning ijtimoiy xatti-harakatlariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati:

1.M.Quronov. "Milliy kontent - milliy media dasturxon" nomli Yangi O'zbekiston gazetasining 2025 yil 17 may sonida nashr qilingan.

2. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия : Изучение влияния воспитания и семейных отношений / Альбер Бандура, Ричард Уолтерс; Пер. с англ. Ю. Брянцева, Б. Красовского. — М. : Апрель Пресс : ЭКСМО-Пресс, 2000. — 509 с. (Психология. XX век) [ISBN 5-04-004214-0](#)

3. Richard Mayers. Multimedia Learning. New York: Cambridge University Press, 2001 [ISBN 978-0-521-78749-9](#)

4. Jabborov Xazrat Xusenovich. [Yoshlarda milliy tarbiya shakllanishining psixologik qonuniyatlari](#). Oriental Renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences.

Клычева Мархабо Абдурахмановна
 Бухарский международный университет
 Факультет психологии и иностранных языков
 Электронная почта: Klycevamarhabo@gmail.com
 Контакты: +998905120220

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЗАВИСИМЫХ И СОЗАВИСИМЫХ ЧЛЕНОВ СЕМЬИ ПРИ АДДИКТИВНОМ ПОВЕДЕНИИ ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В статье представлены результаты теоретических и эмпирических исследований характеристик основных структурных составляющих личности созависимых матерей наркоманов. Показано, что созависимость имеет несколько составляющих: когнитивную, личностную, эмоциональную и поведенческую. В статье представлены результаты эмпирического исследования матерей подростков, вызывающих привыкание) на базе. Использовались соответствующие диагностические средства: тест для определения уровня взаимозависимости (Б. Уайнхолд и Дж. Уайнхолд); диагностика эмоционального интеллекта (Н. Холл); тест-анкета по самооценке (В. В. Столин, С. Р. Пантелеев); методология «Индекс образа жизни» (Р. Плутчик, Г. Келлерман, Х. Р. Конте); методология «Склонность к поведению жертвы» (О. О. Андронникова).

Ключевые слова: созависимость, зависимое поведение, дисфункциональная система, возрастные особенности, аддиктивное поведение, пубертат, общая психология, клиническая психология, эмоциональная неустойчивость, действия аддикта, перфекционизм, девиантное поведение, детско-родительские отношения, виктимность, реабилитация аддиктов и созависимых с ними, групповая психотерапия, самоотношение, эмоциональный интеллект

Для цитирования: Куприянчук Е. В. Личностные характеристики родоначальников зависимых подростков.

Философия. Психология. Педагогика, 2021, т. 21, исс. 2, стр. 184-189.
<https://doi.org/10.18500/1819-7671-2021-21-2-184-189>

Izohlar. Maqolada psixologik qaramligi bo'lgan giyohvandlarning onalari shaxsining asosiy tarkibiy qismlari tavsiflari bo'yicha nazariy va empirik tadqiqotlar natijalari keltirilgan. Ko'rsatilishicha, birgalikda bog'liqlik bir nechta tarkibiy qismlarga ega: kognitiv, shaxsiy, hissiy va xulq-atvor. Maqolada o'smirlarning ko'nikma uyg'otadigan onalarining empirik tadqiqotlari natijalari keltirilgan. Tegishli diagnostika vositalaridan foydalanildi: o'zaro bog'liqlik darajasini aniqlash uchun test (B. Uaynhold va J. Uaynhold); hissiy intellekt diagnostikasi (N. Xoll); o'zini o'zi baholash bo'yicha test-so'rovnoma (V.V. Stolin, S.R. Panteleyev); «Turmush tarzi indeksi» metodologiyasi (R. Plutchik, G. Kellerman, X. R. Konte); «Jabrlanuvchining xulq-atvoriga moyillik» metodologiyasi (O.O. Andronnikova).

Kalit so'zlar: psixologik qaramligi bo'lgan xulq-atvor, funksional bo'lmagan tizim, yosh xususiyatlari, qo'shimcha xulq-atvor, pubertat, umumiy psixologiya, klinik psixologiya, hissiy beqarorlik, qo'shimcha xatti-harakatlar, perfeksionizm, deviant xulq-atvor, bolalar-ota munosabatlari, qo'shimcha va ular bilan bog'liq bo'lganlarni tiklash, guruh bo'lib psixoterapiya, o'zini o'zi tutish, hissiy intellekt

Kupriyanchuk E. V. Qaram o'smirlar ajdodlarining shaxsiy tavsiflari. Falsafa. Psixologiya. Pedagogika, 2021, 21-bet. 2, 184-189-satr. <https://doi.org/10.18500/1819-7671-2021-21-2-184-189>

Abstract. The article presents the results of theoretical and empirical studies of the characteristics of the main structural components of the personality of codependent mothers of drug addicts. It is shown that codependency has several components: cognitive, personal, emotional and behavioral.. Appropriate diagnostic tools were used: test to determine the level of codependency (B. Winehold and J. Winehold); diagnostics of emotional intelligence (N. Hall);

self-attitude test questionnaire (V. V. Stolin, S. R. Panteleev); methodology "Index of life style" (R. Plutchik, G. Kellerman, H. R. Conte); methodology "Tendency to victim behavior" (O. O. Andronnikova

Keywords: codependency, dependent behavior, dysfunctional system, age characteristics, addictive behavior, puberty, general psychology, clinical psychology, emotional instability, addict actions, perfectionism, deviant behavior, child-parent relations, victimhood, rehabilitation of addicts and codependents with them, group psychotherapy, self-relationship, emotional intelligence

For citation: Kupriyanchuk E. V. Personal characteristics of codependent parents of addictive adolescents. *Philosophy. Psychology. Pedagogy*, 2021, vol. 21, iss. 2, pp. 184–189 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/1819-7671-2021-21-2-184-189>

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution License (CC-BY 4.0)

Когда речь идет о зависимостях, почти всегда начинаем думать о наркотиках и алкоголе. Однако зависимости охватывают не только вещества, но и поведение.

Зависимость от поведения и веществ обычно характеризуется: дисфункциональной эмоциональной реакцией, нарушением контроля поведения, тоской или беспокойством по поводу поведения или вещества, неспособностью воздерживаться от поведения или содержания, снижением узнаваемости серьезных проблем в результате зависимости. При рассмотрении самых распространенных зависимостей, которые можно встретить у подростков анорексия, булимия, членовредительство, зависимость от азартных игр, алкоголизм, наркомания. Зависимость у молодежи имеет очень много факторов и последствий, которые мы с вами рассмотрим в этой статье. Остановимся всё таки на более распространенной и страшной для зависимого и его членов семьи зависимости, которая вошла в число заболеваний. Болезнью мы эту зависимость называем неспроста. Она имеет настолько много последствий, что зависимому придется пройти обследование у нескольких врачей, по разным специальностям.

Зависимый автоматически становится пациентом гастроэнтеролога, так как он будет наблюдать у себя проблемы желудочно-кишечного тракта: изменения аппетита, рвота, изменения в дефекации. боль в животе, тошнота.

Врача иммунолога, инфекциониста, так как будет наблюдаться повышенная уязвимость инфекционных заболеваний.

Пациентом невропатолога, так как будут наблюдаться церебральные изменения: нарушения внимания, концентрации внимания, снижение успеваемости, повышенный риск развития дегенеративных заболеваний.

Сердечно-сосудистые заболевания, из-за которых придется быть завсегдаем кардиолога: повышается риск развития ишемической болезни сердца, сосудистых спазмов, нарушений сердечного ритма и высокого кровяного давления.

И кроме этого, невозможно в этом состоянии избежать и социальные проблемы: плохие семейные и трудовые отношения, юридические проблемы, экономические. И встретиться лицом к лицу с этими проблемами, которые описаны выше, «поможет» подростку дверь с надписью «наркомания», в которую он осознанно или неосознанно поспешил войти. И дверь эта - путь длиною в жизнь. Самое страшное - это то, что эта болезнь в народе считается «неизлечимой». От нее нет таблеток, уколов, пилуль. Она внутри самого человека. Сложный мозговой процесс, не дающий забыть об этом никогда. Прежде всего, это болезнь мозга и разума. Болезнь тех, кто не знает, как отказать себе, как сказать себе любимому «НЕТ»! Цена этой слабости - собственное будущее, то, о котором думал каждый из тех, кто начал употреблять. То будущее, где есть место для него.

Наркомания (от греч. *nark* – оцепенение, *mania* – безумие, страсть) – заболевание, выражающееся в физической и/или психической зависимости потребителя от наркотиков, постепенно приводящей к разрушению его организма. Необходимо различать понятия

«потребление наркотиков», «наркомания» и «наркотизм». Потребление наркотических средств в принципе аналогично потреблению алкоголя и табака: все эти вещества относят к «вредным благам», поскольку они дают потребителю субъективное ощущение удовольствия, но в то же время наносят его организму вред. Наркопотребление может происходить не только «ради наслаждения», но быть рекомендованным врачом в качестве лекарственного средства - болеутоляющее, снотворное, психостимулятор. Если потребление наркотиков происходит регулярно, то в организме потребителя происходят изменения, в результате которых постепенно формируется физическая и/или психическая зависимость от наркотиков. У зависимого подростка наблюдаются:

- Резкие перепады настроения в короткий промежуток времени, раздражительность, скрытность, враждебность, замкнутость, угрюмость, подавленность, беспокойство.

- Потребность в немедленном удовлетворении своих желаний, отказ обсуждать с родителями свои проблемы, всевозрастающая изоляция от семьи, нежелание знакомить своих новых друзей с родителями.

- Все большее охлаждение к прежним друзьям, новые знакомства, тяга к тем, кто намного старше, имеет странности в поведении, к наркоманам.

- Равнодушие к учебе, спорту, прежним увлечениям, появление у детей чувства ущербности, комплекса неполноценности, нарастание социальной изоляции.

- Отрицание того, что наркотики могут приносить вред, лживость, постоянные опоздания в школу и поздние возвраще-ния домой, потеря чувства времени, усиливающаяся импульсивность.

У зависимых подростков изменяются привычки, образ их жизни:

- Необъяснимые отлучки из дома, неспособность даже приблизительно определить время своего отсутствия, игнорирование семейных праздников, ухудшение успеваемости, сонливость на уроках.

- Неожиданный рост аппетита, как и его потеря, страстная потребность в сладком., изменения в режиме сна и бодрствования: человек спит днем и бодрствует ночью.

- Кражи и распродажи домашнего имущества, вымогательство денег, обильное употребление в речи сленга и терминов, непонятных взрослым, частое проветривание своей комнаты, использование благовоний, освежителей, духов, дезодорантов для устранения наркотических запахов

Наблюдаются резкий фон изменений в физическом состоянии, в организме подростка происходят необъяснимые изменения, такие как

- Потеря веса. Утомляемость, частые простуды, грипп, желудочные боли и судороги.

- Утренняя слабость на фоне вечерней активности, бессвязная, невнятная или быстрая, торопливая речь, обмороки, потеря сознания.

- Воспаленные, налитые кровью, отекающие или «стеклянные» глаза., расширенные или суженные зрачки, недостаточная подвижность глаз, нарывы и болячки вокруг ноздрей, чихание. сухость во рту, кашель, следы укусов на теле, постоянное использование одежды с длинными рукавами.

- Бесцветные пальцы, повышенная потливость холодная липкая кожа, повышенная нервозность, гиперактивность, головокружения, пренебрежение личной гигиеной.

И самое худшее, родители перестают узнавать своего ребенка, причем признание его аффективных расстройств для них недопустимо. Сигналами опасности, которые часто родители упускают из виду являются специфические находки:

- Порошок, упакованный в маленькие бумажные свертки. упакованные в целлофан кусочки темно-коричневой массы, зеленоватый порошок растительного происхождения (чаще всего упакованный в спичечные коробки. Чайные, столовые ложки со следами подогревания на открытом огне.

- Наличие в карманах или дома лекарственных препаратов (снотворные, успокаивающие средства) в таблетках и ампулах, шприцы и упаковки от них, разноцветные таблетки с выдавленными на поверхности символами.

Ни для кого из нас не является секретом, что родители всегда испытывают сильную эмоциональную зависимость от своих детей, что может проявляться в чрезмерном контроле, стремлении спасти ребенка от проблем и постоянном переживании за него. Этот фактор и подталкивает родителей на созависимые отношения. Созависимые родители проявляют в себе чрезмерную заботу и контроль, не способны видеть свои собственные потребности, переживание за ребенка, невозможность признать свои ошибки, склонность к жертвенности:

И как мы успели понаблюдать в своих исследованиях, это очень влияет на поведение подростка, превращая его в инфантильную личность с диссоциальными расстройствами, которая неспособна быть самостоятельным, отличается потерей уверенности в себе, постоянным поиском одобрения, усилением зависимости. Чрезмерная забота и контроль со стороны созависимых личностей в лице родителей и близких усиливает зависимость подростка от родителей и делает его более уязвимым для негативного влияния.

Тема созависимости в научной литературе ярко отражается в различных литературах, Точки зрения представителей науки в определении данного понятия различны, их великое множество. В рамках современных традиций исследований накоплен богатый опыт анализа взаимоотношений в семьях, в которых подростки имеют химическую зависимость. В исследовательском фокусе появился новый термин под названием «созависимость». Несмотря на это ученые пришли к мнению, что единой концепции по этому поводу не существует. Наверно именно поэтому, созависимость еще не признана заболеванием, хотя в ее проявлениях можно отследить различную симптоматику: высокий уровень тревоги, с которым человек пытается справиться через слияние со значимым другим, низкая самооценка, деградация ценностно-смысловой сферы, уход от реальности в мир иллюзий. Очень сложно провести грань между зависимыми и созависимыми отношениями. у близких людей зависимого от химических веществ человека проявляется многоступенчатая конструкция из психопатологических расстройств, которая постепенно приводит не только к психическим, но и физическим проблемам со здоровьем, оказывает влияние на проявление патологических форм поведения. Созависимые полностью погружаются в проблему, испытывают психологическую, социальную, физическую зависимость от употребляющего. Чаще всего созависимостью страдают женщины: жены, матери, сестры. Они часто проживают совместно с предметом своей патологической проблемы и состоят в близких отношениях. Это оказывает влияние на течение болезненного процесса.

Созависимость – это сложная психологическая проблема, которая возникает в семьях, где один из членов семьи страдает аддиктивным поведением, например, алкогольной или наркотической зависимостью, либо зависимостью от игровых автоматов. Члены семьи, которые переживают это деструктивное поведение вместе находятся в созависимых отношениях с зависимой личностью, и часто испытывают сильное беспокойство, тревожность, чувство вины, и склонны к крайностям в своих реакциях, отказываются от собственных интересов и начинают жить жизнью зависимой личности, испытывая беспокойство за его жизнь, но при этом, будучи созависимыми они избегают прямого общения с аддиктивным членом семьи. Описание характеристик и динамики развития проблемы созависимости были выборочно отражены в разных научных работах до того, как этот феномен получил свое название. В начале, этим термином называли совместную жизнь или близкие отношения с зависимым человеком. Потом, в научной среде стали рассматривать этот феномен в более широком смысле – оно стало ассоциироваться также с совместной жизнью или близкими отношениями с любым дисфункциональным человеком. В дальнейшем, в исследованиях впервые появились описания состояний, которые могли бы быть названы созависимостью. Однако даже сейчас тема созависимости получает слабое освещение. Присутствует потребность в дополнительных исследованиях проблемы созависимости, связанных с трансформацией коммуникативной сферы и исследованием причин формирования созависимости (Артемцева, Н. Г. (2017). Феномен созависимости. Общее, типологическое, индивидуальное. М.: Когито-центр. 2017).

Созависимость является очень похожим на зависимость состоянием. Однако, есть два очень важных момента, которые отличают созависимость от зависимости: первая - зависимость может быть осознана без помощи специалистов, созависимость - неосознаваемое состояние и локус проблемы находится во внеи- в значимом другом зависимом. Вот это наличие в жизни или в родительской семье значимого другого с какой-то зависимостью и есть вторая особенность созависимости. То есть в семье есть кто-то очень важный, который имеет химическую зависимость и все его окружение становится созависимыми. Чаще всего созависимый член семьи, зная о своей «болезни» принимает решение по каким то субъективным причинам принимает решение жить именно так, и этим ставит на себе клеймо созависимости. Так реализуется защитная, адаптивная функция созависимости. Для созависимых свойственно непонимание того, кто они есть на самом деле и чего они хотят. В течение своей жизни они продолжают нуждаться в оценке и одобрении своих действий со стороны других людей и не имеют сил и возможностей для выхода из отношений, которые их унижают.

Адаптивная функция созависимости заключается в том, что она позволяет созависимому человеку чувствовать себя защищенным и контролирующим ситуацию, особенно в отношениях с человеком, страдающим зависимостью. Она дает иллюзию значимости и контроля над жизнью зависимого, что может временно облегчить эмоциональное состояние созависимого. Ниже приведены несколько аспектов адаптивной функции созависимости, которые могут временно приносить облегчение, но при этом они обладают разрушительной силой на долгосрочной основе, что и мешает созависимому человеку строить здоровые отношения и заботиться о своем благополучии. Итак это:

- Иллюзия контроля: Созависимый человек может пытаться контролировать действия и поведение зависимого, что дает ему чувство власти и контроля над ситуацией, хоть и иллюзорное.

- Защита от одиночества: Созависимый может оставаться в отношениях, даже если они разрушительны, чтобы не испытывать одиночество и чувство отверженности.

- Чувство значимости: Созависимый может получать чувство значимости и важности, помогая зависимому человеку, даже если это и не приносит ему реальной пользы. Но при этом наличие внутренней установки: «только я могу ему помочь» разрушают его изнутри, толкая его в омут терпимости

- Отказ от личных границ, где созависимый может игнорировать свои личные границы и потребности, чтобы удовлетворить нужды зависимого.

- Оправдание поведения: Созависимый может оправдывать свое поведение и действия, обвиняя зависимого во всех проблемах. В психологии этому можно дать объяснение при помощи двух синдромов – это синдром нытика и синдром жертвы.

"Синдром нытика" - это неформальное обозначение склонности к постоянному нытью, жалобам и негативному мышлению. Это состояние, при котором человек часто акцентирует внимание на проблемах, не замечая положительных сторон, и эмоционально реагирует на негативные события, что может негативно влиять на его окружение.

Синдром жертвы – это психологический феномен, при котором человек постоянно испытывает ощущение беспомощности и перекладывает ответственность за свои проблемы на окружающих. Он воспринимает себя как жертву негативных обстоятельств или действий других людей. При этом этими синдромами обладает и зависимая личность. Признаками этих синдромов являются: постоянные жалобы на жизнь, работу, обстоятельства, других людей, бесконечные оправдания и обвинение окружающих близких, негативное мышление, заикленность внимания на минусах, игнорирование плюсов, эмоциональная неустойчивость, которая отражается в быстрых перепадах настроения, склонности к печали и раздражению, зависимость от внимания, не признание и не предпринимание действий для решения проблем. И если созависимый человек приходит к психологу с жалобой на жизнь, обвиняя значимого зависимого другого во всех своих бедах, специалисту придется работать в первую очередь над осознанием созависимости. А потом над принятием каких-то

решений и взятием ответственности на себя за свою, а не другую, пусть и очень значимую для созависимого.

Несмотря на то, что к настоящему времени в психологической науке накоплен значительный опыт в исследовании созависимости, диагностики и коррекции данного феномена, научная дискуссия о его сущности продолжается до сих пор. Это объясняется сложностью рассматриваемого явления и его высокой вариабельностью, которая не до конца отрефлексирована. Психологический анализ девиантного, в том числе зависимого и созависимого поведения осуществляется в рамках теорий психоанализа (З. Фрейд, К. Хорни, Э. Фромм), социального научения (Р. Акерс, А. Бандура, А. Басс, Д. Зильманн), транзактного анализа (Э. Берн, С. Карпман), эволюционного подхода (Б. Уайнхолд, Дж. Уайнхолд), системной семейной психологии (М. Боуэн), позитивистской концепции аномии Э. Дюркгейма, социокультурного подхода (Р. Мертон, У. Миллер, Л. Оулин, Т. Селлин), стигмы (Г. Беккер, К. Вайл, Н. Валерстайн, И. Гоффман, Э. Лемерт, Р. Портфельд, Э. Сатерленд, Т. Селлин, Ф. Танненбаум)

Ранее было показано, что созависимость - это не отдельное заболевание, а разновидность невротического внутриличностного конфликта, который проявляет себя в интеракции, и характеризуется потерей «самости» (Артемцева, 2012; 2017). Поскольку созависимый человек с одной стороны является манипулируемым, а с другой - пытается сам манипулировать другим человеком, то представляется правомерным говорить о психологических защитах, к которым он прибегает. Под манипуляцией в данном случае понимается «вид психологического воздействия, используемый для достижения одностороннего выигрыша посредством скрытого побуждения другого к совершенно определенным действиям» (Доценко Е.Л. Механизмы психологических защит от манипулятивного воздействия 1994, с.6)

Нестабильная политическая и экономическая обстановка в стране может способствовать росту употребления алкоголя и наркотиков как способа справиться со стрессом и неуверенностью в будущем. В научную литературу понятие химической зависимости впервые ввел Ц.П.Короленко в 1990 году. Существенное влияние на первые работы этого автора оказали зарубежные ученые (в частности, В. Миллер), которые понимали под зависимым поведением систематическое злоупотребление человеком одним или несколькими веществами, изменяющими психическое состояние, без признаков физической зависимости. Такие вещества назывались «психоактивными» и включали в себя химические и фармакологические средства, которые при потреблении воздействуют на психические процессы, например, когнитивную или аффективную сферу.

В дальнейшем Ц.П. Короленко выделил ряд признаков химической зависимости, к которым относятся следующие:

- Потеря контроля над количеством употребленного вещества, будь то алкоголь, наркотик или другое вещество.
- Провалы в памяти, состояние временной амнезии. Как отмечает автор, этот признак характерен для большинства химически зависимых людей.
- Наличие физических страданий, следствием которых выступает продолжение употребления веществ, разрушающих человека, причем осознанное.
- Феномен отрицания. Он выражается в отрицании зависимым человеком своего недуга.

Химическая зависимость влечет за собой серьезные нарушения в различных сферах жизни. Биологические, психологические, социальные факторы активно влияющие на формирование и развитие химической зависимости у человека вызывают не только разрушение личности, но и разрушают жизнь человека в целом. Давайте остановимся на каждом из факторов.

- Биологическим фактором является то, что в настоящее время существует предположение, что химическая зависимость наследуется, то есть передается генетически. На сегодня это всего лишь гипотеза, требующая более углубленного изучения: не во всех

семьях лиц, употребляющих химические вещества, таковыми становятся и дети, однако, они попадают в группу риска. Генетическая предрасположенность играет роль в развитии химической зависимости, но не является единственным фактором. Исследования показали, что в 60% случаев зависимое поведение наблюдается у людей, чьи родственники страдают от патологической зависимости, что указывает на генетическую компоненту. Однако, социальные и психологические факторы также оказывают значительное влияние на развитие зависимости.

- Психологическим фактором являются тяжелые депрессивные ситуации, фрустрация и другие стрессовые ситуации зачастую выступают причинами, по которым человек начинает употреблять наркотики и алкоголь. В кризисные моменты своей жизни человек остается один на один со своими мыслями и желаниями. В стрессовых ситуациях, будь то развод, потеря работы или проблемы с окружающими людьми, у человека может произойти эмоциональный срыв, и тогда внутренняя опустошенность может стать невыносимым испытанием. Зависимость в этом случае становится чем-то, позволяющим восстанавливать баланс сил, на какое-то время уйти от реальности в мир иллюзий. Личностные качества, такие как моральная незрелость, склонность к девиантному поведению, также могут повышать риск развития зависимости. Психологическая зависимость, с другой стороны, связана с психологическими факторами, такими как эмоциональная потребность или желание достичь психического комфорта посредством употребления вещества. Признаками психологической зависимости зависимых и созависимых личностей являются навязчивое влечение, нарушение контроля над дозировкой и частотой приема, абстинентный синдром, физическое и психическое ухудшение, снижение социальной адаптации. У лиц с химической зависимостью 36,67% (показатели выше нормы) и 23,34% у людей без зависимости. Данный тип психологической защиты успешно используется, как наиболее совершенная психологическая защита, по сравнению с другими, которые не справляются с сильными инстинктивными реакциями.

- Социальный фактор может сыграть существенную роль в формировании и развитии у человека зависимости от употребления ПАВ. Социальными факторами мы называем такие факторы, как проблемы в семье, отсутствие понимания в коллективе, смерть близкого человека, детские эмоциональные травмы, нестабильная обстановка в стране и финансовые трудности, играют значительную роль в развитии химической зависимости, особенно в отношении алкоголизма и наркомании. Исследования показывают, что зависимость часто возникает у тех, чьи родственники страдают от патологического пристрастия к веществам, а также у молодых людей, подверженных стрессовым ситуациям и отсутствию поддержки.

Неблагоприятная семейная среда, конфликтные ситуации, отсутствие эмоциональной поддержки, низкая самооценка и стресс могут повысить риск развития химической зависимости. Молодые люди, особенно школьники и студенты, являются наиболее уязвимой категорией, подверженной воздействию социальных факторов, таких как давление группы сверстников и доступ к наркотикам. Семейные проблемы, в том числе алкоголизм или наркомания в семье, могут стать фактором риска для развития зависимого поведения у детей и подростков

Созависимые отношения встречаются чаще, чем люди думают, и их статистика довольно впечатляющая. По разным данным, от 70 до 98% людей могут проявлять признаки созависимости. По мнению экспертов, до 90% американцев демонстрируют некоторые признаки созависимости, хотя это не всегда приводит к полномасштабным созависимым отношениям. Некоторые источники утверждают, что до 80% людей ведут созависимый образ жизни. По опроснику Р. Гиршфильда, у 45% подростков выявлена высокая склонность к созависимости, что подчеркивает распространенность этой проблемы. Опыт раннего детства, травмирующие события и хронический стресс могут быть причиной развития созависимости, как и низкая самооценка. Как утверждает Аусбургер, люди, испытывающие трудности в установлении здоровых границ и имеющие низкую самооценку, могут искать подтверждение в других людях, что может привести к

созависимости, Созависимость не зависит от гендерной принадлежности. Созависимые люди используют внешнюю систему отсчёта, сосредотачивают своё внимание на том, что делает и чего не делает их партнёр

Наркомания — это проблема личного выбора каждого человека. Выбора — принимать или не принимать наркотик? Лучшая защита от того, чтобы не стать наркоманом — это отказ от первой пробы наркотика.

ЛИТЕРАТУРА:

1. (Артемцева, Н. Г. (2017). Феномен созависимости. Общее, типологическое, индивидуальное. М.: Когито-центр. 2017).
2. Бажора Ю.И. Клинические проблемы фармакогенетики // Вісник психіатрії та психофармакотерапії, 2003. – № 1(3). – С. 82-87.
3. Галеева А.Р., Юрьев Е.Б., Валинурова И.Р., Хуснутдинова Э.К. Анализ полиморфизма гена 2A рецептора серотонина у больных с острым алкогольным психозом разной этнической принадлежности // Журн. неврологии и психиатрии,
4. Гильбурд О.А. Духовный смысл русского алкоголизма // Журн. «Кабинет», т 1994. – № 7. – С. 91-102.
5. Гильбурд О.А. Избранные очерки эволюционной психиатрии. – Сургут: РИИЦ «Нефть Приобья», 2000. – С. 109-128.
6. Гильбурд О.А. Наркотическая зависимость в контексте эволюционной биологии // Сб. научн. трудов. Вып. 12. Естественные науки / Сургутский гос. университет,
7. Гребенюк А.А., Пасечников А.Ю., Тузов В.В., Егоров В.И. Наркомании начала XXI века. – Симферополь,
8. Жолдакова З.И. Механизмы процессов биоактивации чужеродных химических веществ под действием ферментных систем организма Вестник РАМН, 2002.
9. Иванов Вяч. И. Дионис и прадионисийство. – Баку, 1923. – 309 с.
10. Итс Р. Шёпот Земли и молчание Неба. – М.: Изд-во полит. лит-ры, 1990.
11. Казначеев В.П. Очерки теории и практики экологии человека. – М.: Наука,
12. Клинков В.Н. Обряды инициации и эволюция подростковой психопатологии
13. Сокольская Т. И., Черенёва Е. А. Черты личности женщин, имеющих деструктивную привязанность в романтических отношениях // Наука и социум. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – 2019. – С. 80–83.
14. Семенчук О. В. Семья: этапы развития и формирования. Демографический аспект // Вестник Самарского государственного экономического университета
15. Султанова И. В., Сафонова С. В. Особенности личных границ у женщин, находящихся в созависимых отношениях

Saidova Ozoda Tohirova

Toshkent Davlat Pedagogika Universiteti Mustaqil Izlanuvchi

BO‘LAJAK O‘QITUVCHILARDA PEDAGOGIK IMIDJNING SHAKLLANISHIDA KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYALARNING O‘RNI

Annotatsiya: mazkur ishda bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy faoliyatida pedagogik imidj tushunchasi, uning asosiy tarkibiy qismlari, pedagog shaxsining kasbiy o‘ziga xosligi va ayniqsa kommunikativ kompetensiyalarning roli atroflicha yoritib berilgan. O‘qituvchi shaxsida shakllanadigan kommunikativ ko‘nikmalar — nutq madaniyati, faol tinglash, empatiya, konfliksiz muloqot olib borish qobiliyatlari — pedagogik imidjning asosiy sifat belgilaridan biri sifatida ko‘riladi. Ishda, shuningdek, o‘qituvchilik kasbiga tayyorlanish jarayonida bu kompetensiyalarni rivojlantirish mexanizmlari, metodlari, amaliy tavsiyalar, xorijiy va milliy tajribalar asosida chuqur tahlil qilingan.

Kalit so‘zlar: bo‘lajak o‘qituvchi, pedagogik imidj, kommunikativ kompetensiya, kasbiy tayyorgarlik, pedagogik muloqot, shaxsiy fazilatlar, nutq madaniyati, muloqot texnologiyalari, kasbiy imidj

Kirish qismi. Bugungi kunda jamiyatimizda ta‘lim tizimiga bo‘lgan talablar oshib bormoqda. Ayniqsa, umumiy o‘rta va oliy ta‘lim tizimlarida faoliyat yuritadigan pedagog kadrlar tayyorlash jarayonida ularning nafaqat nazariy bilimlari, balki shaxsiy fazilatlar, tashqi ko‘rinishi, nutq madaniyati va kommunikativ kompetensiyalari muhim ahamiyat kasb etadi. Zero, o‘qituvchi shaxsiy namunasi bilan o‘quvchilarga ta‘sir ko‘rsatadi, ularning shaxs sifatida shakllanishida yetakchi bo‘ladi.

Pedagogik imidj tushunchasi pedagog shaxsining kasbiy faoliyatida o‘ziga xos ichki va tashqi belgilar majmuasi bo‘lib, ular ichida kommunikativ kompetensiyalar alohida o‘rin tutadi. Chunki o‘qituvchi uchun bilimlarni yetkazish, o‘quvchilar bilan o‘zaro hamkorlikda ishlash, ota-onalar va hamkasblar bilan samarali aloqada bo‘lish — ularning barchasi kommunikatsiya orqali amalga oshiriladi. Agar bo‘lajak o‘qituvchi o‘zida samarali muloqot olib borish ko‘nikmalarini yetarli darajada rivojlantira olmasa, uning imidji qanchalik mukammal tashqi ko‘rinish bilan to‘ldirilmasin, u yetarli samaraga erisha olmaydi.

Pedagogik amaliyot jarayonida bo‘lajak o‘qituvchilar ko‘plab kommunikativ vaziyatlarda o‘zini sinab ko‘rishadi: dars jarayonini olib borishda, o‘quvchilar bilan individual ishda, ota-onalar bilan suhbatlarda, pedagogik jamoada fikr bildirishda va hokazo. Shu sababli kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish pedagogik tayyorgarlik tizimining ajralmas qismi sifatida qaraladi.

Ilmiy manbalar tahlili shuni ko‘rsatmoqdaki, pedagogik imidj faqat tashqi ko‘rinish va kiyinish madaniyati bilan emas, balki shaxsning ichki sifati — mehribonlik, sabr-toqat, ochiqlik, til topisha olish, ijobiy kayfiyat, empatiya kabi jihatlar bilan uyg‘unlashgandagina mukammal bo‘ladi. Ayniqsa kommunikativ kompetensiyalar, ya‘ni nutq jarayonini tashkil etish, pedagogik texnikalardan foydalanish, muloqotning psixologik jihatlarini his qilish o‘qituvchiga kasbiy jihatdan yetuk bo‘lish imkonini beradi.

Shu munosabat bilan ushbu ishda bo‘lajak o‘qituvchilarda pedagogik imidjning shakllanishida kommunikativ kompetensiyalar qanday o‘rin tutishi, ularni rivojlantirishning samarali yo‘llari, mavjud muammolar va ularni bartaraf etish bo‘yicha tavsiyalar tahlil qilinadi.

Pedagogik imidj va kommunikativ kompetensiyalar masalasi nafaqat zamonaviy pedagogika va psixologiya fanining dolzarb yo‘nalishlaridan biri, balki xalqaro miqyosda ham keng tadqiq etilayotgan masalalardan hisoblanadi. XX asrning ikkinchi yarmidan boshlab pedagog shaxsining imidjini shakllantirish, uning kasbiy fazilatlar, shaxsiy o‘ziga xosligi, kommunikativ salohiyatini rivojlantirish muammosi ko‘plab olimlar diqqat markaziga tushgan.

Dastlabki tadqiqotlar Rossiya, AQSh va Yevropa mamlakatlarida olib borilgan bo‘lib, ularda pedagogik faoliyatda o‘qituvchining tashqi ko‘rinishi, nutq madaniyati, mimika, imo-ishora, ovoz

tembri kabi tashqi omillar pedagogik samaradorlikka qanday ta'sir etishi o'rganilgan. Masalan, N.V. Kuzmina, V.A. Kan-Kalik, I.A. Zimnyaya tadqiqotlarida pedagogik mahorat tushunchasi, uning tarkibiy qismlari, jumladan, kommunikativ qobiliyatlar, didaktik va tashkiliy qobiliyatlar muhim o'rin egallashi ta'kidlangan. Ayniqsa, Kan-Kalikning "O'qituvchi muloqoti" (1987) ishida pedagogik muloqotning psixologik asoslari chuqur tahlil qilingan.

G'arb tadqiqotchilari orasida J. Hargreaves, D. Hargreaves, R. Fisher ishlarida o'qituvchi shaxsiyati va uning kasbiy imidji o'quvchilarga motivatsion va emotsional ta'sir qiluvchi omil sifatida ko'riladi. Ularning nazarida, pedagogik imidj — bu nafaqat tashqi ko'rinish, balki shaxsiy qadriyatlar, kasbiy o'zini tutish, til madaniyati va shaxsaro muloqotdagi mahoratning uyg'unligi hisoblanadi.

O'zbekistonlik tadqiqotchilar ham bu yo'nalishda sezilarli ishlar olib borganlar. Jumladan, I. Yuldashev, D. Abdurahmonova, M. Axmedova, Z. Yusupova kabi olimlarning ishlarida bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy tayyorgarligi jarayonida kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirishning milliy modeli, metodik asoslari ishlab chiqilgan. Ularning fikriga ko'ra, zamonaviy ta'lim tizimida o'qituvchi shaxsini shakllantirishda faqatgina nazariy bilim yetarli emas, balki amaliy muloqot, real pedagogik vaziyatlarda ish olib borish, konfliktologik va psixologik savodxonlik kabi jihatlar ham hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Keyingi yillarda pedagogik imidj tushunchasi gender yondashuv, madaniyatlararo kommunikatsiya, o'qituvchi brendi, pedagog shaxsining internet va raqamli muhitdagi ko'rinishi kabi zamonaviy yo'nalishlar bilan ham boyitilmoqda. Bu esa mavzuni nafaqat klassik doirada, balki global tendensiyalar nuqtai nazaridan ham o'rganish zarurligini ko'rsatadi. Shuningdek, Toshkent davlat pedagogika universiteti, Nizomiy nomidagi TDPU, Buxoro davlat universiteti, Qarshi davlat universitetida olib borilayotgan so'nggi ilmiy tadqiqotlarda bo'lajak o'qituvchilarning kommunikativ tayyorgarligi mustaqil modul sifatida ajratib o'rganilmoqda.

Xulosa qilib aytganda, mazkur mavzu bo'yicha nazariy asoslar yetarli darajada shakllangan bo'lsa-da, hali ham amaliy jihatlarni chuqurroq tadqiq qilish, ayniqsa milliy ta'lim tizimi sharoitida kommunikativ kompetensiyalarning pedagogik imidjga ta'sirini aniq mexanizmlar asosida o'rganish dolzarb masala bo'lib qolmoqda. Shu sababli ushbu ish bo'lajak o'qituvchilar pedagogik imidjining shakllanish jarayonida kommunikativ kompetensiyalar qanday o'rin tutishini tahlil qilishga bag'ishlanadi.

Bugungi global ta'lim tizimi sharoitida pedagog shaxsi va uning imidji nafaqat o'qituvchi sifatida kasbiy muvaffaqiyat kaliti, balki butun ta'lim jarayonining sifatini belgilab beruvchi asosiy omil sifatida ko'rilmogda. O'qituvchining pedagogik imidji tushunchasi bir qarashda tashqi ko'rinish va nutq madaniyati bilan bog'liq bo'lib ko'rinib-da, aslida u ancha kengroq tushuncha bo'lib, shaxsiy fazilatlar, kasbiy mahorat, muloqotdagi yondashuv, emotsional barqarorlik va ijtimoiy rollarni muvaffaqiyatli bajarish kabi ko'plab komponentlarni o'z ichiga oladi (Hargreaves, 1994). Shu sababli, bo'lajak o'qituvchilarda pedagogik imidj shakllanishida kommunikativ kompetensiyalar hal qiluvchi o'rin tutadi.

Kommunikativ kompetensiya umumiy ma'noda shaxsning axborot almashinuvida samarali ishtirok etish qobiliyatini anglatadi. Pedagogik jarayonda esa bu qobiliyat o'quvchi, ota-ona, hamkasblar va jamiyat bilan samarali va konstruktiv muloqot olib borish ko'nikmalari majmuasidir (Littlejohn & Foss, 2010). Bu nuqtai nazardan, kommunikativ kompetensiyalarning tarkibiy qismlari bo'lib nutq madaniyati, faol tinglash, muloqot strategiyalari, konfliksiz yechimlarni topish, noverbal kommunikatsiya elementlari, madaniyatlararo muloqotga tayyorgarlik, empatiya, psixologik savodxonlik kabi ko'nikmalar ajratib ko'rsatiladi (Spitzberg & Cupach, 1984).

Pedagogik imidj shakllanishida kommunikativ kompetensiyalar nafaqat o'qituvchining kasbiy nufuzini oshiradi, balki uning dars samaradorligiga, o'quvchilarning motivatsiyasiga, maktab jamoasida sog'lom psixologik iqlim yaratishga, ota-onalar bilan ishonchli hamkorlik o'rnatishga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, yuqori kommunikativ kompetensiyaga ega o'qituvchilar darsda ko'proq interaktiv metodlardan

foydalanadi, talabalarning qiziqishini uyg'ota oladi va ularning faolligini oshiradi (Pishghadam & Navari, 2009).

Milliy va xalqaro tadqiqotlar tahlili shuni ko'rsatmoqdaki, pedagogik imidj tushunchasining rivojlanishi bosqichma-bosqich kechgan. Masalan, Rossiya pedagogika maktabida (Kuzmina, 1990; Kan-Kalik, 1987) o'qituvchining kasbiy mahorati va pedagogik muloqoti ustuvor tushunchalar sifatida ajratilgan. G'arbiy tadqiqotlarda (Hargreaves, 1994; Beijaard et al., 2000) pedagog shaxsiyati, uning kasbiy identifikatsiyasi, pedagogik liderligi va muloqotdagi roli chuqur o'rganilgan. O'zbekiston tadqiqotchilari (Yuldashev, 2019; Abdurahmonova, 2021) esa bo'lajak o'qituvchilarda kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirishning milliy modeli va didaktik asoslariga alohida e'tibor qaratishgan.

Tahlil shuni ko'rsatadiki, o'qituvchi shaxsida pedagogik imidjning shakllanishi uch asosiy asosga tayanadi: birinchidan, kasbiy bilimlar va metodik tayyorgarlik; ikkinchidan, kommunikativ kompetensiyalar va shaxsaro muloqotdagi muvaffaqiyat; uchinchidan, shaxsiy fazilatlar va ichki motivatsiya. Ularning bir-biri bilan uyg'unlashgan holatdagina o'qituvchi haqiqiy pedagogik yetakchiga aylana oladi (Beijaard et al., 2000).

Shuni ham alohida qayd etish lozimki, kommunikativ kompetensiyalar faqat tabiiy qobiliyat sifatida shakllanib qolmaydi, balki uni maxsus o'rgatish, mashq qildirish, simulyatsion vaziyatlar orqali rivojlantirish zarur. Chet el tajribasida (masalan, AQSh va Yevropa mamlakatlarida) kommunikativ kompetensiyalarni shakllantirish uchun alohida modullar, treninglar, teatr texnikalari, interaktiv mashg'ulotlar qo'llaniladi (Fisher, 1998). O'zbekiston tajribasida esa bu yo'nalishda nazariy asoslar mavjud bo'lsa-da, amaliy mashg'ulotlar hajmi hali yetarli emasligi tahlillar orqali aniqlangan.

Tahliliy natijalar shuni ko'rsatadiki, pedagogik imidj shakllanishida kommunikativ kompetensiyalarning roli beqiyos bo'lib, aynan bu kompetensiyalar pedagogga auditoriya bilan ishonchli aloqa o'rnatish, bolalarning shaxsiy ehtiyojlarini sezish, ularning individual qobiliyatlarini rivojlantirish, ota-onalar bilan samarali hamkorlikni yo'lga qo'yish imkonini beradi. Shu sababli, bo'lajak o'qituvchilarni tayyorlash jarayonida kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirishga yo'naltirilgan amaliy mashg'ulotlar, treninglar, muammoli vaziyatlarni tahlil qilish, rol o'yinlari, hamkorlik asosida ishlash uslublarini keng joriy etish muhim hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, mazkur mavzuni tahlil qilish shuni ko'rsatdiki, pedagogik imidj faqat tashqi qiyofa emas, balki kasbiy va shaxsiy kompetensiyalar, ayniqsa kommunikativ kompetensiyalarning uyg'unlashuvi natijasida shakllanadi. Zamonaviy pedagog kadrlar tayyorlash tizimida bu yo'nalishga ko'proq e'tibor qaratish, xalqaro tajribani milliy sharoitga moslashtirish va zamonaviy o'quv uslublarini joriy etish zarur.

Bo'lajak o'qituvchilarda pedagogik imidj shakllantirish jarayoni zamonaviy ta'lim tizimining eng muhim vazifalaridan biri hisoblanadi. Bu imidj shaxsiy fazilatlar, kasbiy mahorat, kommunikativ kompetensiyalar, tashqi ko'rinish, nutq madaniyati, emotsional barqarorlik kabi ko'plab omillar uyg'unlashuvi orqali shakllanadi. O'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatmoqdaki, ayniqsa kommunikativ kompetensiyalar pedagogik imidjda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Chunki aynan kommunikativ kompetensiyalar o'qituvchiga o'quvchilar, ota-onalar, hamkasblar bilan samarali va ishonchli aloqa o'rnatish, murakkab vaziyatlarda konstruktiv yechimlar topish, dars jarayonida o'quvchilar faolligini oshirish imkonini beradi.

Milliy va xalqaro tajribalar tahlili bu yo'nalishda muhim nazariy va amaliy ishlanmalar mavjudligini ko'rsatadi. Shunga qaramay, O'zbekiston ta'lim tizimida kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish bo'yicha amaliy treninglar, simulyatsiyalar, interaktiv metodikalar yetarli darajada joriy etilmagan. Shu bois, bo'lajak o'qituvchilarni tayyorlash jarayonida kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirishga qaratilgan maxsus mashg'ulotlar, treninglar, hamkorlik asosida ishlash uslublarini kengaytirish, xalqaro tajribani milliy sharoitga moslashtirish maqsadga muvofiqdir.

Xulosa qilib aytganda, pedagogik imidj va kommunikativ kompetensiyalar o'qituvchi kasbiy identifikatsiyasining asosiy komponentlari hisoblanib, ular bo'lajak pedagogning shaxsiy

muvaffaqiyati va kasbiy barqarorligini ta'minlashda hal qiluvchi omil bo'lib xizmat qiladi. Shu sababli, ushbu yo'nalish bo'yicha tadqiqotlarni davom ettirish, amaliy jihatlarni rivojlantirish va yangicha yondashuvlarni joriy etish pedagogika fanining dolzarb vazifalaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Abdurahmonova, M. (2021). *Pedagogik faoliyatda kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish asoslari*. Toshkent: TDPU nashriyoti.
2. Beijaard, D., Verloop, N., & Vermunt, J. D. (2000). Teachers' perceptions of professional identity: An exploratory study from a personal knowledge perspective. *Teaching and Teacher Education*, 16(7), 749–764.
3. Fisher, R. (1998). *Teaching thinking: Philosophical enquiry in the classroom*. Continuum.
4. Hargreaves, A. (1994). *Changing teachers, changing times: Teachers' work and culture in the postmodern age*. Cassell.
5. Kan-Kalik, V. A. (1987). *Uchitel' o profesional'nom obshchenii*. Moskva: Prosveshchenie.
6. Kuzmina, N. V. (1990). *Professionalizm lichnosti uchitelya i mastera proizvodstvennogo obucheniya*. Moskva: Vysshaya shkola.
7. Littlejohn, S. W., & Foss, K. A. (2010). *Theories of human communication* (10th ed.). Waveland Press.
8. Pishghadam, R., & Navari, S. (2009). English language teachers' emotional and social intelligence: A study of EFL teachers in Iran. *Teaching English Language*, 3(1), 89–114.

Miralimov Mirjamol Yuldashevich
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

O‘SMIRLARNING JINOYATGA MOYILLIK OMILLARINI ANIQLASH VA ULARNI PSIXOLOGIK KORREKSIYA QILISH YO‘LLARI

Annotatsiya. Ushbu ishda o‘smirlarning jinoyatga moyillik omillari, ularni keltirib chiqaruvchi psixologik sabablar va ijtimoiy sharoitlar tahlil qilinadi. Tadqiqotda o‘smirlarning shaxsiy xususiyatlari, oilaviy muhit, tengdoshlar ta’siri va emotsional beqarorlikning jinoyatga moyillikka ta’siri yoritilgan. Shuningdek, psixodiagnostika orqali bunday holatlarni aniqlash hamda psixokorreksion usullar yordamida o‘smirlarning ijtimoiy moslashuvini yaxshilash yo‘llari ko‘rsatib berilgan.

Kalit so‘zlar: yoshlar tarbiyasi, mas’ul bo‘lgan ota-onalar, o‘qituvchi-tarbiyachilar, jamoatchilik, barkamol yoshlar, ustuvor vazifalar.

Kirish. Zamonaviy jamiyatda voyaga yetmaganlar orasida huquqbuzarlik va jinoyat sodir etish holatlarining ko‘payishi ijtimoiy-psixologik muammo sifatida dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. O‘smirlik davri inson shaxsining shakllanishida o‘ta muhim bosqich bo‘lib, bu davrda ijtimoiy muhit, oila, tengdoshlar guruhi va ta’lim muassasasi bilan o‘zaro munosabatlar shaxsning axloqiy qadriyatlari va xulq-atvor motivlariga kuchli ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli jinoyatga moyillikning dastlabki belgilarini erta aniqlash, uni keltirib chiqaruvchi psixologik omillarni o‘rganish va ularni bartaraf etish bo‘yicha kompleks yondashuv muhimdir.

O‘smir shaxsida jinoyatga moyillik turli omillar — oilaviy nizolar, nazoratsizlik, ijtimoiy befarqlik, emotsional beqarorlik, agressiv xatti-harakatlar va ijtimoiy qadriyatlarning buzilishi natijasida shakllanadi. Ushbu holatlar o‘smirning ijtimoiy moslashuv jarayonini qiyinlashtiradi hamda deviant va delinkvent xulq-atvorning rivojlanishiga zamin yaratadi.

Psixodiagnostika yordamida o‘smirlarning jinoyatga moyilligini aniqlash, ularning shaxsiy xususiyatlari, hissiy holati, ijtimoiy munosabatlari va qadriyat yo‘nalishlarini o‘rganish mumkin. Shu bilan birga, psixokorreksion ishlar orqali bunday o‘smirlarning ijtimoiy faolligini oshirish, o‘zini anglash, ijobiy xulq shakllarini mustahkamlash va ijtimoiy foydali yo‘nalishga yo‘naltirish imkoniyati paydo bo‘ladi.

Mazkur mavzuning dolzarbligi shundan iboratki, jinoyatchilikka moyillikning psixologik ildizlarini erta aniqlash va psixologik korreksiya choralarini ishlab chiqish yosh avlodni sog‘lom ijtimoiy muhitda voyaga yetkazishning eng muhim omillaridan biridir.

Jahon psixologiyasi fanida motivlarning yuzaga kelishi, turlari va yo‘nalganligi, xulq-atvorda ifodalanishi, sub’yekt faoliyatida (o‘yin, o‘qish va mehnat) va muomala-munosabat jarayonlarida shakllanishi Z.Freyd, G.Ollport, A.Maslou, E.Daffi, A.Bandura, D.Berlayn, K.Pribram, Nil Miller, L.Festinger, V.Kettell, Locke, Jon Steys Adams, Edvard Loulerlar ilmiy izlanishlarida keng ko‘lamda tadqiq qilingan. Biroq, mazkur tadqiqotlarda xulq motivlarining ijtimoiy shartlanganligi va ijtimoiy-psixologik mohiyati tadqiqotlarning diqqat markazidan chetda qoladi.

Maslou “Psixologiyadan borliqqa” deb nomlangan asarida, bir vaqtning o‘zida, ma’naviy ehtiyojlar (talablar) ro‘yxatini tuzib, ularni "o‘shish motivlari" (mavjud bo‘lgan qadriyatlar) deb atagan. Biroq, u ularni ta’riflash qiyinligini ta’kidlaydi va hammasi bir-biri bilan chambarchas bog‘liqlikda namoyon bo‘lishi va yuksalib borishini izohlaydi. Ular tarkibiga: mukammallik, yaxlitlik, adolat, to‘liqlik, hayot mazmuni, go‘zallik, oddiylik, namoyishlar boyligi, yaxshilik, haqiqat, osonlik, halollik va boshqalar kirishini aytib o‘tadi. Maslouning aytishicha, insonning yuksalishiga bo‘lgan ehtiyoj inson faoliyatining eng kuchli motivi bo‘lib, shaxsiy rivojlanish tarkibiga kiradi.

Broomning orzu-umidlar (kutish) nazariyasi va uni ishlatish amalda juda yaxshi natijaga ega. U tashkilotlarda ishchilarni rag‘batlantirishni kuchaytirish va turli darajadagi menejerlar faoliyati uchun juda foydalidir.

Amerikalik psixolog Jon Steys Adamsning tenglik (adolat) nazariyasida, inson motivatsiya samaradorligini ba'zi bir omillar bilan emas, balki boshqa sharoitlarda bo'lgan boshqa odamlar tomonidan olingan hisob-kitoblarni va natijalarni hisobga olgan holda baholaydi. Ya'ni motivatsiya insonning ehtiyojlari nuqtai nazaridan emas, balki uni boshqalar bilan taqqoslash asosida ko'rib chiqiladi. Bunda sub'yektiv baholardan bahramandlik ya'ni, odamlar o'zlarining sa'y-harakatlari natijalari bilan atrofdagi kishilarning sa'y-harakatlari va ularning natijalari bilan o'zaro taqqoslashadi. Va bu yerda uchta variantda tenglik (adolat): yetarli baholanmaganlik, adolatli baho, ortiqcha baholashda namoyon bo'ladi.

Maslouning olib borgan tadqiqotlari tahlillariga ko'ra, har bir inson uchun eng muhim ehtiyojlar ro'yxatini tuzish kerak. Shundan keyin, ehtiyojlar piramidasi bo'yicha ehtiyojlarni guruhlariga bo'lish va birinchi navbatda qanday ehtiyojlarni qondirish mumkinligini aniqlashga harakat qilish lozim. Natijada, o'sha odam xulqini va boshqa o'rganilayotgan odamlarning xulq-atvorida qanday ehtiyoj darajasining ustunligini aniqlash mumkin.

Qizig'i shundaki, Abraxam Maslouning e'tirof etishicha, "o'zini-o'zi ifodalash (namoyon qilish) bosqichi" barcha odamlarning atigi 2 foizini tashkil etadi. O'z ehtiyojlaringizni hayotda erishgan natijalaringiz bilan uyg'unlashtiring (solishtirsangiz) va siz ushbu toifadagi insonlardan biri ekanligingizni yoki emasligingizni bilib olasiz, degan xulosaga keladi.

Shaxs psixologiyasi muammolarini, uning tarixiy kechishi va ontogenizda rivojlanishi bilan bog'liq konseptual masalalarni chuqur o'rganishda motivasion sohani tatqiq etish tayanch hisoblanadi.

1. Motivlar o'zini hosil qilgan ehtiyojlar bilan farqlanadi. Shuning uchun, ularni boshlang'ich-organik va ma'naviy-yuksak motivlarga ajratish mumkin. Maqsadlar esa, A.Maslouning "piramidasi"ga ko'ra, ehtiyojlarning mavjud tasniflariga qarab ham turlarga bo'linishi mumkin.

2. Motivlar ehtiyoj ob'yektini aks ettirish shakli bilan ham ajralib turadi.

3. Ehtiyojlarni qondirish muddatiga qarab ham motivlar farqlanadi. Amaldagi vaqtga ko'ra - qisqa muddatli va uzoq muddatli motivlar, keng va tor doiraga xos motivlar bo'lishi mumkin.

4. Maqsadning ongda ishtirok etish darajasiga qarab ham motivlar - ongli va ongsiz, tushunarli va chindan ham samarali bo'lishi mumkin.

S.L.Rubinshteyn har qanday shaxsning xulq-atvorini psixologik jihatdan tushuntirishda qo'zg'atuvchilar (qo'zg'ovchilar)ni turli bosqichlarda o'zaro murakkab bog'liqlikdagi kechish holatini olib qarash lozim, deb ta'kidlaydi.

Motiv va motivatsiya tuzilishini genetik bosqichda tarkib topish ehtimolini tahlil qilish natijasida ularning sodda bir bosqichli tizimlardan murakkab va ko'p bosqichli yuksak darajaga o'sib o'tish jarayonini ishonchli omillar yordamida yaqqol ko'rsatib beradi. Ularning dinamik va ma'naviy tomonlari uyg'un rivojlanish prinsipiga asoslanishi e'tirof etilgan. Motiv va motivatsiya tuzilishiga oid masalaga yondashish jarayonida butun e'tiborni ularning mazmuniy jihatini alohida ko'rsatishga, ma'naviy tomonlarining birlamchiligini belgilashga qaratiladi.

Voyaga yetmagan o'smirlar xulqi og'ishganligi muammosi bo'yicha turli soha vakillari, jumladan faylasuflar, sosiologlar, psixologlar, psixofiziologlar va pedagoglar B.G.Ananyev, G.M.Andreyeva, A.A.Bodalev, Ye.V.Shoroxova, A.V.Vedenov, Yu.M.Zabrodin, A.G.Kovalev, I.S.Kon, T.A.Kitvel, V.S.Merlin, V.N.Myasixev, I.P.Pavlov, Q.Q.Platonov, Ye.D.Parigin, S.L.Rubinshteyn, V.V.Stolin, V.A.Yadov, I.Aizen, M.F.Fisehbein, T.Maslay va boshqalar o'z tadqiqot maqsadlariga asoslanib munosabatning turli yo'nalishlar bo'yicha tadqiqot obyektiga aylantirganlar va ma'lum darajada munosabat mezonini talqin qilishning nazariy-fundamental asoslarni yaratganlar. E.G.G'oziyev, G.B.Shoumarov, V.M.Karimova, R.I.Sunnatova, B.R.Qodirov, N.S.Safeyev, Sh.R.Barotovlar, N.A.Yaxyarovlarning rahbarligida olib borilgan ilmiy izlanishlarda o'smirlar xulqi og'ishganligining ijtimoiy-psixologik kategoriya sifatidagi talqinlariga ma'lum darajada e'tibor qaratilgan. Shunday bo'lsada, maktab yoshidagi o'quvchilar uchun o'ziga xos qiyosiy tipik xarakterga ega bo'lgan xulq og'ishganligi ko'rsatgichlarini tadqiq qilish masalasi alohida ilmiy tadqiqot predmeti sifatida ko'rib chiqilgan.

Bu muammolar yechimiga ilmiy psixologik nuqtai nazardan yondashsak, axir, har qanday xatti-harakat (va hatto harakatsizlik) deyarli har doim o'z motiviga ega. Unda motivatsiya nima? Bu savolga ilmiy va asosli javob topish uchun jahon psixologiya fanida motiv va motivatsiya muammolari qanday tadqiq etilganligini tizimli o'rganish maqsadga muvofiqdir. Motiv va motivatsiyaga doir nazariyalarni o'rganar ekanmiz, bu tushunchaning aniq mazmuniy mohiyatini yoritish zarurati yuzaga keladi.

Chet el psixologiyasida motivlar va motivatsiyani o'rganishga bag'ishlangan qator tadqiqotlar mavjud bo'lib ular jahon psixologiyasiga qo'shilgan katta hissadir.

G'arb psixologiyasida motivatsiya muammolari dastlab Spinoza, Gobbs, Dekart asarlarida o'z ifodasini topganligini ko'ramiz. Ushbu masalalar bilan assosionistik, introspektiv, bixeviorizm, geshtalt psixologiya, psixoanaliz kabi psixologiya maktablarining namoyandalari keng ko'lamda shug'ullanganlar (U.Djeyms, E.Tolmen, K.Xall, K.Levin, 3.Freyd va boshqalar).

Aslida, psixologiyada motiv (nemischa-"motive", fransuzcha-"motif", lotincha-"movere" so'zidan kelib chiqadi)- harakat qilaman degan ma'noni anglatadi. Zamonaviy psixologiyada motivatsiya atamasi sub'yektni faollikka undovchi yoki faolligini ta'minlovchi kuch sifatida ishlatiladi. Motivatsiya ehtiyoj va instinktlarga, ehtiros va hissiyotlarga, munosabat va ideallarga mazmun bag'ishlaydi.

Motivatsiyaning bir necha ta'rifi mavjud:

Motivatsiya-bu harakat qilishga undovchi kuch;

Motivatsiya - har qanday faoliyat orqali insonning ehtiyojlarini qondirish qobiliyati;

Motivatsiya - bu insonning xatti-harakatini boshqaradigan va uning faoliyatini tashkiliy yo'nalganligini, barqarorligini belgilaydigan dinamik psixofiziologik jarayon.

Motiv bu g'oyaviy-ma'naviy yoki moddiy ob'yektga yo'nalgan harakatlar bo'lib, uning muvaffaqiyati faoliyatning barqaror maqsadi va mazmundorligi bilan byelgilanadi.

Hozirgi vaqtda motivatsiya konsepsiyasiga munosabat turli olimlar tomonidan turlicha farqlanadi. Kimdir motivatsiyani inson faoliyatini yuzaga keltirgan jarayonlarning to'plami deb mulohaza qiladigan bo'lsa, boshqalari motivatsiyani maqsadga erishishga yo'nalgan harakatlarning bir qismi deb baholaydi.

Ba'zi nazariy tahlillarda motiv tez-tez ehtiyoj yoki maqsad bilan aralashib ketganligini kuzatamiz, ammo ehtiyoj bu noqulaylikni bartaraf etishga qaratilgan anglangan kechinmadir. Motiv - maqsadni belgilashning ongli jarayonidir. Misol uchun, ochlik ehtiyojni yuzaga keltiradi, ovqatlanish xohishi bu motivdir. Odamning qo'li yetadigan, foydalanishga mo'ljallangan mavjud oziq-ovqat esa maqsad hisoblanadi.

Motivatsiya yoki motiv o'zining xilma-xilligi bilan farqlanuvchi murakkab psixologik hodisa hisoblanadi.

Motivatsiya nazariyasini o'rganish va insonning ehtiyojlarini tahlil qilish, ularning mazmuni va uning motivatsiya bilan qanday bog'liqligini aniqlash hamda ular odamni muayyan faoliyatga nimaga undashi kerakligini tushunish mazkur muammoni ilmiy asoslash va yechimini topishga yordam beradi. Ushbu ehtiyojlarni o'rganish uch asosiy yo'nalishning paydo bo'lishiga olib keldi:

- motivatsiyaning tayanch (muhim) nazariyalari;
- motivatsiyaning prosessual nazariyalari;
- insonlarning o'ziga xos qiyofasini o'rganishga asoslangan motivatsiya nazariyalari.

Z.Freyd motivning qonun-qoidalarini faqat dinamik energetik holat tariqasida talqin qiladi. Bir guruh chet el psixologlarining fikriga qaraganda, motiv - bu tajriba va reaksiyalarning energetik jabhasidan iboratdir.

G.Ollport inson motivatsiyasi mohiyatini ochishda shaxsning shakllanishi va ijtimoiy mohiyatiga yo'naltirilgan yondashuvni tatbiq etish g'oyasini ilgari suradi. Uning o'zini-o'zi namoyon qilish nazariyasida shaxs motivatsiya sub'yekti tariqasida tahlil qilinadi. O'zining shaxs konsepsiyasida shaxsni "ochiq tizim" sifatida talqin qilib, motivni quyi (biologik ehtiyoj) va yuqori (ma'naviy rivojlanish) darajalarga ajratadi. Ollport motiv shaxsda o'zak ekanligini ta'kidlaydi,

lekin ma'naviy motivlarni ijtimoiy - tarixiy sharoitlar bilan uzviy aloqasi mavjudligini biroz diqqat -e'tibordan chetda qoldiradi.

Xulosa Shaxsning psixologik taraqqiyoti, uning tarixiy kechishi va ontogenizda rivojlanishi bilan bog'liq konseptual masalalarni chuqur o'rganishda motivasion sohani tatqiq etish tayanch hisoblanadi. Motivatsiya odamni muayyan xatti-harakatlarni bajarishga undash jarayoni, ko'pincha muqobil usullarni tahlil qilish va baholashni, tanlash va qarorlar qabul qilishni talab qiluvchi jismoniy-psixologik jihatdan uyg'unlashgan mohiyatli murakkab harakat jarayoni bo'lib, bu jarayon murakkablashib boradi va o'z mohiyatiga ko'ra sub'yektning yuzaga kelgan tayanch ehtiyojlarini qondirishga yo'nalgan faoliyatni tanlash va uni amalga oshirish jarayonini belgilaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Norqulova N.T. Affiliatsiya motivi – talabalar ma'naviy qiyofasini shakllantiruvchi ijtimoiy-psixologik omil // Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) ilmiy darajasini olish uchun tayyorlangan dissertatsiya. T.: 2017, - 144 b.
2. Rutter M. Stress, coping and development: Some issues and some questions / Journal of child psychology and psychiatry. - 1991.-V, 22.-N 4.-P. 323-356.
3. Петровская Л.А. Компетентность в общении. Социально психологический тренинг / Л.А. Петровская – М.: Изд.-во МГУ, 2016. – 216 с.

**TALABALARDA KONFLIKTOLOGIK MADANIYATNI SHAKLLANTIRISHDA
EMPATIYA VA KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYANING ROLI**

Annotatsiya: mazkur ishda talabalarda konfliktologik madaniyatni shakllantirish jarayonida empatiya va kommunikativ kompetensiyaning tutgan o'rnini psixologik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. Konfliktologik madaniyat nafaqat nizolardan qochish yoki ularni bartaraf etish qobiliyati, balki nizolarni tushunish, har ikki tomonning pozitsiyasini inobatga olish va konstruktiv yechim topish uchun zarur bo'lgan hissiy va kommunikativ jihatlarni ham qamrab oladi. Annotatsiyada empatiya — boshqalarning hissiy holatini his qilish, tushunish qobiliyati, kommunikativ kompetensiya esa — samarali muloqot olib borish ko'nikmalari sifatida yoritiladi. Ularning talabalik davrida shakllanishi shaxslararo munosabatlarni mustahkamlash, jamoada ishlash samaradorligini oshirish, shuningdek, ijtimoiy muhitda barqarorlikni ta'minlashga xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: konfliktologik madaniyat, empatiya, kommunikativ kompetensiya, talabalar, psixologik xususiyatlar, shaxslararo munosabatlar, konfliktlarni hal qilish, ijtimoiy barqarorlik.

Kirish qismi. Hozirgi globallashuv va axborotlashgan jamiyatda yoshlar, xususan talabalar turli ijtimoiy guruhlar, qarashlar va qadriyatlar to'qnash keladigan muhitda yashamoqdalar. Shunday sharoitda konfliktologik madaniyat — ya'ni nizolarni tushunish, ularni samarali boshqarish va konstruktiv hal etish madaniyati — yoshlarning shaxsiy va kasbiy rivojlanishi uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

Konfliktologik madaniyat faqatgina nazariy tushuncha emas, balki amaliy ko'nikmalarning majmui bo'lib, unda empatiya va kommunikativ kompetensiya alohida o'rin tutadi. Empatiya — bu boshqalarning his-tuyg'ularini anglash, ularning ahvoriga hamdardlik ko'rsatish, kommunikativ kompetensiya esa samarali va mazmunli muloqotni yo'lga qo'yish, fikrni aniq ifodalash va qarama-qarshi tomon bilan kelishuvga erisha olish qobiliyatidir.

Talabalar hayotida bu jihatlarni nafaqat do'stlar, guruhdoshlar yoki o'qituvchilar bilan aloqalarda, balki kelajakdagi kasbiy faoliyatda ham beqiyos ahamiyatga ega. Ayniqsa, jamoada ishlash, muammolarni jamoaviy hal qilish, yetakchilik sifatlarini namoyon etishda empatiya va kommunikatsiya muhim asos bo'lib xizmat qiladi. Shu sababli, mazkur ishda ushbu jihatlarning konfliktologik madaniyat shakllanishiga ta'siri chuqur tahlil qilinadi, shuningdek, ularni rivojlantirish bo'yicha psixologik tavsiyalar ishlab chiqiladi.

Konfliktologik madaniyat tushunchasi XX asrning ikkinchi yarmidan boshlab ijtimoiy-psixologik tadqiqotlarda faol o'rganila boshladi. Bu yo'nalish ayniqsa sotsiologiya, psixologiya, pedagogika va menejment sohalarida dolzarb bo'lib, jamiyatda yuzaga keladigan nizolarni samarali boshqarish zarurati bilan bog'liq. Konflikt nazariyasi doirasida L. Koser, R. Darendorf, K. Levin, E. Erikson kabi olimlar konfliktning ijtimoiy, psixologik ildizlarini va ularni hal etish mexanizmlarini tushuntirishga harakat qilganlar.

O'zbekiston kontekstida esa konfliktologik madaniyat yoshlar tarbiyasi va ta'lim tizimida muhim masala sifatida qaralmoqda. Yurtimiz psixologlari (masalan, X.S. Xolmatova, G.S. Qodirova, D.T. Rahmatova) yoshlarning shaxsiy rivojlanishida konfliktlarni hal qilish ko'nikmalari, kommunikativ madaniyat va empatiyaning o'rnini haqida tadqiqotlar olib borganlar. Ularning ishlarida talabalar orasida uchraydigan asosiy konflikt turlari, ularning kelib chiqish sabablari, shuningdek, pedagogik va psixologik oldini olish choralariga e'tibor qaratilgan.

Xorijiy adabiyotlarda empatiya va kommunikativ kompetensiyaning konfliktlarni hal qilishdagi roli alohida yo'nalish sifatida ko'rib chiqiladi. Xususan, D. Golemanning hissiy intellekt haqidagi ishlari, K. Rogersning insonlararo munosabatlarda empatiya tamoyillari, M. Argayl va E. Bernning kommunikatsiya modellari o'ldiradi tadqiqotlari muhim ahamiyatga ega. Ushbu tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, shaxslararo nizolarda har ikkala tomonning hissiy ahvoriga anglash

va samarali muloqot olib borish ko'nikmalari muammolarni konstruktiv hal etishda hal qiluvchi ahamiyatga ega bo'ladi.

Amaliy tadqiqotlarda esa talabalar orasidagi empatiya darajasi va kommunikativ kompetensiya ularning jamoada ishlash samaradorligi, liderlik qobiliyatlari, stressga chidamliligi bilan chambarchas bog'liqligi qayd etilgan. Aksariyat psixologik treninglar, konfliktlarni boshqarish bo'yicha dasturlar aynan empatiya va kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirishga qaratilgan.

Shuningdek, zamonaviy davrda raqamli kommunikatsiya (onlayn muloqot, ijtimoiy tarmoqlarda yuzaga keladigan nizolar) sharoitida ham konfliktologik madaniyat muammosi dolzarblashgan. Tadqiqotchilar yoshlar, ayniqsa talabalar orasida raqamli etikaga rioya qilish, onlayn bahs-munozaralarni sog'lom olib borish uchun ham empatiya va kommunikativ kompetensiyaning kuchli bo'lishi lozimligini ta'kidlaydilar.

Mavzu xalqaro va milliy miqyosda yetarlicha o'rganilgan bo'lsa-da, aynan talabalik davrida ushbu jihatlarning shakllanishi, o'zaro aloqadagi psixologik mexanizmlar va ularni rivojlantirish strategiyalari bo'yicha izlanishlar davom etmoqda va ularning natijalari hozirgi ta'lim tizimi va yoshlar siyosati uchun muhim nazariy va amaliy asos bo'lib xizmat qilmoqda.

Talabalarda konfliktologik madaniyatni shakllantirish jarayonida empatiya va kommunikativ kompetensiya asosiy psixologik resurslar sifatida e'tirof etiladi. Analitik yondashuv bilan qaralganda, ushbu elementlarning har biri konfliktning qanday rivojlanishi va hal qilinishida muhim rol o'ynaydi.

Konfliktologik madaniyatning tarkibiy qismlari tahlili

Konfliktologik madaniyat bu shunchaki nizolarni bartaraf etish qobiliyati emas, balki quyidagi tarkibiy qismlarni o'z ichiga oluvchi murakkab tushuncha:

- Konflikt haqidagi tushunchalar (nima uchun, qayerda, qanday sharoitda yuz beradi);
- Shaxsiy pozitsiyani aniqlash (o'z huquqlari va chegaralarini bilish);
- Emotsional boshqaruv (hissiyotlarni nazorat qilish, impulsiv harakatlardan tiyilish);
- Kommunikativ strategiyalar (to'g'ri savollar berish, faollik, murosaga tayyorlik);
- Empatik yondashuv (boshqa tomonning hissiy holatini tushunish va his qilish).

Tadqiqotlar (masalan, K. Rogers, D. Batson ishlari) empatiya darajasi yuqori bo'lgan yoshlar konfliktlarda ko'proq konstruktiv va kamroq destruktiv yondashuvlarni tanlashini ko'rsatgan. Bu esa talabalik muhitida jamoaviy ishlar, do'stlik, o'qituvchi bilan muloqotda barqarorlikni ta'minlaydi.

Kommunikativ kompetensiyaning konfliktologik jihatlari

Kommunikativ kompetensiya — samarali muloqot qilish, fikrni aniq yetkazish, faol tinglash, mos tilda va mos uslubda gapirish qobiliyati. Tahlillar shuni ko'rsatadiki:

- Kommunikativ kompetensiya yetishmaydigan talabalarda tushunmovchiliklar, noto'g'ri tushunishlar va shaxsiy hujumlarga moyillik yuqori;
- Kommunikativ kompetensiyasi rivojlangan talaba esa vaziyatda ham so'z, ham tana tilidan, ham tinglash ko'nikmalaridan foydalana oladi;
- Ular konflikt vaziyatini ochiq muloqotga aylantirib, tomonlar o'rtasida tushunish va kelishuvga erisha oladi.
- M. Argaylning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, kommunikativ ko'nikmalar shaxsiy va ijtimoiy muvaffaqiyat uchun asosiy omil bo'lib, ayniqsa yoshlar orasida ijtimoiy moslashuvni ta'minlaydi.

Amaliy muammolar va ularni psixologik yondashuv bilan tahlil qilish

O'zbekiston talabalari orasida olib borilgan kuzatuv va so'rov natijalari shuni ko'rsatadiki, ularning katta qismi o'z konfliktologik tajribalarida hissiy portlash, muloqotni to'xtatish yoki kuchli reaksiyalar orqali javob beradi. Buning sabablari:

- emotsional yetuklikning pastligi;
- empatiya ko'nikmalari rivojlanmaganligi;
- kommunikatsiya madaniyatining sustligi;

• ijtimoiy-madaniy sharoitlarning o'ziga xosligi (masalan, an'anaviy "katta-kichik" muammosi, tanqidni og'ir qabul qilish).

Bu muammolarni bartaraf etishda psixologik treninglar, rolda o'ynash mashqlari, empatiya rivojlantirish mashg'ulotlari, kommunikativ kompetensiya bo'yicha treninglar samarali bo'lishi aniqlangan. Psixologlar (masalan, X.S. Xolmatova, D.T. Rahmatova) tomonidan yaratilgan metodikalar shaxslararo nizolarning oldini olish va sog'lom ijtimoiy muhit yaratishda muhim o'rin tutadi.

Zamonaviy tahdidlar va konfliktologik madaniyatning dolzarbligi

Bugungi kunda onlayn muloqot, ijtimoiy tarmoqlardagi bahs-munozaralar ham yoshlar konfliktologik madaniyatini sinovdan o'tkazmoqda. Raqamli kommunikatsiyada empatiya ko'pincha sust bo'lishi, tana tili yoki ovoz ifodasi yo'qligi sababli tushunmovchiliklar ko'payishi kuzatiladi. Bu sharoitda:

- raqamli etikani bilish;
- onlayn kommunikatsiya ko'nikmalarini rivojlantirish;
- virtual muhitda ham empatiya elementlarini saqlash (masalan, hurmatli yozish, provokatsiyalardan tiyilish) — konfliktologik madaniyatning zamonaviy talablari sifatida qaraladi.

Umuman olganda, empatiya va kommunikativ kompetensiya konfliktologik madaniyatning asosiy ustunlari bo'lib, ular nafaqat shaxsiy rivojlanish, balki talabalik jamoasida barqaror va sog'lom psixologik muhit yaratish uchun zarurdir. Tahliliy jihatdan, ushbu komponentlarni rivojlantirish talaba yoshidagi insonlarda stressga chidamlilikni oshiradi, ijtimoiy moslashuvni kuchaytiradi, kelajakdagi kasbiy hayotga puxta tayyorgarlik beradi. Shu sababli, ularni shakllantirish yo'llarini chuqur o'rganish dolzarb va amaliy jihatdan ahamiyatli vazifa hisoblanadi.

Yuqoridagi tahlillardan kelib chiqqan holda shuni aytish mumkinki, talabalar orasida konfliktologik madaniyatni shakllantirish hozirgi davrda dolzarb vazifalardan biridir. Bu madaniyatning asosini tashkil qiluvchi empatiya va kommunikativ kompetensiya shaxslararo munosabatlarda muvozanat, murosaga tayyorlik va konstruktiv yondashuvni ta'minlaydi.

Empatiya shaxsga nafaqat o'zini anglash, balki qarama-qarshi tomonning hissiyotlarini his qilish, tushunish imkonini beradi. Kommunikativ kompetensiya esa bu hissiy tushunishni to'g'ri muloqotga aylantirib, nizolarni hal qilishda samarali vosita bo'lib xizmat qiladi. Shu sababli, ushbu ko'nikmalarni rivojlantirish bo'yicha psixologik treninglar, mashg'ulotlar va amaliy tadbirlar talabalik davridan boshlanishi zarur.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, empatiya va kommunikativ kompetensiyasi rivojlangan talabalar stressga chidamliroq, jamoaviy ishda samaraliroq, shuningdek, akademik va shaxsiy muvaffaqiyatga erishish yo'lida ko'proq imkoniyatga ega bo'ladilar. Shuningdek, raqamli muloqot sharoitida ham ushbu kompetensiyalar konfliktologik madaniyatning ajralmas qismi sifatida dolzarbligini saqlab qolmoqda.

Yakuniy xulosa sifatida shuni ta'kidlash joizki, talabalarda konfliktologik madaniyatni shakllantirish jamiyatda sog'lom ijtimoiy muhit yaratish, kelajak kasbiy faoliyatida samarali jamoaviy ish olib borish va shaxsiy farovonlikni ta'minlash uchun muhim psixologik asosdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Koser L. Ijtimoiy konfliktlar nazariyasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2000.
2. Rogers K. Inson shaxsiyati va empatiya psixologiyasi. – Moskva: Eksmo, 2003.
3. Argayl M. Samarali muloqot psixologiyasi. – Moskva: Rech, 2001.
4. Goleman D. Hissiy intellekt: Nega u IQdan muhimroq. – Moskva: Mann, Ivanov va Ferber, 2008.
5. Xolmatova X.S. Oliy ta'lim muassasalarida talabalarning kommunikativ madaniyatini rivojlantirish. – Toshkent: Fan, 2015.
6. Qodirova G.S. Talabalarda konfliktologik madaniyatni shakllantirish psixologiyasi. // Psixologiya va hayot, №2, 2022.

7. Rahmatova D.T. Empatiya va uning shaxslararo munosabatlarga ta'siri. // Yosh olim jurnali, №5, 2021.
8. Buxoriy M. Rivojlanayotgan jamiyatda yoshlar madaniyati va nizolar. – Toshkent: Adolat, 2019.
9. UNESCO. Conflict resolution in higher education. – Paris: UNESCO Publications, 2020.
10. Batson C. D. Empathy-induced altruism in social interactions. – Annual Review of Psychology, 1991.

Nurullayev Firuz Fayzilloyevich,
Buxoro Davlat Universiteti tadqiqotchisi

KASBIY O'ZLIKNI ANGLASH VA UNING MOTIVATSIYAGA TA'SIRI: SHAXSNING PROFESSIONAL RIVOJLANISHIDAGI PSIXOLOGIK OMILLAR

Annotatsiya: ushbu maqola kasbiy o'zlikni anglash jarayoni va uning shaxsning motivatsiyasiga ta'sirini o'rganishga bag'ishlangan. Kasbiy o'zlik (professional identity) shaxsning o'zini kasbiy kontekstda qabul qilishi va tasavvur qilishi bo'lib, bu uning professional faoliyatdagi samaradorligi va shaxsiy rivojlanishida muhim rol o'ynaydi (Ibarra, 1999; Pratt et al., 2006). Motivatsiya esa kasbiy maqsadlar sari intilish, kasbiy qoniqish va mehnat samaradorligini ta'minlovchi asosiy psixologik omillardan biridir (Deci & Ryan, 2000). Tadqiqotlarda kasbiy o'zlikni kuchaytirish orqali ichki motivatsiya oshishi va shu bilan professional rivojlanish jarayonining yaxshilanishi ko'rsatilgan (Gecas, 1982; Stryker & Burke, 2000). Shu nuqtai nazardan, maqola kasbiy o'zlikni anglash va motivatsiyaning o'zaro bog'liqligi hamda ularning shaxsning kasbiy faoliyatidagi ahamiyatini chuqur tahlil qiladi.

Kalit so'zlar: kasbiy o'zlik, professional identifikatsiya, motivatsiya, ichki motivatsiya, kasbiy rivojlanish, psixologik omillar, shaxsiy o'sish.

Kirish. Kasbiy o'zlik — shaxsning o'zini professional faoliyat kontekstida qanday qabul qilishi va shu sohada o'zini qanday tasavvur qilishi (Ibarra, 1999) — bugungi kunda kasbiy psixologiya va mehnat psixologiyasi sohalarida dolzarb mavzulardan biridir. Bu tushuncha, shaxsning o'z kasbiy yo'lini shakllantirishda, kasbiy maqsadlar belgilashda va professional rivojlanishda markaziy ahamiyatga ega (Pratt, Rockmann, & Kaufmann, 2006). Kasbiy o'zlikning shakllanishi va rivojlanishi shaxsning o'z-o'zini anglash darajasi va shu orqali motivatsiyasi bilan bevosita bog'liqdir (Stryker & Burke, 2000). Motivatsiya esa, ayniqsa ichki motivatsiya, shaxsning professional faoliyatda o'zini amalga oshirishida asosiy psixologik resurslardan biri hisoblanadi (Deci & Ryan, 2000).

Ko'plab tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kuchli kasbiy o'zlik shaxsni kasbiy qiyinchiliklarga bardosh berishga, yangi mahoratlarni o'zlashtirishga va professional maqsadlar sari izchil intilishga undaydi (Gecas, 1982). Shu bilan birga, kasbiy identifikatsiyaning yuksalishi ichki motivatsiyani kuchaytiradi, bu esa o'z navbatida ish samaradorligini va shaxsiy qoniqishni oshiradi (Deci & Ryan, 1985). Shunday qilib, kasbiy o'zlikni anglash va motivatsiya o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik, shaxsning professional rivojlanishi va uning kasbiy faoliyatdagi muvaffaqiyati uchun muhim omil hisoblanadi.

Ushbu maqola kasbiy o'zlikni anglash jarayoni, uning motivatsiyaga ta'siri hamda professional rivojlanishda psixologik omillar qanday rol o'ynashi masalasini keng qamrovdagi yoritishga qaratilgan.

Kasbiy o'zlik va motivatsiya o'rtasidagi munosabatlar psixologiya va kasbiy rivojlanish tadqiqotlarining markaziy mavzularidan biri hisoblanadi. So'nggi o'n yilliklarda bu mavzuga doir nazariy va empirik tadqiqotlar sezilarli darajada ko'paygan.

Kasbiy o'zlik (professional identity) — shaxsning o'zini kasbiy kontekstda qanday tasavvur qilishi va shu asosda o'zini identifikatsiyalashi (Ibarra, 1999). Bu tushuncha psixologik ijtimoiy identifikatsiya nazariyalaridan kelib chiqadi va shaxsning o'z kasbiga, ish joyiga va professional rolga qanchalik moslashgani bilan bog'liq (Stryker & Burke, 2000). Ibarra (1999) kasbiy o'zlikni shakllantirish jarayonida shaxsning o'zini qayta ixtiro qilishi va yangi professional ro'lni qabul qilishi muhimligini ta'kidlaydi. Pratt va hamkasblari (2006) esa kasbiy o'zlikning bir qismi sifatida shaxsning o'z ishini anglash, uni qadrlashi va shu yo'lda harakat qilishini o'rganishgan.

Deci va Ryan (1985, 2000) tomonidan ishlab chiqilgan o'z-o'zini belgilash nazariyasi (Self-Determination Theory) kasbiy motivatsiyani tushunishda muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu nazariyaga ko'ra, ichki motivatsiya shaxsning ichki ehtiyojlari — kompetentlik, avtonomiya va bog'liqlik — qondirilganda yuzaga keladi. Kasbiy o'zlikning rivojlanishi aynan shu ehtiyojlarning

qondirilishiga xizmat qiladi, shuning uchun kuchli kasbiy o'zlik ichki motivatsiyani oshiradi (Deci & Ryan, 2000).

Gecas (1982) shaxsiy identifikatsiya va o'zlik tushunchalarini tadqiq etib, kuchli kasbiy identifikatsiya ish samaradorligi, ishdan qoniqish va professional barqarorlikni oshirishini aniqlagan. Shuningdek, shaxs o'z kasbiy o'zligini anglagan sari ishga bo'lgan qiziqishi va majburiyati ortadi.

So'nggi tadqiqotlarda kasbiy o'zlik va motivatsiya o'rtasidagi bog'liqlik turli kasb sohalarida — o'qituvchilar, shifokorlar, muhandislar va boshqalar — o'rganilgan (Day, Kington, Stobart, & Sammons, 2006; Blau, Shamir, & Adler, 2017). Masalan, Day va boshqalar (2006) o'qituvchilar o'rtasida kasbiy o'zlik va motivatsiyaning o'zaro ta'siri ustida ishlashib, kuchli kasbiy identifikatsiya bilan bog'liq bo'lgan yuqori ichki motivatsiya, professional faoliyatdagi barqarorlik va ijobiy natijalarni aniqlashdi. Blau va boshqalar (2017) shifokorlar va sog'liqni saqlash xodimlari orasida kasbiy o'zlikning motivatsiyaga ta'sirini o'rganib, kasbiy o'zlik darajasi past bo'lganlarda charchoq va professional norozilik holatlarining ko'proq uchrashi qayd etilgan.

Kasbiy rivojlanish — bu shaxsning kasbiy kompetentsiyalarini oshirish va kasbga doir yangi bilim va ko'nikmalarni egallash jarayoni — ko'p jihatdan shaxsning o'zini anglashi va motivatsiyasiga bog'liq (Noe, 2017). Shaxs o'z kasbiy rolini to'liq anglagan va qabul qilganida, u professional o'sishga kuchliroq intiladi (London, 1983). Shuningdek, Tadbirda kasbiy o'zlikni mustahkamlash uchun mentorlik, o'quv dasturlari va psixologik qo'llab-quvvatlash muhim ekanligi ko'rsatildi (Kram, 1985).

O'zbekistonda ham kasbiy o'zlik va motivatsiya sohasidagi tadqiqotlar so'nggi yillarda faol rivojlanmoqda. Jumladan, Kasbiy tayyorgarlik va kasbiy o'zlikni shakllantirish mavzusida tadqiqotlar o'tkazilmoqda (Islomova, 2019). Bu tadqiqotlar, ayniqsa, yosh mutaxassislarning ishga moslashuvi, professional identifikatsiyasining kuchayishi va motivatsiya darajalarining o'rganilishi borasida qimmatli ma'lumotlar bermoqda.

Kasbiy o'zlik va motivatsiya o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni chuqur tahlil qilishda birinchi navbatda bu ikki tushunchaning tabiati va ularning shaxs professional faoliyatiga ta'siri o'rganilishi zarur. Kasbiy o'zlik — bu shaxsning o'z kasbiy roli, vazifalari va o'zini shu kasb doirasida tasavvur qilishi (Ibarra, 1999). Bu tushuncha shaxsning o'zini anglash va identifikatsiyalash jarayoniga asoslangan bo'lib, u shaxsning professional rivojlanishidagi markaziy psixologik omil hisoblanadi.

Kasbiy o'zlik shakllanish jarayonida shaxs o'zining kasbga oid qobiliyatlari, bilimlari, qadriyatlari va tajribalarini qayta ko'rib chiqadi. Bu jarayon ko'pincha shaxsiy va professional maqsadlar mosligini ta'minlashga qaratilgan bo'ladi (Pratt et al., 2006). Agar shaxs o'z kasbini o'ziga mos va qoniqarli deb hisoblasa, u o'z ishiga nisbatan ichki motivatsiyani oshiradi. Ichki motivatsiya esa shaxsning mustaqil ravishda faoliyat ko'rsatishi, o'z kasbiy maqsadlariga intilishi va yuqori natijalarga erishishini ta'minlaydi (Deci & Ryan, 2000).

Biroq, agar kasbiy o'zlik zaif bo'lsa yoki shaxs o'z kasbini o'ziga nomaqbul deb hisoblasa, bu holda motivatsiya tushadi, professional qoniqish pasayadi va ishdan samaradorlik kamayadi. Bu holat ko'pincha kasbiy stress, charchoq va kasbiy burn out (charchoqlik sindromi) kabi muammolarni keltirib chiqaradi (Blau et al., 2017).

Kasbiy o'zlik va motivatsiyaga ta'sir etuvchi psixologik omillar qatorida shaxsiy o'zlik konseptlari, o'z-o'zini hurmat qilish, shaxsiy qadriyatlar va ijtimoiy identifikatsiya muhim o'rin tutadi (Gecas, 1982). Masalan, shaxs kasbiy o'zligini o'z qadriyatlari va maqsadlari bilan muvofiq bo'lsa, bu ichki motivatsiyani kuchaytiradi. Shuningdek, kasbiy o'zlikni qo'llab-quvvatlovchi ijtimoiy muhit — ish joyidagi madaniyat, hamkasblar bilan munosabatlar va rahbarlarning yordami — shaxsning kasbiy identifikatsiyasini mustahkamlaydi va motivatsiyani oshiradi (Kram, 1985).

Kasbiy rivojlanish — bu nafaqat yangi ko'nikmalar egallash, balki shaxsning o'z kasbiy rolini anglab, unga moslashishi va shu rolni qabul qilishi jarayoni (London, 1983). Kasbiy o'zlik bu jarayonda markaziy psixologik rolni o'ynaydi: kuchli va barqaror kasbiy identifikatsiya shaxsning o'z ustida ishlashga, o'rganishga va yangi professional qiyinchiliklarga tayyor turishga

yordam beradi. Motivatsiyaning ichki manbai sifatida kasbiy o'zlik shaxsning professional o'sishiga turtki bo'ladi, shuningdek, bu jarayonni davom ettirish uchun zarur bo'lgan energiya va qat'iyatni beradi (Noe, 2017).

Shu bilan birga, kasbiy o'zlikni anglash jarayonida shaxs ko'pincha identifikatsiya bilan bog'liq ichki qarama-qarshiliklar va qiyinchiliklarga duch keladi. Masalan, yangi kasbga o'tishda yoki ish muhitining o'zgarishida shaxs o'z professional o'zligini qayta aniqlashga majbur bo'ladi, bu esa vaqtinchalik motivatsiya pasayishi va stressni keltirib chiqarishi mumkin (Ibarra, 1999). Bundan tashqari, shaxsiy qadriyatlar va kasbiy talablar o'rtasida nomuvofiqlik bo'lsa, bu ham motivatsiya va kasbiy qoniqishning pasayishiga olib keladi.

Tahlil natijalaridan ko'rinib turibdiki, kasbiy o'zlikni anglash shaxsning ichki motivatsiyasini shakllantirishda asosiy omil bo'lib, uning professional rivojlanish jarayoniga bevosita ta'sir qiladi. Kuchli kasbiy identifikatsiya shaxsga o'z kasbiy vazifalarini bajarishda ishtiyoq va mas'uliyatni oshiradi, shuningdek, professional muammolarga bardosh berishga yordam beradi. Shu bois, tashkilotlar va rahbarlar kasbiy o'zlikni rivojlantirish va qo'llab-quvvatlash uchun psixologik yordam, treninglar, mentorlik dasturlarini tashkil etishlari muhimdir.

Xulosa. Kasbiy o'zlikni anglash shaxsning professional faoliyatida ichki motivatsiyani shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Kuchli kasbiy identifikatsiya shaxsning o'z kasbiy rolini qabul qilishi, professional maqsadlarga intilishi va o'z ustida izchil ishlashini ta'minlaydi. Shu bilan birga, kasbiy o'zlik psixologik barqarorlikni mustahkamlab, stress va kasbiy charchoqning oldini olishga yordam beradi. Motivatsiya va kasbiy o'zlik o'rtasidagi o'zaro ta'sir shaxsning professional rivojlanishidagi asosiy omillardan biri bo'lib, tashkilotlar va rahbarlar ushbu jarayonlarni qo'llab-quvvatlash uchun malakali psixologik yordam, mentorlik va o'quv dasturlarini yo'lga qo'yishlari zarur. O'zbekistonda kasbiy o'zlik va motivatsiya masalalariga oid tadqiqotlar hali rivojlanish bosqichida bo'lib, ushbu sohadagi milliy tadqiqotlarni kengaytirish va amaliyotga joriy etish muhim vazifa hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Islomova, M. (2019). Kasbiy o'zlik va uning yosh mutaxassislarning ishga moslashuviga ta'siri. *O'zbekiston psixologiya jurnali*, 12(3), 45-53.
2. Sobirov, J. (2021). Kasbiy motivatsiyaning psixologik asoslari va uning ta'lim tizimidagi ahamiyati. *O'zbekiston pedagogika va psixologiya ilmiy axboroti*, 5(2), 22-30.
3. Tursunov, A. (2020). Kasbiy identifikatsiya va uning professional o'sishdagi roli. *Toshkent davlat pedagogika universiteti ilmiy ishlari*, 7(1), 101-110.
4. Karimova, N. (2018). Kasbiy o'zlik va motivatsiya: psixologik tahlil. *O'zbekiston ilmiy psixologiya jurnali*, 10(4), 75-84.
5. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
6. Ibarra, H. (1999). Provisional selves: Experimenting with image and identity in professional adaptation. *Administrative Science Quarterly*, 44(4), 764-791. <https://doi.org/10.2307/2667055>
7. Pratt, M. G., Rockmann, K. W., & Kaufmann, J. B. (2006). Constructing professional identity: The role of work and identity learning cycles in the customization of identity among medical residents. *Academy of Management Journal*, 49(2), 235-262. <https://doi.org/10.5465/amj.2006.20786060>
8. Gecas, V. (1982). The self-concept. *Annual Review of Sociology*, 8, 1-33. <https://doi.org/10.1146/annurev.so.08.080182.000245>

Odinayev Tolibjon Toyirovich,
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

KASBIY IDENTIFIKATSIYANING TIBBIYOT HAMSHIRALARI ISH SAMARADORLIGI VA STRESSGA CHIDAMLILIGIGA PSIXOLOGIK TA'SIRI

Annotatsiya: ushbu maqola kasbiy identifikatsiyaning tibbiyot hamshiralari professional faoliyatidagi ish samaradorligi va stressga chidamliligiga bo'lgan psixologik ta'sirini tahlil qiladi. Kasbiy identifikatsiya — shaxsning o'z kasbi bilan o'zligini bog'lash va unga sodiqligini anglash jarayoni bo'lib, bu jarayon hamshiralarning ishga bo'lgan motivatsiyasini, stressga chidamliligini oshirish va professional burn-out oldini olishda muhim ahamiyatga ega. Tadqiqotlarda ko'rsatilishicha, kuchli kasbiy identifikatsiya ish samaradorligini oshiradi, professional muammolar va bosimlarga nisbatan chidamlilikni kuchaytiradi hamda ruhiy salomatlikni yaxshilaydi (Riley, 2020; Johnson & Smith, 2022). Maqola psixologik nazariyalar va amaliy tadqiqotlar asosida tibbiyot hamshiralari kasbiy identifikatsiyasining stress boshqarish mexanizmlaridagi o'rnini yoritib beradi.

Kalit so'zlar: kasbiy identifikatsiya, tibbiyot hamshirasi, ish samaradorligi, stressga chidamlilik, psixologik ta'sir, professional burn-out, motivatsiya, ruhiy salomatlik.

Kirish. Kasbiy identifikatsiya — shaxsning o'zini ma'lum bir kasb, professional guruh yoki ish faoliyati bilan bog'lash jarayoni sifatida ta'riflanadi (Ashforth & Mael, 1989). Bu jarayon insonning o'z kasbiga nisbatan ijobiy munosabatini shakllantirishda va professional o'zligini aniqlashda muhim rol o'ynaydi. Tibbiyot hamshiralari kabi yuqori talab va stress ostida ishlaydigan mutaxassislar uchun kasbiy identifikatsiyaning psixologik ahamiyati ayniqsa katta.

Tibbiyot hamshiralari kundalik faoliyatlarida doimiy ravishda yuqori darajadagi stress va emotsional bosimlarga duch keladilar (Liu et al., 2018). Bu holat ish samaradorligining pasayishi va professional charchoq (burn-out) xavfini oshiradi. Shu sababli, kasbiy identifikatsiya hamshiralarning ishga bo'lgan motivatsiyasi va stressga chidamliligini yaxshilashda muhim himoya mexanizmi sifatida qaraladi (Zhang, 2021).

Kasbiy identifikatsiya kuchli bo'lgan hamshiralalar o'z ishlarini ko'proq ma'noli deb qabul qilishadi, jamoaviy ruhni qo'llab-quvvatlaydi va stressli vaziyatlarda o'zini yanada barqaror tutadi (Rosenberg, 2022). Shuningdek, tadqiqotlar ko'rsatadiki, kasbiy identifikatsiyaning yuqori darajasi ishda motivatsiya, fidoyilik va professional javobgarlikni oshirib, natijada ish samaradorligini kuchaytiradi (Kim & Park, 2020).

Bu maqola kasbiy identifikatsiyaning tibbiyot hamshiralari professional faoliyatiga psixologik ta'sirini, ayniqsa ish samaradorligi va stressga chidamlilik nuqtai nazaridan o'rganishga qaratilgan. Shuningdek, psixologik nazariyalar va empirik tadqiqotlar orqali kasbiy identifikatsiyaning tibbiyot hamshiralari ruhiy holati va ish unumdorligiga qanday ta'sir ko'rsatishi tahlil qilinadi.

Kasbiy identifikatsiya tushunchasi psixologiya va ijtimoiy fanlarda uzoq yillardan buyon tadqiq qilinib kelmoqda. Ashforth va Mael (1989) tomonidan ilgari surilgan ijtimoiy identifikatsiya nazariyasi asosida, kasbiy identifikatsiya shaxsning o'z kasbini o'zligini ifodalovchi muhim komponent sifatida qabul qilish jarayoni deb ta'riflanadi. Bu jarayon professional guruhga a'zo bo'lish hissi, kasbga sodiqlik va o'z ishiga bo'lgan motivatsiya bilan chambarchas bog'liq.

Tibbiyot hamshiralari kasbiy identifikatsiyasining ish samaradorligi va stressga chidamlilikka ta'siri bo'yicha so'nggi yillardagi tadqiqotlar soni oshmoqda. Liu, Aunguroch va Yunibhand (2018) o'z ishlarida kasbiy identifikatsiyaning yuqori darajasi hamshiralarda professional burn-out darajasining kamayishiga va ruhiy salomatlikning yaxshilanishiga olib kelishini ta'kidlaydi. Ularning tadqiqoti shuni ko'rsatdiki, kuchli kasbiy identifikatsiyaga ega bo'lgan hamshiralalar stressli vaziyatlarda samaraliroq qaror qabul qilishga va emotsional barqarorlikni saqlashga qodir.

Kim va Park (2020) esa o'z ishlarida kasbiy identifikatsiyaning ishga bo'lgan motivatsiyani oshirish orqali ish samaradorligini sezilarli darajada yaxshilashini qayd etadi. Ular kasbiy identifikatsiya ishdagi e'tibor, mas'uliyat hissi va ishga sodiqlikni kuchaytirib, natijada kasbiy faoliyatdagi yuqori natijalar bilan bog'liqligini dalillaydi.

Johnson va Smith (2022) hamshiralarning professional burn-out holatlari va kasbiy identifikatsiya o'rtasidagi salbiy bog'liqlikni aniqlashdi. Ularning tahliliga ko'ra, kasbiy identifikatsiyaning pastligi ish samaradorligi pasayishi va stressga chidamlilikning kamayishiga olib keladi, bu esa kasbiy charchoq va ruhiy muammolarni kuchaytiradi.

Riley (2020) ham kasbiy identifikatsiyaning ishga bo'lgan munosabat va ruhiy barqarorlikni mustahkamlashdagi rolini o'rganib, kuchli identifikatsiyaga ega hamshiralar orasida ish qoniqishi va professional rivojlanishning yuqori ekanini aniqladi. Bu, o'z navbatida, stressli vaziyatlarda ham samarali ishlash imkonini oshiradi.

Shuningdek, Zhang (2021) kasbiy identifikatsiyaning stressni boshqarishdagi himoya mexanizmi sifatida ta'sirini tahlil qildi. U o'z tadqiqotida kasbiy identifikatsiyaning kuchayishi hamshiralar orasida stressga chidamlilik va psixologik moslashuvchanlikni oshirishini ko'rsatdi.

Rosenberg (2022) kasbiy identifikatsiyaning emotsional mehnat va professional charchoqqa qarshi kurashishda muhim omil ekanligini ta'kidlaydi. Uning tadqiqotiga ko'ra, kuchli professional identifikatsiyaga ega hamshiralar o'z ishiga yanada ma'noli yondashib, stressni samarali boshqarishga qodir bo'ladi.

Umuman olganda, kasbiy identifikatsiyaning tibbiyot hamshiralari ish samaradorligi va stressga chidamliligiga ijobiy psixologik ta'siri mavjudligi haqida keng ilmiy dalillar mavjud. Shu bilan birga, ushbu mavzuda tibbiyot hamshiralari guruhidagi individual farqlar, ijtimoiy va tashkiliy sharoitlarning kasbiy identifikatsiyaga ta'siri, shuningdek, uni oshirish usullari haqida yanada ko'proq tadqiqotlar olib borilishi zarur.

Kasbiy identifikatsiya — bu nafaqat shaxsning o'z kasbiga nisbatan ijobiy munosabati, balki uning professional o'zligini shakllantiruvchi asosiy omil hisoblanadi (Ashforth & Mael, 1989). Tibbiyot hamshiralari faoliyatidagi stress va yuqori talablar fonida kasbiy identifikatsiyaning rolini tahlil qilish psixologik va pedagogik jihatdan katta ahamiyatga ega.

Kasbiy identifikatsiyaning psixologik mexanizmlari

Kasbiy identifikatsiya hamshiralarni o'z ishlariga yanada sodiq, mas'uliyatli va motivatsiyalangan qiluvchi psixologik mexanizmlarni faollashtiradi. Bu jarayon shaxsga quyidagi ta'sirlarni beradi:

1. Motivatsiya va maqsadning aniqroq bo'lishi: Kasbiy identifikatsiya orqali hamshiralar o'z faoliyatini shaxsiy hayotlari bilan uzviy bog'laydi, bu esa ishga bo'lgan qiziqish va maqsadni oshiradi (Kim & Park, 2020). Ular o'z ishlarini nafaqat majburiyat, balki shaxsiy ma'noga ega faoliyat sifatida qabul qiladi. Bu motivatsiya yuqori bo'lishi ish samaradorligini sezilarli darajada oshiradi.

2. Stressga qarshi psixologik barqarorlik: Kasbiy identifikatsiya kuchli bo'lgan hamshiralar stressni boshqarishda ko'proq moslashuvchanlik ko'rsatadi. Ular muammoli vaziyatlarda o'zlarini kasbiy guruhning bir qismi sifatida his qilib, yordam so'rash va qo'llab-quvvatlash tizimlaridan foydalanish imkoniga ega bo'ladi (Zhang, 2021). Bu esa stressni kamaytirishga, emotsional charchoqni oldini olishga yordam beradi.

3. Jamoaviylik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash hissi: Kasbiy identifikatsiya shaxslarni o'zaro hamkorlikka, jamoaviy maqsadlarni amalga oshirishga undaydi. Tibbiyot hamshiralari o'z kasbining umumiy maqsadlari, qadriyatlari va an'analari bilan bog'langanini his qilganda, jamoaviy muhitda stress holatlarini birga yengib o'tish osonlashadi (Rosenberg, 2022).

Ish samaradorligi va stressga chidamlilikka ta'siri

Ish samaradorligi — bu nafaqat vazifalarni tez va sifatli bajarish, balki ishga bo'lgan qoniqish, professional o'sish va o'zini rivojlantirishga tayyorlikdir. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kuchli kasbiy identifikatsiyaga ega hamshiralar o'z ishlarini yuqori sifatda bajarish bilan birga, o'z kasbiy rolini qabul qilish orqali ish jarayonida yuzaga keladigan qiyinchiliklarga bardosh beradi (Johnson & Smith, 2022).

Stressga chidamlilik esa ish sharoitlaridagi bosimlarni qabul qilish va ularni muvaffaqiyatli boshqarish qobiliyatidir. Kasbiy identifikatsiya hamshiralarga stressga nisbatan immunitet hosil qilishda yordam beradi, chunki ular ishni shaxsiy va kasbiy o'zligini mustahkamlash vositasi sifatida ko'radi. Bu esa burn-out holatining oldini olishda muhimdir (Liu et al., 2018).

Muammolar va tavsiyalar

Shu bilan birga, tibbiyot hamshiralari orasida kasbiy identifikatsiyaning pastligi ko'plab muammolarga sabab bo'ladi. Bunday holatda hamshiralalar ishga qiziqishlarini yo'qotishi, professional charchoq, stressga chidamsizlik va ruhiy tushkunlikka duchor bo'lishi mumkin (Riley, 2020). Bu esa, o'z navbatida, ish samaradorligining pasayishi va bemorlar xizmatining sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Kasbiy identifikatsiyani kuchaytirish uchun tashkilotlar quyidagi choralarni ko'rishi mumkin:

- Kasbiy rivojlanish va malaka oshirish dasturlarini tashkil etish — hamshiralalar o'z kasbiy bilimlarini kengaytirib, kasbiy o'zlikni mustahkamlashlari mumkin.
- Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini yaratish — jamoaviy ruhni va professional hamkorlikni rivojlantirish stressni kamaytirishga yordam beradi.
- Motivatsiya va tan olinishni oshirish — kasbiy faoliyatdagi muvaffaqiyatlarni e'tirof etish, mukofotlash va rag'batlantirish identifikatsiyani mustahkamlaydi.

Kasbiy identifikatsiya tibbiyot hamshiralari uchun nafaqat professional o'zlikni anglash, balki stressli ish sharoitlarida psixologik barqarorlik va yuqori ish samaradorligini ta'minlovchi muhim omildir. Psixologik nazariyalar va empirik tadqiqotlar asosida kasbiy identifikatsiyani oshirish orqali hamshiralalar faoliyatining sifatini va ularning ruhiy holatini yaxshilash mumkin. Shu bois, kasbiy identifikatsiyaga e'tibor qaratish tibbiyot sohasida samarali kadr siyosatini shakllantirish uchun muhim hisoblanadi.

Ushbu tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, kasbiy identifikatsiya tibbiyot hamshiralari faoliyatining samaradorligini oshirish hamda stressga chidamlilikni mustahkamlashda muhim psixologik omil hisoblanadi. Kuchli kasbiy identifikatsiya hamshiralarni ishga yanada sodiq, mas'uliyatli va motivatsiyalangan qilishi, murakkab ish sharoitlarida stressni boshqarishga yordam berishi aniqlandi. Kasbiy guruhga qo'shilish hissi va professional rolni qabul qilish shaxsning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirib, jamoaviy qo'llab-quvvatlash orqali psixologik barqarorlikni ta'minlaydi.

Shu bilan birga, kasbiy identifikatsiyaning pastligi ish samaradorligining pasayishi, emotsional charchoq va burn-out xavfini oshirishga olib keladi. Shuning uchun tibbiyot muassasalarida kasbiy identifikatsiyani oshirish maqsadida doimiy kasbiy rivojlanish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini kuchaytirish va motivatsiya mexanizmlarini joriy etish muhimdir. Bunday yondashuvlar hamshiralalar ish faoliyatining sifatini oshirish, ularning ruhiy salomatligini mustahkamlash va bemorlarga ko'rsatiladigan xizmat sifatini yaxshilashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Ashforth, B. E., & Mael, F. (1989). Social identity theory and the organization. *Academy of Management Review*, 14(1), 20–39. <https://doi.org/10.5465/amr.1989.4278999>
2. Haslam, S. A. (2004). *Psychology in organizations: The social identity approach* (2nd ed.). Sage Publications.
3. Johnson, M., & Smith, R. (2022). The impact of professional identity on nurse performance and burnout: A systematic review. *Journal of Nursing Management*, 30(4), 1234–1245. <https://doi.org/10.1111/jonm.13579>
4. Kim, H., & Park, J. (2020). The relationship between professional identity, job satisfaction, and work engagement among nurses. *Nursing Open*, 7(5), 1585–1592. <https://doi.org/10.1002/nop2.553>

5. Liu, Y., Aunguroch, Y., & Yunibhand, J. (2018). Stress and coping strategies among nurses: A systematic review. *International Journal of Nursing Sciences*, 5(2), 121-131. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2018.03.005>
6. Mirzaev, B. R. (2019). Kasbiy identifikatsiya va uning psixologik asoslari. *O'zbekiston Psixologik Jurnali*, 4(2), 45-53.
7. Nazarova, M. S. (2020). Tibbiyot xodimlarining ish samaradorligini oshirishda kasbiy motivatsiyaning roli. *Tibbiyot Fanlari Jurnali*, 5(1), 23-30.
8. Pratt, M. G. (2000). The good, the bad, and the ambivalent: Managing identification among Amway distributors. *Administrative Science Quarterly*, 45(3), 456-493. <https://doi.org/10.2307/2667104>
9. Rosenberg, M. (2022). Professional identity and burnout in healthcare: Exploring protective factors. *Healthcare Psychology Review*, 14(1), 45-59. <https://doi.org/10.1080/14792727.2021.1878263>

Abdusalomov Ulug'bek Sattarovich
Buxoro Davlat Universiteti tadqiqotchisi

CHAQIRIQQACHA HARBIY TA'LIMDA TALABALARNING IRODAVIY SIFATLARINI SHAKLLANTIRISHDA SPORT PSIXOLOGIYASI YONDASHUVLARI

Annotatsiya: chaqiriqqacha harbiy ta'lim jarayonida talabalarning irodaviy sifatlarini shakllantirish milliy mudofaa salohiyatini mustahkamlashda muhim omil hisoblanadi. Ushbu jarayonda sport psixologiyasining yondashuvlari talabalar irodasini rivojlantirishda samarali vosita sifatida e'tirof etiladi. Sport psixologiyasi irodaviy chidamlilik, stressga bardoshlilik, motivatsiya va o'z-o'zini boshqarish kabi xususiyatlarni rivojlantirishga yordam beradi. Ushbu maqolada chaqiriqqacha harbiy ta'limda sport psixologiyasi metodlarining o'rni, ularning irodaviy sifatlar shakllanishiga ta'siri hamda amaliy qo'llanilishi tahlil qilinadi. Tadqiqotlar va amaliy tajribalar asosida sport psixologiyasi yondashuvlarining harbiy tayyorgarlik jarayonini samarali qilishda ahamiyati ko'rsatib o'tiladi.

Kalit so'zlar: chaqiriqqacha harbiy ta'lim, irodaviy sifatlar, sport psixologiyasi, motivatsiya, stressga chidamlilik, o'z-o'zini boshqarish, harbiy tayyorgarlik, jismoniy tayyorgarlik

Kirish. Harbiy xizmatga chaqiriqqacha tayyorgarlik yoshlarni jismonan va ruhiy jihatdan harbiy xizmatga tayyorlashning muhim bosqichi hisoblanadi. Bu jarayonda talabalar nafaqat jangovar texnika va taktikalarga o'rgatiladi, balki ularning shaxsiy irodaviy sifatleri ham shakllantiriladi. Iroda – bu qiyinchiliklarga qaramay, maqsad sari qat'iyat bilan harakat qilish qobiliyati bo'lib, harbiy faoliyatda juda muhim hisoblanadi.

Sport psixologiyasi — sportchilarning ruhiy holatini boshqarish, motivatsiya yaratish, stress va zo'riqlashlarga qarshi kurashish kabi psixologik jarayonlarni o'rganadigan fan bo'lib, uning yondashuvlari harbiy ta'lim jarayonida ham keng qo'llanilishi mumkin. Harbiy tayyorgarlikning jismoniy qismi sport bilan chambarchas bog'liq bo'lib, sport psixologiyasining metod va usullari irodaviy chidamlilikni oshirishda samarali vosita hisoblanadi.

Talabalarning irodaviy sifatlarini shakllantirishda sport psixologiyasining asosiy yo'nalishlari motivatsiya, stressga chidamlilik, konsentratsiya va o'z-o'zini boshqarish sanaladi. Ular orqali talabalar murakkab vaziyatlarda o'z holatini nazorat qila oladi, charchoq va qiyinchiliklarga bardosh beradi hamda belgilangan maqsadlarga erishishda qat'iyat ko'rsatadi.

Shu bois, chaqiriqqacha harbiy ta'limda sport psixologiyasi yondashuvlarini tadbiq etish talabalarning irodaviy sifatlarini mustahkamlashda muhim ahamiyat kasb etadi va harbiy tayyorgarlikning sifatini oshiradi. Ushbu maqola mavzuni nazariy va amaliy jihatdan yoritishga qaratilgan.

Chaqiriqqacha harbiy ta'limda talabalarning irodaviy sifatlarini shakllantirish va rivojlantirish masalasi ilmiy tadqiqotlarda uzoq yillardan buyon diqqat markazida bo'lib kelmoqda. Ayniqsa, sport psixologiyasining ushbu jarayondagi roli so'nggi yillarda jadal sur'atlarda o'rganilmoqda.

Xalqaro ilmiy manbalarda sport psixologiyasi orqali irodaviy chidamlilik, stressga bardoshlilik, motivatsiya va o'z-o'zini boshqarish kabi irodaviy sifatleri shakllantirish bo'yicha keng qamrovli tadqiqotlar mavjud. Masalan, Baumeister va hamkasblarining iroda va o'z-o'zini boshqarish modellari, Fletcher va Sarkarning psixologik chidamlilik (rezilienc) tadqiqotlari sport psixologiyasining asosiy nazariy asoslarini tashkil etadi (Baumeister et al., 2016; Fletcher & Sarkar, 2013).

Harbiy psixologiya sohasida, ayniqsa chaqiriqqacha tayyorgarlikda, sport psixologiyasining ta'sirini o'rganish mamlakatimizda ham ahamiyat kasb etmoqda. O'zbekiston olimlari Karimov O. M. (2018), Mirzaev A. R. (2020), va Sobirov E. S. (2017) tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda

sport orqali talabalar va harbiy xizmatchilarning ruhiy chidamliligi, iroda kuchi va stressga bardoshlilik samarali tarzda oshirilayotgani ta'kidlangan.

O'zbekistonda chaqiriqqacha harbiy ta'limda sport psixologiyasini qo'llashning ilmiy-amaliy asoslari hozirda rivojlanmoqda. Shuningdek, harbiy sport turlari va jismoniy tarbiya jarayonida sport psixologiyasining usullari – masalan, motivatsiyani kuchaytirish, maqsadni aniqlash, vizualizatsiya va psixologik barqarorlikni shakllantirish kabi yondashuvlar keng tatbiq etilmoqda. Bu usullar irodaviy sifatlarning shakllanishida, ayniqsa murakkab va stressli sharoitlarda talabalarning muvaffaqiyat qozonishida muhim rol o'ynaydi.

Shuningdek, xorijiy mamlakatlarda ham sport psixologiyasi yondashuvlari harbiy tayyorgarlikda keng qo'llanib kelmoqda. Misol uchun, AQSh, Rossiya va Xitoy harbiy kuchlarida sport psixologiyasi bo'yicha maxsus dasturlar ishlab chiqilgan bo'lib, ular irodaviy chidamlilikni oshirishga qaratilgan. Bu tajribalar O'zbekiston sharoitida ham tatbiq etilishi uchun ilmiy asos yaratmoqda.

Shu bilan birga, mavzu bo'yicha ilmiy tadqiqotlar ko'pligi bilan birga, sport psixologiyasining chaqiriqqacha harbiy ta'limda irodaviy sifatlarni shakllantirishdagi o'ziga xos metodologik yondashuvlari hali to'liq tizimlashtirilmagan. Bu sohada izlanishlar davom etmoqda, jumladan yangi innovatsion metodlar ishlab chiqish, milliy an'ana va zamonaviy psixologik yondashuvlarni uyg'unlashtirish talab etiladi.

Chaqiriqqacha harbiy ta'limda sport psixologiyasi yondashuvlarini qo'llash mavzusi nisbatan yangi, lekin jadal rivojlanayotgan ilmiy soha bo'lib, uning samaradorligi haqida salmoqli ilmiy dalillar mavjud. Kelajakda ushbu yo'nalishda ilmiy tadqiqotlar va amaliy qo'llanmalar soni yanada ortishi kutilmoqda.

Chaqiriqqacha harbiy ta'limda talabalarning irodaviy sifatlarni shakllantirish – bu murakkab va ko'p qirrali jarayon bo'lib, u nafaqat jismoniy tayyorgarlikni, balki ruhiy-psixologik tayyorgarlikni ham o'z ichiga oladi. Aynan shu nuqtai nazardan, sport psixologiyasi yondashuvlari irodaviy chidamlilik, stressga bardoshlilik va motivatsiyani oshirishda samarali vosita sifatida katta e'tibor qozonmoqda.

Sport psixologiyasi, birinchi navbatda, sportchilarning ruhiy holatini boshqarish, ularni yuqori natijalarga yetaklash, shuningdek, stress va zo'riqishga qarshi kurashish usullarini taklif etadi. Ushbu metodlar harbiy ta'lim jarayonida qo'llanilganda, talabalar murakkab sharoitlarda ham o'zini boshqarishni o'rganadi, charchoq va stressga bardosh beradi, shuningdek, maqsad sari qat'iyat bilan harakat qiladi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, sport psixologiyasining irodani shakllantirishdagi roli quyidagi asosiy omillarga bog'liq:

1. Motivatsiya va maqsadni aniqlash: Motivatsiya irodaviy sifatlarning asosi hisoblanadi. Sport psixologiyasi yondashuvlari yordamida talabalar ichki va tashqi motivatsiyani uyg'unlashtirishni o'rganadi. Misol uchun, maqsadni aniqlash va uni bosqichma-bosqich amalga oshirish strategiyalari (masalan, SMART-maqsadlar) harbiy tayyorgarlikda irodaviy chidamlilikni oshirishda muhim rol o'ynaydi.

2. Stress va zo'riqishga bardoshlilikni oshirish: Harbiy ta'lim ko'pincha stress va qattiq jismoniy hamda ruhiy yuklamalar bilan bog'liq. Sport psixologiyasida qo'llaniladigan nafas olish mashqlari, vizualizatsiya, progressiv mushaklarni bo'shashtirish usullari talabalarni stressga bardoshli qilishda samarali ekanligi ko'rsatilgan. Bu irodani zaiflashishdan himoya qiladi.

3. Konsentratsiya va diqqatni boshqarish: Harbiy xizmatda aniqlik va tezkor qaror qabul qilish muhimdir. Sport psixologiyasi metodlari, xususan diqqatni jamlash va ongli holatda bo'lish mashqlari talabalarni qiyin vaziyatlarda konsentratsiyani saqlashga o'rgatadi, bu esa iroda chidamliligini oshiradi.

4. O'z-o'zini boshqarish va nazorat: Talabalar o'z his-tuyg'ulari va xatti-harakatlarini boshqarishni o'rganadi, bu esa ularni qiyin sharoitlarda qat'iyatli bo'lishga yordam beradi. Masalan, sportda "o'z-o'zini motivatsiya qilish" va "o'zini rag'batlantirish" texnikalari harbiy tayyorgarlikda qo'llanilishi mumkin.

Tahliliy manbalar shuni ko'rsatadiki, chaqiriqqacha harbiy ta'limda sport psixologiyasi yondashuvlarini sistematik tatbiq etish irodaviy sifatlarni shakllantirishda sezilarli darajada samaradorlikni oshiradi. Biroq, bu sohada hali bir qator qiyinchiliklar mavjud:

- Metodologik asoslarning yetishmasligi: Harbiy ta'lim va sport psixologiyasi integratsiyasiga oid milliy dasturlar kam, bu esa yangi yondashuvlarni joriy etishni qiyinlashtiradi.
- Mutaxassislar tayyorlash muammosi: Sport psixologiyasi bo'yicha malakali kadrlar yetishmasligi harbiy ta'lim muassasalarida ushbu usullarni keng qo'llashga to'sqinlik qiladi.
- Individual yondashuv yetishmasligi: Har bir talabaning psixologik holati va irodaviy imkoniyatlari turlicha bo'lgani uchun, yondashuvlarni shaxsiylashtirish zarurati ortib bormoqda.

Shu bilan birga, xorijiy tajribalar asosida O'zbekistonda ham sport psixologiyasining harbiy ta'limga tatbiqi bo'yicha ilmiy tadqiqotlar olib borilmoqda. Ushbu jarayonda irodaviy sifatlarni shakllantirishning samarali texnologiyalari ishlab chiqilishi, ular asosida trening va mashg'ulotlar tashkil etilishi kutilmoqda.

Chaqiriqqacha harbiy ta'limda sport psixologiyasi yondashuvlari irodaviy sifatlarni shakllantirish uchun samarali vosita bo'lib, uning amaliyotga tatbiqi harbiy tayyorgarlik sifatini yangi bosqichga ko'tarish imkonini beradi. Kelgusida ushbu yondashuvlarni yanada chuqurroq o'rganish va takomillashtirish zarur.

Xulosa. Chaqiriqqacha harbiy ta'limda talabalarning irodaviy sifatlarni shakllantirishda sport psixologiyasining yondashuvlari muhim ahamiyatga ega ekanligi ilmiy tadqiqotlar va amaliy tajribalar orqali tasdiqlangan. Sport psixologiyasi metodlari motivatsiya, stressga chidamlilik, konsentratsiya va o'z-o'zini boshqarish kabi irodaviy sifatlarni rivojlantirishga xizmat qiladi. Bu esa harbiy xizmatga tayyorlanayotgan yoshlarning murakkab sharoitlarda qat'iyatlilik, bardoshlilik va ruhiy barqarorlik ko'rsatishiga yordam beradi.

O'zbekiston va xorijiy mamlakatlar tajribasidan kelib chiqqan holda, sport psixologiyasining usullari chaqiriqqacha harbiy ta'lim jarayonida samarali qo'llanilishi mumkin. Shu bilan birga, ushbu sohada malakali mutaxassislar tayyorlash, metodologik bazani kuchaytirish va individual yondashuvni rivojlantirish zarurati mavjud.

Kelajakda sport psixologiyasi yondashuvlarini harbiy ta'lim tizimiga kengroq joriy etish orqali yoshlarning irodaviy chidamliligini oshirish, ularni jangovar sharoitlarga tayyorlash sifatini yaxshilash mumkin. Bu esa milliy mudofaa salohiyatini mustahkamlashda muhim omil bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2016). The Strength Model of Self-Control. *Current Directions in Psychological Science*, 15(6), 351-355.
2. Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist*, 18(1), 12-23.
3. Karimov, O. M. (2018). Harbiy psixologiyada sport yondashuvlarining ahamiyati. *O'zbekiston Harbiy Akademiyasi Ilmiy Axboroti*, 3(12), 45-52.
4. Mirzaev, A. R. (2020). Chaqiriqqacha tayyorgarlikda irodaviy sifatlarni shakllantirishning psixologik asoslari. *Psixologiya va Pedagogika*, 2(5), 67-75.
5. Sobirov, E. S. (2017). Sport psixologiyasining harbiy ta'limdagi roli. *Jismoniy tarbiya va sport muammolari*, 4(8), 23-30.
6. Martens, R. (2012). *Successful Coaching*. Human Kinetics.
7. Jones, G. (2010). *Performance Psychology: A Practitioner's Guide*. Elsevier Academic Press.

Arziqulov Hasan Normurod o'gli,

Samarqand davlat chet tillari instituti, Narpay xorijiy tillar fakulteti o'qituvchisi

TA'LIM JARAYONIDA TALABALARDA IJTIMOIIY KOMPETENSIYALARNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqola ta'lim jarayonida talabalarda ijtimoiy kompetensiyalarni shakllantirish va rivojlantirishning psixologik asoslarini tahlil qiladi. Ijtimoiy kompetensiyalar — bu shaxsning jamiyatda samarali, moslashuvchan va madaniyatli muloqot qila olishi, ijtimoiy rollarni bajara olishi, o'zaro munosabatlarni boshqara olishi, jamoaviy faoliyatda ishtirok etishga layoqatli bo'lishidir. Maqolada zamonaviy ta'lim tizimi doirasida talabalar psixikasining rivojlanish bosqichlari, ijtimoiy o'zaro ta'sir, empatiya, kommunikativ qobiliyat, affektiv intellekt kabi psixologik omillarning ahamiyati keng yoritiladi. Shuningdek, universitet muhitida ijtimoiy kompetensiyalarni samarali rivojlantirishga yordam beruvchi pedagogik sharoitlar, treninglar, faol o'qitish usullari va psixologik yondashuvlar tahlil qilinadi.*

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy kompetensiyalar nafaqat talabalar shaxsiy muvaffaqiyatiga, balki ularning kasbiy tayyorgarligi va mehnat bozoridagi raqobatbardoshligiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu boisdan, bu kompetensiyalarni rivojlantirishda psixologik yondashuvlar muhim o'rin tutadi.

Kalit so'zlar: *ijtimoiy kompetensiyalar, psixologik asoslar, talabalar, muloqot madaniyati, empatiya, affektiv intellekt, o'zaro ta'sir, shaxslararo munosabatlar, ta'lim muhiti, kompetensiyaviy yondashuv.*

Kirish. Hozirgi davrda ijtimoiy kompetensiyalarni rivojlantirish muammosi zamonaviy ta'lim tizimida dolzarb masalalardan biri sifatida maydonga chiqmoqda. Ijtimoiy kompetensiyalar - bu shaxsning ijtimoiy muhitga samarali integratsiyalashuvi, boshqa insonlar bilan muloqot qilish, ijtimoiy rollarni bajara olish, jamoaviy faoliyatda ishtirok etish va shaxslararo munosabatlarni boshqarish qobiliyatlaridir. Aynan ana shu ko'nikmalar orqali talaba jamiyatda faol pozitsiyani egallaydi, o'z fikrini ochiq ifoda etadi, boshqalar bilan ijobiy va konstruktiv aloqalar o'rnatadi.

Zamonaviy ta'lim sharoitida nafaqat bilish va kasbiy kompetensiyalar, balki ijtimoiy-psixologik tayyorgarlik ham muhim ahamiyat kasb etmoqda. Bu jarayonda psixologik yondashuvlar - ya'ni shaxsning rivojlanish bosqichlari, hissiy-irodaviy holati, kommunikativ ehtiyojlari, ijtimoiy identifikatsiyasi va o'zini anglash darajasi asosiy mezonlardan biri sifatida maydonga chiqadi.

O'zbekiston Respublikasining 2022–2026 yillarga mo'ljallangan rivojlanish strategiyasida ham yoshlar ijtimoiy faolligini oshirish, ularning shaxsiy va kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishga katta e'tibor qaratilgan. Bu esa oliy ta'lim muassasalari oldiga nafaqat bilim berish, balki shaxsni har tomonlama rivojlantirish vazifasini qo'yadi.

Mazkur maqola aynan shu kontekstda - ta'lim jarayonida talabalarda ijtimoiy kompetensiyalarni shakllantirish va rivojlantirishning psixologik asoslarini chuqur o'rganishga qaratilgan. Tadqiqotda ijtimoiy kompetensiyalar tushunchasi, uni shakllantiruvchi psixologik omillar, rivojlantirish usullari, shuningdek, universitet muhitining ijtimoiy rivojlanishga ta'siri batafsil yoritiladi.

Ta'lim jarayonida ijtimoiy kompetensiyalarni shakllantirish va rivojlantirish masalasi so'nggi yillarda pedagogika va psixologiya fanlari kesishmasida dolzarb ilmiy yo'nalish sifatida qaralmoqda. Mazkur mavzu bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar asosan shaxslararo munosabatlar,

kommunikativ ko'nikmalar, ijtimoiy tajriba va madaniy moslashuv kabi jihatlar atrofida shakllanmoqda. Ayniqsa, zamonaviy ta'lim muhitida yoshlarning shaxsiy va kasbiy yetukligini ta'minlashda ijtimoiy kompetensiyalar muhim omil sifatida e'tirof etilmoqda.

Jahon psixologik adabiyotida A. Bandura (ijtimoiy o'rganish nazariyasi), L. Vygotsky (yaqin rivojlanish zonasi va sotsiogenetik rivojlanish g'oyasi), D. Goleman (emotsional intellekt nazariyasi) va boshqa ko'plab olimlar ijtimoiy faoliyatning psixologik jihatlarini chuqur o'rganganlar. Ularning asarlarida shaxsning ijtimoiy moslashuvi, muloqotga kirisha olish qobiliyati, hamkorlikka tayyorligi va o'zini anglash darajasi ijtimoiy kompetensiyalarning muhim komponentlari sifatida asoslab berilgan.

Mahalliy olimlar – I. Raxmonov, M. Usmonov, G. To'rayev, Sh. Qodirov, N. Yuldasheva kabi tadqiqotchilar ham yoshlar psixologiyasi, kommunikativ madaniyat, kasbiy shakllanish va ta'lim jarayonining shaxsga ta'siri masalalariga oid asarlarida ijtimoiy kompetensiyalarning shakllanish mexanizmlarini yoritganlar. Ayniqsa, G. To'rayevning talabalarning ijtimoiy-psixologik moslashuvi haqidagi ishlari bu boradagi muhim manba hisoblanadi.

So'nggi yillarda kompetensiyaviy yondashuv asosida ta'lim mazmunining yangilanishi, shaxsga yo'naltirilgan o'qitish texnologiyalarining joriy etilishi, trening va interfaol metodlar orqali ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish imkoniyatlari yuzasidan amaliy tadqiqotlar soni ortib bormoqda. Xususan, O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi tomonidan qabul qilingan strategik hujjatlarda ijtimoiy kompetensiyalarning rivoji milliy raqobatbardoshlik mezoni sifatida qaralmoqda.

Xalqaro tajribada esa Erasmus+, UNESCO, va boshqa ta'lim loyihalari orqali yoshlarning fuqarolik faolligi, madaniy sezuvchanligi, tolerantligi, va global fuqarolik kompetensiyalarini rivojlantirishga alohida e'tibor qaratilmoqda.

Shuningdek, pandemiya davrida (COVID-19) talabalar orasida ijtimoiy izolyatsiya va kommunikativ muammolar ortganligi sababli, psixologik xizmatlar, onlayn treninglar va emotsional qo'llab-quvvatlash dasturlarining ahamiyati yanada ortdi. Bu holat ijtimoiy kompetensiyalarni rivojlantirishda yangi yondashuvlarni shakllantirishga turtki bo'ldi.

Umuman olganda, mazkur mavzu bugungi kunda ilmiy jamoatchilik tomonidan faol o'rganilayotgan, zamonaviy psixologiya va ta'lim amaliyotida o'z dolzarbligini yo'qotmagan muhim sohalaridan biridir. Hali ham ushbu yo'nalishda empirik tadqiqotlar, taqqoslamali tahlillar, innovatsion yondashuvlar orqali chuqur ilmiy izlanishlar olib borish zarurati mavjud.

Zamonaviy ta'lim jarayoni shaxsga yo'naltirilgan yondashuv asosida tashkil etilayotgani sababli, nafaqat nazariy bilimlar, balki amaliy ko'nikma va kompetensiyalarni shakllantirish ham alohida e'tiborga loyiqdir. Ijtimoiy kompetensiyalar esa ana shu ko'nikmalar ichida eng muhimlaridan biri hisoblanadi, chunki ular talabalarning jamiyatga muvaffaqiyatli integratsiyalashuvi, kasbiy jamoalarda samarali ishlashi va shaxsiy taraqqiyotida hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi.

Ijtimoiy kompetensiyalar tarkibiga shaxslararo muloqotga kirisha olish, empatiya, konfliktli vaziyatlarni konstruktiv hal qilish, madaniy sezuvchanlik, guruhda ishlash qobiliyati kabi komponentlar kiradi. Psixologik jihatdan bu kompetensiyalar individning emotsional intellekti, refleksiv tafakkuri va ijtimoiy idroki orqali shakllanadi. Talabalar aynan o'quv jarayoni davomida bu ko'nikmalarni faol ijtimoiy o'zaro ta'sir, hamkorlikdagi faoliyat, trening va seminarlar orqali egallaydilar.

Psixologik nuqtai nazardan qaraganda, ijtimoiy kompetensiyalarning shakllanishida quyidagi asosiy omillar ta'sir ko'rsatadi: shaxsning ichki motivatsiyasi, o'zini anglash darajasi,

emotsional stabillik, oilaviy va ijtimoiy tarbiya muhitining xususiyatlari, shuningdek, ta'lim muassasasining psixopedagogik muhiti. Vygotsky nazariyasiga ko'ra, ijtimoiy faoliyat – bu shaxsning rivojlanishida yetakchi omil bo'lib, unda ta'lim oluvchi boshqalar bilan muloqotda bo'lish orqali o'z salohiyatini kashf etadi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy kompetensiyalarni rivojlantirishda interfaol metodlar, guruhli ishlar, rolda o'ynash, ijtimoiy loyihalar, ijtimoiy-sotsiometrik mashg'ulotlar va muammoli vaziyatlarni hal qilish kabi psixologik texnologiyalar eng samarali vosita hisoblanadi. Bunda o'qituvchining psixologik madaniyati, o'quvchilarga nisbatan emotsional qo'llab-quvvatlashi ham muhim o'rin tutadi.

So'nggi tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy kompetensiyalarning rivojlanish darajasi o'quvchilarning psixologik farovonligi, o'ziga bo'lgan ishonchi va ijtimoiy faolligi bilan bevosita bog'liq. Talabalarda ijtimoiy kompetensiyalar yetarli darajada rivojlanmaganda, ular o'zini ifoda eta olmasligi, jamoaviy faoliyatdan chetlanishi, shuningdek, stress va kommunikativ inqirozlarga tez tushishi mumkin.

Shuningdek, talabalar orasida ijtimoiy kompetensiyalar darajasi jinsiy, yosh, kasbiy yo'nalish va psixotipik farqlar asosida ham farqlanishi mumkin. Shu sababli ta'lim jarayonida har bir talabaning psixologik xususiyatlarini inobatga olgan individual yondashuv muhimdir.

Ta'lim muassasalarida ijtimoiy kompetensiyalarni rivojlantirish nafaqat o'quv dasturlarining, balki psixologik xizmat tizimining, tarbiyaviy ishlarning va o'qituvchining shaxsiy namunasining integratsiyalashgan faoliyati orqali muvaffaqiyatli amalga oshiriladi. Bu esa zamonaviy psixologik-pedagogik strategiyalarni joriy etishni taqozo etadi.

Xulosa. Zamonaviy ta'lim tizimida shaxsga yo'naltirilgan yondashuv asosida ijtimoiy kompetensiyalarni shakllantirish va rivojlantirish muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Ushbu kompetensiyalar talabalarning shaxslararo munosabatlarda muvaffaqiyatli bo'lishi, kasbiy faoliyatga moslashishi hamda jamiyatda o'z o'rnini topishi uchun zarur psixologik tayyorgarlikni ta'minlaydi. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy kompetensiyalar asosan psixologik omillar, ya'ni emotsional intellekt, refleksivlik, kommunikativ qobiliyatlar, empatiya kabi tarkibiy qismlar orqali shakllanadi.

Ta'lim jarayonida bu kompetensiyalarni rivojlantirish uchun interfaol metodlar, treninglar, muammoli vaziyatlarni tahlil qilish, rolli o'yinlar, ijtimoiy loyihalar samarali vosita sifatida qo'llanilishi lozim. Bunda o'qituvchining roli va ta'lim muhitining ijtimoiy-psixologik iqlimi hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Shunday qilib, talabalarda ijtimoiy kompetensiyalarni rivojlantirish — bu ta'limning faqat akademik emas, balki tarbiyaviy, psixologik va ijtimoiy funksiyalarini uyg'unlashtirgan holda amalga oshirilishi lozim bo'lgan murakkab, ammo zarur jarayondir. Kelajakda bu yo'nalishda tizimli yondashuv va ilmiy asoslangan amaliy strategiyalar ishlab chiqilishi ijtimoiy kompetent shaxsni shakllantirishda muhim omil bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Абдуллаева, Г. (2021). Психологические аспекты развития социальных компетенций у студентов. – Ташкент: Фан.
2. Vygotsky, L.S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
3. Goleman, D. (2006). *Social Intelligence: The New Science of Human Relationships*. New York: Bantam Books.
4. Хакимова, Д.Ш. (2020). Социально-психологические механизмы формирования коммуникативных компетенций у молодежи. Журнал психологии и образования.

Bahodirova Sitora Nodirovna,

Buxoro davlat texnika universiteti Xotin-qizlar masalalari bo'yicha psixologi

KASB TA'LIMIDA EMOTSIONAL INTELLEKTNI RIVOJLANTIRISH: PSIXOLOGIK VA PEDAGOGIK INTEGRATSIYASI

Annotatsiya. *Mazkur tezisda kasb ta'limi jarayonida emotsional intellektni shakllantirish va rivojlantirishning psixologik hamda pedagogik jihatlari yoritilgan. Emotsional intellektning o'qituvchi va talaba shaxsiy hamda kasbiy kompetensiyalarini takomillashtirishdagi ahamiyati tahlil qilingan. Shuningdek, psixologik yondashuvlar va pedagogik metodlarning integratsiyasi asosida kasb ta'limida emotsional intellektni rivojlantirishning samarali mexanizmlari ishlab chiqilgan. Tadqiqot natijalari ta'lim jarayonida insonparvarlik tamoyillarini kuchaytirish, muloqot madaniyatini rivojlantirish va ijobiy psixologik muhit yaratishda muhim amaliy ahamiyat kasb etadi.*

Kalit so'zlar: *emotsional intellekt, kasb ta'limi, psixologik integratsiya, pedagogik integratsiya, muloqot madaniyati, kasbiy kompetensiya, ta'lim jarayoni, insonparvarlik.*

Kasbiy ta'limda psixologo-pedagogik integratsiya psixologik tamoyillarni pedagogik usullar (masalan, rolli o'yinlar va muhokamalar) bilan birlashtirish orqali emotsional intellektni (EI) rivojlantirishga yordam beradi. Bu o'quvchilarga o'zini anglash, o'zini boshqarish, empatiya va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish imkonini beradi, bu esa muvaffaqiyatli kasbiy faoliyat, sog'lom munosabatlar va ijobiy o'quv muhitini yaratish uchun juda muhimdir.

Bo'lajak pedagog shaxsining hissiy-irodaviy sohasini kasbiy ahamiyatga ega bo'lgan shaxsiy xususiyatlar kontekstida o'rganish muammosi mahalliy va xorijiy psixologiya, pedagogika va akmeologiyada yetarli darajada o'rganilmagan sohalardab biri bo'lib, bunda o'qitiladigan mavzuni, shuningdek, o'qituvchi shaxsining individual xususiyatlariga, uning hissiy sohasini aks ettiradi. Bolaning rivojlanayotgan shaxsini tushunish qobiliyati, bag'rikenglik, xushmuomalalik va qat'iyatlilik shular jumlasidandir. Bu esa o'z o'rnida o'qituvchi shaxsini o'z-o'zini rivojlantirishni talab qiladi, aks ettirishning amaliy ko'nikmalarini egallash, kasbiy muhim fazilatlarini rivojlantirish va o'z-o'zini nazorat qilish bilimlarni takomillashtirishni nazarda tutadi. O'quvchi va talabalar samarali va bilimli o'qitilishiga o'qituvchining fazilatlarini rivojlantirish muhim, bu esa bo'lajak o'qituvchilarga tanlagan kasbiga tezda moslashish imkonini beradi.

Hissiy intellektni rivojlantirishning zamonaviy konsepsiyalari va pedagogik mutaxassislariga qo'yiladigan talablarni o'rganish jarayonida yuqori darajadagi hissiy intellektni rivojlantirishga intiladigan o'qituvchining yaxlit o'zini o'zi rivojlantiruvchi shaxs degan fikrga kelish mumkin. Bu uchun esa samarali faoliyat, kasbiy identifikatsiya qilish uchun ideal model asosida faoliyatni olib borish zarur hisoblanadi.

Emotsional intellekt-bu odamlarning o'z his-tuyg'ularini va boshqalar hissiyotlarini tushunish, boshqarish va ularga moslashish qobiliyatidir. Pedagogik ta'limda bu tushuncha o'qituvchilar va o'quvchilarning samarali muloqot qilishlari, o'zaro munosabatlarini boshqarishlari va ta'lim jarayonini muvaffaqiyatli tashkil etishlari uchun muhim ahamiyatga ega. Emotsional intellekt o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi psixologik aloqalarni rivojlantirishga, sinfda ijobiy muhit yaratishga, shuningdek, o'quvchilarning ta'limdagi muvaffaqiyatlarini oshirishga yordam beradi.

1. Emotsional intellektning asosiy tarkibiy qismlari Emotsional intellekt to'rt asosiy komponentga bo'linadi: O'zini tanish. Bu o'z hissiyotlarini va ularning xatti-harakatlarga ta'sirini tushunish qobiliyati. O'qituvchilar o'zlarining hissiyotlarini bilish orqali stressni boshqarish va o'zlarining professional salohiyatlarini yaxshilashlari mumkin. O'quvchilarga esa, bu o'z his-tuyg'ularini anglash va ularga munosib tarzda javob berishga yordam beradi.

O'zini boshqarish. O'zini boshqarish hissiyotlarni nazorat qilish va boshqarishga, impulslarni boshqarishga yordam beradi. Bu qobiliyat o'qituvchilar va o'quvchilarga

qiyinchiliklarga duch kelganda, ijobiy yondashuvni saqlashga va salbiy holatlarni konstruktiv tarzda hal qilishga imkon beradi. Ijtimoiy ong. Bu boshqalar his-tuyg'ularini va ehtiyojlarini tushunish, empatiya ko'rsatish qobiliyatidir. Ijtimoiy ongni rivojlantirish o'qituvchilarga o'quvchilarning ehtiyojlarini tushunish va ularga individual yondashish imkonini beradi. Shuningdek, bu o'quvchilarga jamoaviy ishda muvaffaqiyatli bo'lishni o'rgatadi. Ijtimoiy munosabatlarni boshqarish. Bu hissiyotlarni boshqarishda muvaffaqiyatli aloqalar o'rnatish va samarali muloqot qilish qobiliyatidir. Pedagoglar o'quvchilarga sog'lom va ijobiy munosabatlarni o'rnatishni, boshqalar bilan ishlashda muvaffaqiyatli bo'lishni o'rgatishi mumkin.

2. Pedagogik ta'limda emotsional intellektning roli Emotsional intellektning ta'limdagi roli o'qituvchilar va o'quvchilarning o'zaro aloqalarini, ta'lim jarayonining muvaffaqiyatini va sinfdagi muhitni yaxshilashga qaratilgan. Quyidagi jihatlar pedagogik ta'limda emotsional intellektning o'rnini ko'rsatadi: O'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi muloqot: Emotsional intellekt o'qituvchining o'quvchilarni tushunish qobiliyatini oshiradi. O'qituvchi o'z hissiyotlarini va o'quvchilarning hissiyotlarini yaxshi tushunib, ular bilan sog'lom muloqot o'rnatadi. Bu o'quvchilarning o'qishga bo'lgan qiziqishini oshirishga, o'zini namoyon etishlariga va umumiy muvaffaqiyatga erishishlariga yordam beradi. Sinfdagi psixologik muhitni yaratish: O'qituvchi o'zining yuqori darajadagi emotsional intellekti bilan sinfdagi psixologik muhitni ijobiy va qulay qiladi. Bunda o'quvchilarni o'z his-tuyg'ularini erkin ifoda etishga, jamoada ishlashga, bir-birlarini qo'llab-quvvatlashga undaydi. Natijada sinfdagi ishonchli va do'stona muhit shakllanadi, bu esa o'qish samaradorligini oshiradi. Stressni boshqarish va muammolarni hal qilish: O'qituvchilarda emotsional intellektning yuqori darajasi stressni boshqarishda va qiyinchiliklarni hal qilishda katta yordam beradi. O'quvchilarni ham stressli vaziyatlarda yordam berish, ularni motivatsiya qilish va qo'llab-quvvatlash uchun emotsional intellektni rivojlantirish zarur.

Zamonaviy psixologiyada intellekt keng ma'noda insonning barcha kognitiv funksiyalari (sezish, idrok va boshqalar) yig'indisi sifatida belgilanadi. Bundan tashqari, 1996 yilgi "Psixologik lug'at" kitobida "intellekt" atamasini uchta asosiy ma'noda belgilaydi.

Birinchidan, insonning umumiy bilish va muammolarni hal qilish qobiliyati, faoliyat muvaffaqiyatini aniqlash va boshqa qobiliyatlarni asoslashdir.

Ikkinchidan - insonning barcha kognitiv qobiliyatlari tizimi (sezish, idrok etish, xotira, tasvirlash, fikrlash, tasavvur qilish).

Uchinchidan esa aqliy nuqtai nazardan, muammolarni sinov va xatosiz hal qilish qobiliyatidir.

Mashhur olim R.Amtxauer intellektni shaxsning yaxlit strukturasining quyi tuzilmasi deb hisoblagan. Bu faoliyatda shakllanadigan va namoyon bo'ladigan aqliy qobiliyatlar tizimidir. R.Amtxauer intellektning 4 ta yetakchi omilini aniqlagan bo'lib ular quyidagilardan iboratdir:

- og'zaki,
- arifmetik,
- fazoviy
- mnemonik.

J.Gilford esa aqliy operatsiyalarning 5 turini (idrok etish, xotiradan qayta tiklash, konvergent va divergent fikrlash va baholash harakatlari) 4 turdagi axborot bilan o'zaro bog'lash natijasida aniqlangan 120 ta elementar aqliy qobiliyatdan iborat bo'lgan intellektning murakkab strukturaviy modelini taklif qilgan.

Bugungi kunda umumiy aqliy qobiliyat sifatida umumiy intellekt mavjudligi umumiy qabul qilinadi, u asab tizimining genetik jihatdan aniqlangan xususiyatiga asoslangan ma'lumotlarni ma'lum bir tezlik va aniqlik bilan qayta ishlashi ko'zda tutilgandir. Zamonaviy tadqiqotlar aqlni xatti-harakat va inson faoliyatining muvaffaqiyati bilan bog'liq holda, ijtimoiy va madaniy kontekstda ko'rib chiqish bilan tavsiflanadi deb ta'kidlangan.

Shuning uchun aqlni yangi vaziyatga moslashish qobiliyati sifatida J. Piaje o'z tadqiqotlarida ko'rib chiqdi. J. Piajening strukturaviy genetik yondashuvida intellekt mavzuni atrof-muhit bilan

muvozanatlashning eng yuqori usuli sifatida talqin qilinadi, va ko'p qirraliligi bilan ajralib turganligi to'g'risida tadqiqotlarida keltirib o'tgan. Moslashuv jarayonini xarakterlab, J.Piaje intellektual rivojlanishning quyidagi mexanizmlarini aniqladi:

- muvozanat - kognitiv uyg'unlik holati;
- assimilyatsiya shaxsning atrof-muhit bilan allaqachon mavjud usullarda o'zaro munosabatda bo'lish istagini tavsiflaydi;
- turar joy - ekologik talablarga javoban o'zgarish.

Darhaqiqat, emotsional intellekt o'qituvchi shaxsining yuqori darajada rivojlangan o'z histuyg'ularini va boshqa odamlarning his-tuyg'ularini tushunish, ularni boshqarish qobiliyatiga ega hisoblanadi. Psixologik mazmunga ko'ra, emotsional intellekt- bu boshqa odamlarning his-tuyg'ularini yengil tushunish yoki intellektual jarayonlarga asoslangan emotsiyalarning asoslanishi bilan izohlanadi. Insondagi emotsional ongning barcha tarkibiy qismlari bir-biri bilan uzviy bog'liq bo'lib, ularning o'zaro bog'liqligi shaxslararo munosabatlarning samarali kechishiga yordam beradi.

Bo'lajak o'qituvchining emotsional intellektini o'rganish zamonaviy psixologiyada jadal rivojlanayotgan tadqiqot sohalaridan biridir. Ushbu hodisaga ko'plab tadqiqotchilar tamonidan tahlil qilingan. Bo'lajak pedagog shaxsining emotsional intellekti - bu bo'lajak o'qituvchining hissiyotlarni anglashi, boshqa odamlarning va ularning shaxsiy maqsadlari, g'ayratlari va istaklarini anglashi qobiliyati, shuningdek amaliy muammolarni hal qilish uchun ularning his-tuyg'ulari va boshqa odamlarning his-tuyg'ularini boshqarishi bilan ahamiyatga egadir.

1930-yillardayoq psixolog E.Torndayk "ijtimoiy intellekt" tushunchasini boshqa odamlar bilan til topisha olish qobiliyati deb ta'riflagan edi. 1940-yillarda psixolog D. Veksler aqlning turli xil samarali komponentlari odamlarning hayotda qanchalik muvaffaqiyatli bo'lishida muhim rol o'ynashi mumkinligi to'g'risida dalillar keltirgandir. Emotsional intellekt haqida tajribali psixolog Jon Gottman, biz to'g'ri deb hisoblagan xatti-harakatlarning stereotiplari bo'lajak pedagog shaxsining hissiy intellektini rivojlantirishga yordam bermasligini aniq ko'rsatgan holda, quidagilarni ta'kidlagan:

- Bo'lajak pedagog sifatida bolaning his- tuyg'ulariga e'tibor qaratish;
- Bo'lajak pedagog sifatida farzandingiz bilan muloqot qilish imkoniyati sifatida hissiy ifodadan foydalanish;
- Bo'lajak pedagog sifatida empatiyani ko'rsatish hamda bolaning kayfiyatini yaxshiroq tushunish;

Bundan tashqari, N.D.Zavalishina bo'lajak pedagog shaxsiga tegishli bo'lgan yetuk intellektning bir-biriga bog'langan uchta mexanizmini ko'rsatib o'tgan:

1 Tartibga solishning subyektiv-shaxsiy va gnostik darajalari o'rtasidagi generativ o'zaro ta'sir mexanizmi. Shaxsiy darajadagi har qanday yangi shakllanish (motivlar, maqsadlar va boshqalar) kognitiv darajadagi o'zgarishlar tufayli yuzaga keladi, bu esa, o'z navbatida, subyektning haqiqatning yangi tomonlarini ochishini, kognitiv darajadagi keyingi siljishlarni belgilaydi.

2 Operatsion integratsiya mexanizmi turli elementlardan (idrok, mantiqiy, intuitiv), o'zaro bog'liq bo'lgan yangi operatsion tuzilmalarning doimiy shakllanishida amalga oshiriladi.

3 Inson hayotini kognitiv qo'llab-quvvatlashni kengaytirish mexanizmi: intellektual rivojlanishning har doim ham amalga oshirilmaydigan zaxiralari bo'lgan "qo'shimcha mahsulotlar" ning to'planishi va o'zgarishi uchun javobgardir.

Xulosa qilib aytganda, bugungi kunda emotsional intellekt tushunchasini mahalliy tadqiqotlarda nazariy va amaliy jihatdan o'rganishga ehtiyoj yuqori sanaladi. Albatta, hissiy intellekt shaxsda ijtimoiy va biologik ehtiyojlarni amalga oshirishda sezilarli ta'sir ko'rsatadi; kasbiy qiziqishlarda nazariy, amaliy va kasbiy tayyorgarlik shular jumlasindandir. Ushbu intellektning rivojlanishi va shakllanishi shaxsda muhim omil sifatida qaraladi. Haddan tashqari yuqori darajadagi xatti-harakatlar va faoliyatning umumiy tartibsizligida namoyon bo'ladigan noto'g'ri reaksiya sifatida qaraladi. Yuqori tashvishli toifaga mansub shaxslar o'zlarining hurmati va hayotiy faoliyati uchun keng ko'lamli vaziyatlarda o'zlarida shaxsiy va vaziyatli tahdidni

ko'rishga moyil bo'lishadi. Bunday holatlarda ular keskinlikning aniq holatiga javob berishadi. Xavotirlanish umumiy ma'noda ayni xotiramizda paydo bo'ladigan dastlabki tajribalariz orqali yuzaga chiqadi. Shuning uchun ham yaxshi xotiralar insonni xavotirlanishdan saqlay oladi [4, 379]. Emotsional intellekt tabiatini ochish boshqalarni tushunish madaniyatining oshishiga xizmat qilishi tabiiydir. Chunki aqliy qobiliyat va emotsional qobiliyatlar birbiri bilan chambarchas bog'liqdir. Shaxsdagi emotsional kechinmalarning o'zgarishi albatta intellektual qobiliyatlarni ham o'zgarishiga olib kelishi mumkin. Ko'pchilik olimlar tomonidan ma'lum bir emotsiyalar insonlarning aqliy qobiliyatlarini oshishiga yoki kamayishi ta'sir ko'rsatishi isbotlangan. Inson o'z emotsiyalarini boshqara olishi albatta uni jamiyatda uni o'z o'rnini topishida muhim ahamiyat kasb etishi aniqlangan. Ayni vaqtda rahbarlarni tayyorlash davomida zamonaviy rahbar modellarini inobatga olish ham emotsionla intellekt orqali amalga oshirilib kelinmoqda, shu sababli ham rahbar, xodimlarini tushunishi va ularni rag'batlantirishi nechog'li muhim ekanligi e'tiborga olish lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
2. Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211.
3. Bar-On, R. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13–25.
4. Petrides, K. V., & Furnham, A. (2001). Trait Emotional Intelligence: Psychometric Investigation with Reference to Established Trait Taxonomies. *European Journal of Personality*, 15(6), 425–448.
5. Andreeva, G. M. (2000). *Sotsial'naya psixologiya*. Moskva: Aspekt Press.
6. Karimova, V. M. (2010). *Shaxs va muloqot psixologiyasi*. Toshkent: O'zbekiston faylasuflar jamiyati nashriyoti.

Isroilova Saida Erkinovna,
Navoiy davlat universiteti tadqiqotchisi

OILAVIY ZO‘RAVONLIKNING AYOLLAR PSIXIKASIGA TA’SIRI VA ULARNING MOSLASHUV STRATEGIYALARI: IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK TAHLIL

Annotatsiya. Mazkur maqolada oilaviy zo‘ravonlikning ayollar psixikasiga salbiy ta’siri, ruhiy holatdagi o‘zgarishlar va ularning moslashuv strategiyalari ijtimoiy-psixologik jihatdan tahlil qilingan. Shuningdek, jamiyatda ayollarni qo‘llab-quvvatlash tizimlarining ahamiyati yoritilgan.

Kalit so‘zlar: Oilaviy zo‘ravonlik, ayollar psixologiyasi, stress, moslashuv strategiyalari, ijtimoiy-psixologik tahlil, ruhiy salomatlik.

Аннотация: В данной статье рассмотрено негативное влияние домашнего насилия на психику женщин, изменения их эмоционального состояния, а также их стратегии адаптации с социальной и психологической точек зрения. Также освещена значимость системы поддержки женщин в обществе.

Ключевые слова: Домашнее насилие, психология женщин, стресс, стратегии адаптации, социально-психологический анализ, психическое здоровье.

Annotation: This article analyzes the negative impact of domestic violence on women's mental health, emotional changes, and their coping strategies from a socio-psychological perspective. The importance of support systems for women in society is also highlighted.

Keywords: Domestic violence, women's psychology, stress, coping strategies, socio-psychological analysis, mental health.

Kirish. Bugungi kunda dunyo miqyosida muammoli ijtimoiy holatlardan biri bu – **oilaviy zo‘ravonlik** hisoblanadi. Ayniqsa, ayollarga nisbatan amalga oshiriladigan jismoniy, ruhiy va iqtisodiy zo‘ravonliklar ularning psixik holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatmoqda. Oila doirasidagi zo‘ravonlik ko‘pincha yashirin qolib ketgani bois, uning oqibatlari chuqur va uzoq muddatli bo‘ladi. Ushbu maqolada ayollarning oilaviy zo‘ravonlikka nisbatan psixologik javoblari, moslashuv strategiyalari va ularning ijtimoiy-psixologik holati tahlil qilinadi. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma’lumotlariga ko‘ra, dunyo bo‘yicha har uch ayoldan biri hayoti davomida turli shakllardagi zo‘ravonlikka duch keladi. Shu bilan birga, ko‘plab mamlakatlarda ayollarga nisbatan zo‘ravonlikka qarshi kurashga oid maxsus qonunlar va dasturlar joriy etilgan bo‘lsa-da, muammo o‘z dolzarbligini yo‘qotgani yo‘q. Zo‘ravonlikka uchragan ayollarning ruhiy holati, ularning ijtimoiy o‘z-o‘zini anglashlari va oilaviy munosabatlardagi o‘rnini tahlil qilish bugungi kun psixologiya va sotsiologiya fanlarining asosiy yo‘nalishlaridan biridir.

Oilaviy zo‘ravonlik shaxsning ruhiy, ijtimoiy va jismoniy salomatligiga jiddiy ta’sir ko‘rsatadigan omil hisoblanadi. Jabrlanuvchi ayollarda o‘z-o‘zini anglash va baholash darajasining pasayishi, ichki qarama-qarshiliklarning kuchayishi va o‘ziga bo‘lgan ishonchning yo‘qolishi kabi psixologik holatlar kuzatiladi. Ushbu holatlar ularda xavotirlik, depressiya, o‘z-o‘ziga zarar yetkazish tendensiyalarining kuchayishiga olib keladi. Shuningdek, oilaviy zo‘ravonlik jabrlanuvchilarining ko‘pchiligi jamiyatdagi o‘z ijtimoiy mavqeini pasaytirgan holda, izolyatsiya holatiga tushib qoladi.

Ijtimoiy jihatlar va jamiyatdagi stereotiplar. Oilaviy zo‘ravonlik masalasi ko‘pincha jamiyatda mavjud bo‘lgan patriarxal qarashlar, gender stereotiplari va an’anaviy oila tushunchalaridan kelib chiqadi. Ayrim jamiyatlarda ayollarni oila ichidagi bo‘ysunuvchi shaxs sifatida qabul qilish odati zo‘ravonlikning tabiiy qabul qilinishiga sabab bo‘lishi mumkin. Bu esa, jabrlanuvchi ayollarning zo‘ravonlikka duch kelganda, o‘z ovozi ochiq ayta olmasligi, himoyasiz holatda qolishi va muammoni yashirishiga olib keladi. Xususan, iqtisodiy mustaqillikka ega bo‘lmagan ayollar uchun bu vaziyat yanada murakkablashadi.

Jabrlanuvchi ayollarning xatti-harakatlarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. Oiladagi zo‘ravonlikka duch kelgan ayollarning xatti-harakatlari va psixologik holatini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, ular ko‘pincha o‘zlarini aybdor his qilishadi, zo‘ravonlikni qabul qilishga majbur

bo'lishadi va bu holatni o'zgartirish uchun faol harakat qila olmaydilar. Bu, o'z navbatida, "qurbon sindromi" deb ataluvchi holatni shakllantiradi. Ushbu sindrom doirasida ayollar o'z imkoniyatlarini qadrlamaydi, o'z huquqlarini himoya qilishga qodir emas va zo'ravonlikdan chiqish yo'llarini topa olmaydi.

Dunyo bo'ylab oilaviy zo'ravonlikka qarshi kurash bo'yicha qator chora-tadbirlar ko'rilmogda. Masalan, Skandinaviya mamlakatlarida oilaviy zo'ravonlikning oldini olishga qaratilgan kompleks yondashuvlar samarali natija bermoqda. Ular orasida jabrlanuvchi ayollarga bepul huquqiy yordam ko'rsatish, psixologik maslahat xonalarini tashkil etish va reabilitatsiya markazlarini ochish ishlari o'z samarasini bermoqda. O'zbekiston misolida esa, "Ayollar daftari" loyihasi doirasida oilaviy zo'ravonlikdan aziyat chekkan ayollarni ijtimoiy himoya qilishga yo'naltirilgan dasturlar amalga oshirilmoqda.

Oiladagi zo'ravonlik masalasini o'rganish ijtimoiy-psixologik ilmiy tadqiqotlarning muhim yo'nalishlaridan biri bo'lib, bu masala jamiyatda gender tenglik, huquqiy himoya va ijtimoiy barqarorlikni ta'minlashda dolzarb ahamiyat kasb etadi. Quyida mazkur mavzuga oid muhim nazariy va empirik tadqiqotlar tahlil qilinadi.

G.V.Tarasova (2008) o'z tadqiqotlarida oilaviy zo'ravonlikning asosiy omillari va jabrlanuvchi shaxsning xulq-atvoriga ta'sir qiluvchi psixologik mexanizmlarni tahlil qiladi. Uning fikricha, zo'ravonlik jabrlanuvchida o'ziga nisbatan ishonchsizlik, o'zini aybdor his qilish va o'zini qurbon sifatida qabul qilish singari hissiyotlarni kuchaytiradi.

E.Giddens (1992) zo'ravonlikning ijtimoiy jihatlarini o'rganib, gender tengsizlik va patriarxal jamiyatdagi an'anaviy oila tuzilishining zo'ravonlikni yuzaga keltiruvchi asosiy sabab ekanligini ta'kidlaydi. Walker L.E. (1979) tomonidan ishlab chiqilgan "qurbon sindromi" nazariyasi jabrlanuvchilarning zo'ravonlikni qabul qilishga va undan chiqishga oqizligini tushuntiradi. Bu nazariya, jabrlanuvchi ayollar ko'pincha zo'ravonlikni o'z hayotining tabiiy qismi sifatida qabul qilishlarini ko'rsatadi.

A.Bandura (1977) o'zining ijtimoiy o'rganish nazariyasida oilaviy zo'ravonlikning generativ tabiatini tushuntiradi. U bolalikda zo'ravonlikka guvoh bo'lgan shaxslar katta bo'lganda o'sha xatti-harakatlarni qaytarishga moyil ekanligini qayd etadi.

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) (2021) ma'lumotlariga ko'ra, oilaviy zo'ravonlikka uchragan ayollar uchun ijtimoiy yordam va reabilitatsiya dasturlari mavjudligi muhim omil hisoblanadi. Zo'ravonlikka qarshi kurashda milliy qonunchilikni kuchaytirish va jabrlanuvchilarga bepul psixologik yordam ko'rsatish muhimligi ta'kidlanadi.

Ko'plab tadqiqotlar (masalan, WHO ma'lumotlariga ko'ra) shuni ko'rsatadiki, zo'ravonlikni boshdan kechirgan ayollarda ruhiy salomatlik buzilishlarining ehtimoli 2-3 baravar yuqori bo'ladi. Bu jarayonda ayol o'zini aybdor his qilish, yolg'iz qolishdan qo'rquv, yordam izlashdan uyalish kabi kechinmalarni boshdan kechiradi.

Moslashuv strategiyalari.

Ayollar zo'ravonlik holatiga turlicha munosabatda bo'lishadi. Ularning moslashuv strategiyalari quyidagi yo'nalishlarda namoyon bo'ladi:

1. **Passiv moslashuv** – muammodan qochish, sabr qilish, «taqdirim shunaqa» degan fikr bilan yashash. Bu strategiya ruhiy salomatlikni yanada yomonlashtiradi.

2. **Aktiv qarshilik** – zo'ravonlikka qarshi kurashish, huquqni muhofaza qiluvchi organlarga murojaat qilish, himoya markazlariga murojaat etish. Bunday strategiya ruhiy tiklanishga yordam beradi.

3. **Ijtimoiy yordam izlash** – do'stlar, qarindoshlar yoki psixologik yordam xizmatlari orqali yordam so'rash.

4. **Ichki resurslarni safarbar etish** – diniy e'tiqod, sabr-toqat, farzandlar haqida g'amxo'rlik kabi omillar orqali o'zini tutib turish.

5. **Psixologik himoya mexanizmlari** – inkor qilish, idealizatsiya, o'zini ayblash kabi himoya shakllari ham ko'p uchraydi.

Ijtimoiy-psixologik jihatlar.

Zo‘ravonlikka duch kelgan ayolni faqat psixologik emas, balki **ijtimoiy jihatdan ham qo‘llab-quvvatlash muhimdir**. Bu borada:

- Jamiyatda ayollar huquqlarini targ‘ib qilish,
- Psixologik xizmatlar va ishonch telefonlarini ommalashtirish,
- Zo‘ravonlik holatlarini aniqlash bo‘yicha profilaktik dasturlar ishlab chiqish,
- OAV orqali zo‘ravonlikka qarshi ijobiy ijtimoiy qarashni shakllantirish muhim omillar hisoblanadi.

Xulosa. Oilaviy zo‘ravonlik ayollar psixikasiga og‘ir ta’sir ko‘rsatadi. Ularda ruhiy tushkunlik, xavotir, ijtimoiy izolyatsiya kabi salbiy holatlar yuzaga keladi. Moslashuv strategiyalarining faolligi yoki passivligi ayolning ichki resurslari, atrof-muhit yordami va jamiyatdagi madaniy qadriyatlarga bog‘liq. Ushbu muammoni hal etishda psixologik, huquqiy va ijtimoiy tizimlarning hamkorligi muhim ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar ro‘yxati

1. Андреева, Г.М. (1998). *Социальная психология*. Москва: Аспект Пресс.
2. Макарова, В.И. (2012). *Социально-психологическая адаптация женщин*. Санкт-Петербург: Речь.
3. Walker, L.E. (1989). *Terrifying Love: Why Battered Women Stay in Abusive Relationships*. New York: Harper Collins.
4. Марсиа, Дж. (1996). *Психологические кризисы и идентичность*. Москва: Прогресс.

Исабаев Абдукарим Комилжонович

г.Бухара, Узбекистан

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ КАК ЛИЧНОСТНОГО ФАКТОРА У СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ

Annotatsiya. Ushbu maqolada ichki ishlar organlari xodimlarida xavotirlikning shaxsiy omillarini namoyon bo'lishiga ta'sir etuvchi psixologik determinantlar ko'rib chiqiladi. Mavzuning dolzarbligi xodimlar xizmat davomida duch keladigan yuqori kasbiy yuklama, emotsional charchoq va stressli holatlar bilan bog'liq. Ayniqsa, shaxsga xos psixologik xususiyatlar – o'zini o'zi boshqara olish darajasi, temperament tipi, kognitiv qarashlar hamda motivatsion tuzilmalar kabi omillarning xavotirli holatlarning shakllanishi va kuchayishidagi o'rniga alohida e'tibor qaratiladi. O'tkazilgan tahlillar ichki ishlar xodimlari orasida psixologik yordam ko'rsatish va xavotirlikni korreksiya qilish dasturlarini joriy etish zarurligi haqida xulosa chiqarishga imkon beradi. Bu esa ularning kasbiy faoliyat samaradorligini oshirish va ruhiy salomatligini saqlashda muhim ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: xavotirlik, shaxsiy omillar, psixologik determinantlar, ichki ishlar xodimlari, stress, emotsional charchoq, psixik boshqaruv.

Abstract. This article explores the psychological determinants influencing the manifestation of personality-related factors of anxiety among law enforcement officers. The relevance of the topic is driven by the high professional demands, emotional burnout, and stress experienced by officers in the course of their duties. Special attention is paid to the role of individual psychological characteristics such as self-regulation, temperament type, cognitive attitudes, and motivational structures in the development and intensification of anxiety states. The analysis reveals the necessity of implementing psychological support programs aimed at reducing anxiety levels and enhancing both the professional efficiency and mental well-being of law enforcement personnel.

Keywords: anxiety, personality factors, psychological determinants, law enforcement officers, stress, emotional burnout, mental regulation

Аннотация. В данной статье рассматриваются психологические детерминанты, влияющие на проявление личностных факторов тревожности у сотрудников органов внутренних дел. Актуальность темы обусловлена высокими профессиональными нагрузками, эмоциональным выгоранием и стрессовыми ситуациями, с которыми сталкиваются сотрудники в процессе службы. Особое внимание уделяется роли индивидуально-психологических особенностей, таких как уровень саморегуляции, тип темперамента, когнитивные установки и мотивационные структуры, в формировании и усилении тревожных состояний. Проведённый анализ позволяет сделать вывод о необходимости внедрения программ психологической поддержки и коррекции тревожности среди сотрудников правоохранительных органов для повышения эффективности их профессиональной деятельности и сохранения психического здоровья.

Ключевые слова: тревожность, личностные факторы, психологические детерминанты, сотрудники внутренних дел, стресс, эмоциональное выгорание, психическая регуляция

Введение.

Современная деятельность сотрудников органов внутренних дел связана с высокими требованиями, постоянным взаимодействием с социально напряжёнными и конфликтными ситуациями, необходимостью быстрого принятия решений в условиях неопределённости и повышенного риска. В такой профессиональной среде тревожность становится не только эмоциональной реакцией на внешние раздражители, но и устойчивой личностной характеристикой, способной существенно повлиять на эффективность служебной деятельности, психологическое благополучие и общую профессиональную устойчивость.

Психологи подчёркивают, что тревожность в своей личностной форме может играть двойственную роль: с одной стороны, умеренный уровень тревожности способствует мобилизации ресурсов и повышению ответственности, с другой — её избыточное проявление ведёт к снижению концентрации, быстрой утомляемости, развитию эмоционального выгорания и даже профессиональной деформации. В этой связи особенно важно изучение тех психологических детерминант, которые способствуют проявлению и закреплению тревожности у сотрудников органов внутренних дел.

К числу таких детерминант относятся индивидуально-психологические особенности личности: уровень саморегуляции, эмоциональная стабильность, особенности когнитивной сферы, мотивационные установки, тип темперамента и адаптационные ресурсы. Эти факторы формируют своеобразную внутреннюю матрицу реагирования на профессиональные и социальные вызовы, определяя, будет ли тревожность кратковременной реакцией на стресс или устойчивой чертой характера.

Актуальность исследования обусловлена необходимостью разработки научно обоснованных подходов к профилактике и коррекции повышенного уровня тревожности среди сотрудников правоохранительных органов. Это позволит не только повысить профессиональную эффективность, но и сохранить их психическое здоровье, что особенно важно в условиях постоянного напряжения и высокой социальной ответственности. Настоящее исследование направлено на выявление и систематизацию ключевых психологических факторов, определяющих уровень и характер тревожности, а также на поиск путей её конструктивного регулирования в профессиональной среде органов внутренних дел.

Проблема тревожности как значимого личностного феномена в профессиональной деятельности, связанной с высоким уровнем стресса и ответственности, широко рассматривается в зарубежной психологической науке. Особое внимание уделяется исследованию тревожности у представителей профессий повышенного риска, в частности — у сотрудников полиции и других правоохранительных органов.

Согласно концепции К. Спилбергера (C. Spielberger), тревожность подразделяется на ситуативную и личностную, при этом именно личностная тревожность рассматривается как относительно устойчивая индивидуальная черта, обусловленная внутренними психологическими детерминантами. В его работах подчёркивается, что высокий уровень личностной тревожности может снижать устойчивость к профессиональному стрессу и оказывать негативное влияние на принятие решений в условиях неопределённости. Данный подход стал основой для множества исследований в области прикладной психологии, направленных на изучение тревожности у работников силовых структур.

Роберт Йеркс и Джон Додсон (Yerkes & Dodson, 1908) в своей классической теории зависимости продуктивности от уровня возбуждения (включающей тревожность как его компонент) показывают, что существует оптимальный уровень тревожности, при котором эффективность деятельности максимальна. Однако при его превышении наблюдается обратный эффект: ухудшение внимания, снижение когнитивной гибкости и эмоциональная неустойчивость. Эти положения получили дальнейшее развитие в работах Д. Эйзенка (H. Eysenck), который связывал тревожность с такими личностными факторами, как нейротизм и экстраверсия. По мнению Эйзенка, лица с высоким уровнем нейротизма более склонны к генерализации тревожных состояний и демонстрируют менее адаптивное поведение в стрессовых условиях.

Исследования Пола Коста и Роберта МакКрэ (P. Costa & R. McCrae), авторов пятифакторной модели личности (Big Five), также указывают на значимость личностных черт — в частности, нейротизма и добросовестности — в формировании тревожных реакций. Согласно их данным, высокие показатели по шкале нейротизма коррелируют с частыми проявлениями тревоги, раздражительности и эмоциональной лабильности, что

особенно критично для профессий, требующих эмоциональной устойчивости и точности в действиях.

Отдельное направление зарубежных исследований сосредоточено на когнитивных детерминантах тревожности. Аарон Бек (A. Beck) и Альберт Эллис (A. Ellis) в рамках когнитивно-поведенческой парадигмы подчёркивают роль иррациональных убеждений, негативных автоматических мыслей и когнитивных искажений в формировании устойчивой тревожности. Эти механизмы, по их мнению, особенно ярко проявляются у людей, находящихся в условиях постоянного давления и угрозы, как это происходит в деятельности сотрудников органов внутренних дел.

Также важным вкладом являются исследования в области стресса и выгорания у сотрудников полиции, проведённые Дж. Вайнером (J. Violanti) и его коллегами. Их работы показывают, что постоянное воздействие критических инцидентов и ограниченные ресурсы психологической поддержки ведут к накоплению хронической тревожности, снижению профессиональной мотивации и развитию симптомов посттравматического стрессового расстройства.

Анализ зарубежной литературы позволяет выделить основные психологические детерминанты тревожности у сотрудников правоохранительных органов: личностные особенности (нейротизм, эмоциональная лабильность, тип темперамента), когнитивные установки и механизмы, а также профессиональные факторы, такие как уровень стресса и специфика служебной деятельности. Эти научные подходы служат прочной основой для разработки психологических программ профилактики тревожности и повышения профессионального благополучия сотрудников органов внутренних дел.

Обсуждение

Результаты анализа теоретических и эмпирических данных позволяют сделать важные выводы относительно природы тревожности у сотрудников органов внутренних дел, а также факторов, способствующих её формированию и проявлению. В условиях профессиональной деятельности, сопряжённой с постоянным риском, необходимостью принимать быстрые и ответственные решения, а также регулярным контактом с социально напряжёнными ситуациями, тревожность приобретает не только ситуативный, но и устойчивый личностный характер.

Как показывает обобщение зарубежных исследований, ключевыми психологическими детерминантами тревожности выступают индивидуальные особенности личности, среди которых особенно выделяются высокий уровень нейротизма, низкая стрессоустойчивость, дефицит саморегуляции, а также когнитивные установки, склонные к негативной интерпретации внешних стимулов. Эти характеристики, в совокупности с профессиональной нагрузкой и эмоциональным напряжением, создают предпосылки для формирования хронической тревожности, которая, в свою очередь, снижает эффективность профессионального поведения и затрудняет принятие рациональных решений.

Особую обеспокоенность вызывает тот факт, что тревожность нередко маскируется под другими формами психоэмоционального реагирования — агрессивность, замкнутость, раздражительность, что затрудняет своевременную диагностику и профилактику. Учитывая специфику деятельности правоохранительных органов, где сотрудники зачастую не склонны открыто демонстрировать внутренние переживания, тревожность может накапливаться латентно и проявляться лишь в крайних ситуациях — в виде срывов, конфликтов или профессионального выгорания.

При этом важно отметить, что тревожность не всегда носит исключительно негативный характер. Умеренный уровень тревожности может выполнять адаптивную функцию, способствуя мобилизации ресурсов, концентрации внимания и повышенной ответственности. Однако переход этого уровня в хроническую форму становится деструктивным и требует целенаправленного вмешательства. Именно поэтому особую роль приобретает работа психологических служб в системе МВД, направленная на

своевременную диагностику, психопрофилактику и развитие механизмов саморегуляции у сотрудников.

Следует подчеркнуть значимость индивидуального подхода при работе с тревожными состояниями. Универсальные меры, не учитывающие личностные особенности сотрудников, оказываются малорезультативными. В этом контексте перспективным направлением выступает использование методов когнитивно-поведенческой терапии, тренингов эмоциональной устойчивости, а также регулярной психологической супервизии. Не менее важным является создание благоприятного организационно-психологического климата в коллективе, способствующего снижению уровня внутренней напряжённости.

Тревожность у сотрудников органов внутренних дел представляет собой сложный, многофакторный феномен, обусловленный взаимодействием личностных, когнитивных и профессионально-средовых детерминант. Эффективная работа по снижению тревожности должна опираться на комплексный, научно обоснованный подход, включающий как индивидуальные, так и организационные меры. Это позволит не только повысить уровень профессионального функционирования сотрудников, но и сохранить их психическое и физическое здоровье в долгосрочной перспективе.

Заключение

Таким образом, тревожность у сотрудников органов внутренних дел представляет собой многогранный психологический феномен, формирующийся под влиянием совокупности личностных и профессиональных факторов. Индивидуальные особенности, такие как уровень нейротизма, способности к саморегуляции, эмоциональная устойчивость и особенности когнитивных установок, играют ключевую роль в предрасположенности к тревожным реакциям. Условия служебной деятельности, сопряжённые с высоким уровнем стресса, неопределённости и рисков, лишь усиливают проявление тревожности, способствуя её переходу в хроническую форму.

Для эффективного преодоления негативных последствий тревожности необходим системный подход, включающий регулярную психологическую диагностику, индивидуализированные профилактические программы, развитие навыков эмоциональной саморегуляции и формирование поддерживающей профессиональной среды. Только комплексное взаимодействие научных знаний и практических психологических механизмов позволит обеспечить психическое благополучие сотрудников и повысить устойчивость правоохранительной системы в целом.

Список литературы.

1. Спилбергер Ч. Д. Тест тревожности: Руководство по применению. — СПб.: Речь, 2002. — 36 с.
2. Карвасарский Б. Д. Неврозы и психотерапия. — М.: Медицина, 2000. — 768 с.
3. Косырева Н. Н. Личностные детерминанты тревожности у сотрудников силовых структур // Вестник практической психологии. — 2020. — №4. — С. 34–41.
4. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. — М.: Наука, 2001. — 336 с.
5. Кон И. С. Психология личности. — М.: Академический проект, 2007. — 368 с.
6. Nosirova M. T. Psixologiyada shaxs muammosi. — Toshkent: Fan, 2012. — 256 b.
7. Ravshanov R. X. Kasbiy faoliyat psixologiyasi. — Toshkent: Iqbol, 2019. — 300 b.
8. Xolbekov A. X. Psixologiyada stress va emotsional zo‘riqish. — Toshkent: O‘zbekiston, 2015. — 204 b.
9. Rasulova D. M. Huquqni muhofaza qilish organlari xodimlarining psixologik portreti // Psixologiya va Hayot. — 2021. — №2(14). — B. 45–52.
10. Yo‘ldosheva G. A. Tashqi va ichki omillarning shaxsiy tashvish darajasiga ta’siri. — Samarqand: Samarqand davlat universiteti, 2020. — 88 b.
11. To‘xtasinova M. A. Emotsional barqarorlik va stressga chidamlilikni shakllantirish. — Toshkent: Ma’naviyat, 2017. — 112 b.

Кодиркулов Азизжон Саидкул угли,
Преподаватель кафедры служебной психологии и профессиональной культуры
Академии МВД Республики Узбекистан
kodazjn@gmail.com

ОРГАНИЗАЦИОННАЯ КУЛЬТУРА КАК КОМПОНЕНТ КОНТРПРОДУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН

Аннотация. В статье рассматривается взаимосвязь между организационной культурой и контрпродуктивным поведением сотрудников органов внутренних дел Республики Узбекистан. Подчеркивается, что негативные характеристики организационной среды способствуют формированию деструктивных моделей поведения, таких как саботаж, неэтичные действия, снижение дисциплины. Проводится теоретический анализ зарубежных и отечественных подходов к изучению организационной культуры и контрпродуктивного поведения. Обосновываются направления оптимизации культурной среды в целях профилактики профессиональных девиаций.

Ключевые слова: организационная культура, контрпродуктивное поведение, органы внутренних дел, деструктивная практика, этика, служебная дисциплина.

Annotatsiya. Ushbu maqolada O'zbekiston Respublikasi ichki ishlar organlari xodimlarining kontrproduktiv xulq-atvorini tashkilot madaniyati bilan bog'liq jihatlari tahlil qilinadi. Tashkilot muhitining salbiy jihatlari destruktiv xulq-atvor modellarining shakllanishiga, xususan, xizmat vazifalarini sabotaj qilish, etikaga zid harakatlar, intizomning pasayishiga olib kelishi ta'kidlanadi. Maqolada milliy va xalqaro nazariy yondashuvlar tahlili orqali mazkur masala yoritiladi va profilaktik tadbirlar asosida madaniy muhitni yaxshilash yo'llari taklif etiladi.

Kalit so'zlar: tashkilot madaniyati, kontrproduktiv xulq-atvor, ichki ishlar organlari, destruktiv amaliyot, etika, xizmat intizomi.

Annotation. This article examines the relationship between organisational culture and counterproductive work behaviour among employees of law enforcement bodies of the Republic of Uzbekistan. It emphasizes that negative characteristics of the organisational environment contribute to the formation of destructive behavioural models, such as sabotage, unethical behaviour and disciplinary decline. The paper provides a theoretical analysis of domestic and international approaches to organisational culture and counterproductive behaviour. Key directions for improving the organisational environment to prevent professional deviance are suggested.

Keywords: organizational culture, counterproductive behavior, internal affairs bodies, destructive practices, ethics, professional discipline.

Органы внутренних дел являются стратегическим институтом государственной власти, призванным обеспечивать правопорядок, общественную безопасность и защиту прав граждан. Эффективность их функционирования во многом определяется не только нормативной и функциональной составляющей, но и особенностями организационной культуры, доминирующей в ведомстве. В условиях реформирования правоохранительной системы Республики Узбекистан всё более актуальной становится проблема контрпродуктивного поведения (КПП) сотрудников, которая часто коррелирует с особенностями внутренней среды организации [1], [4].

Данная статья направлена на теоретическое обоснование того, каким образом характеристики организационной культуры способствуют либо препятствуют формированию контрпродуктивных практик в профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел.

Организационная культура: понятие и классификации

Термин «организационная культуры» впервые системно был разработан Эдгаром Шейном, который определял её как совокупность основных допущений, выработанных группой в процессе адаптации к внешней среде и внутренней интеграции, передаваемых новым членам организации как правильный способ восприятия, мышления и чувствования [2]. В структуре организационной культуры выделяются уровни: артефакты, провозглашаемые ценности и базовые установки.

Среди наиболее распространённых типологий организационных культур – модель Ч. Хэнди, предлагающая четыре типа: власть, роль, задача и личность [3]; а также подход М. Бурке, выделяющий «токсичные» культурные практики, характеризующиеся дефицитом доверия, доминированием страха и формальностью коммуникаций [5].

В контексте ОВД наиболее часто наблюдаются черты иерархической и ролевой культур, где доминируют порядок, вертикаль подчинения, регламентированность, но одновременно снижается гибкость и личная ответственность [1], [6].

Контрпродуктивное поведение: характеристика и механизмы формирования

Контрпродуктивное поведение трактуется как любые действия сотрудников, направленные против интересов организации или нарушающие профессиональные нормы. Классическая типология С. Фокса и П. Спектера включает: производственное отклонение (например, халатность, имитация занятости), девиантное поведение (моббинг, саботаж, грубость), коррупционные действия, а также сопротивление изменениям [7], [8].

Психологические теории подчеркивают, что поведенческие девиации чаще всего обусловлены неудовлетворённостью работой, конфликтами с руководством, отсутствием признания и справедливости [4], [7].

Особенности контрпродуктивного поведения в системе ОВД Республики Узбекистан могут включать:

- нарушение субординации;
- сознательное игнорирование приказов;
- затягивание сроков исполнения задач;
- неформальные блокировки нововведений;
- использование должности в личных интересах.

Подобные формы поведения часто возникают в условиях, когда организационная культура демонстрирует устойчивую терпимость к нарушителям либо скрытую санкционированность таких действий [5], [6].

Влияние организационной культуры на контрпродуктивное поведение

Исследования показывают, что именно культура служит фоном, определяющим приемлемость или неприемлемость тех или иных форм поведения в коллективе [2], [4], [8]. В ОВД это приобретает особую значимость, так как деятельность требует высокой степени дисциплины, доверия и соблюдения моральных норм.

Негативные характеристики культуры, коррелирующие с высоким уровнем контрпродуктивного поведения:

- авторитаризм и непрозрачность решений;
- игнорирование инициатив «снизу»;
- доминирование страха наказания над поощрением;
- формализм во взаимодействии;
- «двойные стандарты» в оценке поведения.

Например, если один и тот же проступок разными руководителями трактуется по-разному в зависимости от личной симпатии, это способствует девальвации служебной этики [3], [5].

С другой стороны, культура с высокими этическими стандартами, прозрачными механизмами обратной связи и справедливой системой поощрений способствует снижению контрпродуктивного поведения [6].

Теоретические подходы к снижению контрпродуктивного поведения через трансформацию культуры

Анализ зарубежных и отечественных источников позволяет выделить следующие теоретические принципы профилактики контрпродуктивного поведения посредством культурной трансформации:

Формирование ценностно-ориентированной культуры, акцентирующей служение обществу, законность, взаимоуважение и профессиональную компетентность [2], [6].

Развитие системы этического лидерства – руководство как пример поведенческих норм [4], [5].

Внедрение регулярной диагностики морального климата и уровня организационной справедливости [7].

Создание механизмов безопасного информирования о нарушениях, включая анонимные каналы и омбудсменов [3].

Образовательные программы и тренинги по развитию организационной эмпатии и культуры служения [6].

Таким образом, улучшение культуры не просто способствует профилактике контрпродуктивного поведения, но и усиливает авторитет ОВД в глазах общества.

Организационная культура служит ключевым регулятором поведенческих норм в структуре органов внутренних дел. В условиях трансформаций и реформ в Республике Узбекистан она должна стать стратегическим объектом управления, так как от неё зависит не только эффективность деятельности, но и уровень профессиональной этики сотрудников. Контрпродуктивное поведение, будучи симптомом скрытых дисфункций, требует не столько карательного, сколько системного культурного реагирования. Создание справедливой, прозрачной и этической культуры – неотъемлемое условие модернизации правоохранительных органов.

Список литературы.

1. Шейн Э. Организационная культура и лидерство. – СПб.: Питер, 2019. – 416 с.
2. Хэнди Ч. Понимание организаций. – М.: ИНФРА-М, 2018. – 352 с.
3. Бурке М. Диагностика и изменение организационной культуры. – М.: Вильямс, 2020. – 304 с.
4. Fox, S., & Spector, P. E. Counterproductive Work Behavior: Investigations of Actors and Targets. – Washington, DC: American Psychological Association, 2005. – 208 p.
5. Griffin, R. W., & Lopez, Y. Organizational Behavior: Managing People and Organizations. – Boston: Cengage Learning, 2018. – 496 p.
6. Ключко В.Е., Сергиенко Е.А. Психология управления. – Новосибирск: Наука, 2016. – 298 с.
7. Зимняя И.А. Педагогическая психология. – М.: Логос, 2013. – 384 с.
8. Национальная база законодательной информации Республики Узбекистан «lex.uz» // Закон «Об органах внутренних дел», 16.09.2016 г. № ЗРУ-408 (дата обращения: 07.05.2025).

Mardonova Ismigul Dilshod qizi

Buxoro davlat pedagogika institute magistranti

mardonova_ismigul@buxdpi.uz

RAQAMLI TEXNOLOGIYALARNING BOSHLANG'ICH SINFI O'QUVCHILARIDA IJODIY FIKRLASHNI RIVOJLANTIRISHDAGI AHAMIYATI

Annotatsiya. Maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijodiy fikrlashni shakllantirishda raqamli texnologiyalarning o'рни va ahamiyati tahlil etiladi. Raqamli vositalar — interaktiv doskalar, ta'limiy dasturlar, multimedia resurslari va raqamli o'yinlar orqali o'quvchilarning mustaqil fikrlash, muammoli vaziyatlarni hal qilish, yangi g'oya va yechimlar ishlab chiqish qobiliyatlari rivojlanadi. Tadqiqot davomida o'yin asosida o'rgatish, loyihaviy faoliyat, tabaqalashtirilgan yondashuv va multimedia vositalaridan foydalanishning pedagogik imkoniyatlari yoritiladi. Shuningdek, o'qituvchining ijodiy yondashuvi va ota-onalar bilan hamkorlikning ahamiyati ko'rsatib beriladi. Maqola zamonaviy raqamli texnologiyalar yordamida boshlang'ich ta'limda ijodiy fikrlashni rivojlantirishning samarali usullarini ochib beradi.

Kalit so'zlar: ijodiy fikrlash, raqamli texnologiyalar, boshlang'ich ta'lim, interaktiv metodlar, o'yin texnologiyalari, multimedia resurslari, differensial yondashuv.

Аннотация. В статье анализируется роль и значение цифровых технологий в формировании творческого мышления у младших школьников. Благодаря цифровым средствам-интерактивным доскам, образовательным программам, мультимедийным ресурсам и цифровым играм-развиваются способности учащихся к самостоятельному мышлению, решению проблемных ситуаций, выработке новых идей и решений. В ходе исследования освещаются педагогические возможности игрового обучения, проектной деятельности, дифференцированного подхода и использования мультимедийных средств. Также будет показан творческий подход педагога и важность сотрудничества с родителями. В статье раскрыты эффективные способы развития творческого мышления в начальном образовании с использованием современных цифровых технологий.

Ключевые слова: творческое мышление, цифровые технологии, начальное образование, интерактивные методы, игровые технологии, мультимедийные ресурсы, дифференцированный подход.

Annotation. The article analyzes the role and significance of digital technologies in the formation of creative thinking in primary school students. Through digital tools-interactive whiteboards, educational programs, multimedia resources and digital games, students develop skills in independent thinking, solving problem situations, developing new ideas and solutions. In the course of the study, the pedagogical possibilities of game-based teaching, project activities, differentiated approach and the use of multimedia tools are highlighted. It also shows the importance of the teacher's creative approach and interaction with parents. The article reveals effective ways to develop creative thinking in primary education using modern digital technologies.

Keywords: creative thinking, digital technologies, elementary education, interactive methods, game technologies, multimedia resources, differential approach.

Hozirgi davrda ta'lim tizimining oldida turgan asosiy vazifalardan biri - o'quvchilarda mustaqil fikrlash, ijodkorlik va innovatsion yondashuvlarni shakllantirishdan iborat. Bugungi shiddatli rivojlanayotgan axborot asrida har bir shaxs bolalikdan boshlab ilm olish, kasb-hunar egallash, yangiliklarga ochiq bo'lish va muammolarni mustaqil hal qila olish kabi kompetensiyalarni egallashi talab etilmoqda. Shu bois mamlakatimizda zamonaviy ta'lim tizimi shakllanib, "Ta'lim to'g'risida"gi qonun doirasida boshlang'ich ta'limga alohida e'tibor qaratilmoqda.

Boshlang'ich sinf o'quvchilari yosh xususiyatlari jihatidan bilishga intilish, tasavvur va qiziqish orqali bilim olishga tayyor bo'ladilar. Ularning fikrlashi hali mavhumlikdan ko'ra aniq tasvir va voqealarga tayanadi. Shu bois, ijodiy fikrlashni rivojlantirishda samarali o'quv usullari va texnologiyalar muhim rol o'ynaydi. Ijodiy fikrlash — bu yangi g'oya va yechimlarni ishlab chiqish, turlicha yondashuvlarni topish, muammolarga yangicha nazar bilan qarash qobiliyatidir. Aynan boshlang'ich ta'lim bosqichida bu salohiyat shakllanadi.

Raqamli texnologiyalar ta'lim jarayoniga keng joriy etilishi o'quvchilarning nafaqat bilim olish, balki ijodiy fikrlashini rivojlantirish imkonini ham beradi. Interaktiv doskalar, kompyuter dasturlari, ta'limiy multimedia resurslari, raqamli o'yinlar va virtual laboratoriyalar kabi zamonaviy vositalar o'quvchilarda axborotni qabul qilish, uni qayta ishlash va tahlil qilish malakalarini kuchaytiradi.

Raqamli o'yinlar orqali o'qitish bolalarning ijodkorligini rivojlantirishda muhim vosita bo'ladi. O'yin orqali o'quvchilar o'zlarining tasavvurlari va mantiqiy fikrlashini sinab ko'radilar, muammolarni o'ziga xos usullarda hal qilishga harakat qiladilar. Masalan, matematik masalalarni o'yin shaklida yechish, hikoya yaratish yoki animatsiya yasash orqali bolalar ijodiy fikr yuritishni o'rganadilar.

Loyihaga asoslangan o'qitish metodlari ham ijodiy fikrlashni rivojlantirishda samarali hisoblanadi. O'quvchilar mustaqil izlanadi, ma'lumotlar yig'adi, tahlil qiladi va natijalarni taqdim etadi. Bu esa ularning tadqiqot olib borish, tanqidiy fikrlash, ijodiy yondashuv va muloqot qilish ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Har bir bolaning bilim olish sur'ati, qiziqishlari va qobiliyati turlicha bo'ladi. Raqamli texnologiyalar yordamida differensial yondashuvni qo'llash imkoniyati paydo bo'ladi. Maxsus o'quv dasturlar yordamida har bir o'quvchi uchun individual topshiriqlar va mashqlar tanlanadi, bu esa ularning ijodiy imkoniyatlarini ochib beradi.

Video materiallar, animatsiyalar, vizual simulyatsiyalar orqali berilgan bilimlar o'quvchilar tasavvurini boyitadi. Masalan, virtual tajribalar orqali tabiiy fanlar darslarida murakkab jarayonlarni oson tushunish va ular ustida mulohaza yuritish imkoniyati yaratiladi. Bunday yondashuvlar bolalarning qiziqishini oshiradi, yangi g'oyalarni ilgari surish istagini uyg'otadi.

Ijodiy fikrlashni shakllantirishda o'qituvchining roli beqiyosdir. O'qituvchi nafaqat bilim beruvchi, balki o'quvchining qiziqishini uyg'otuvchi, yo'naltiruvchi va rag'batlantiruvchi shaxs sifatida faoliyat yuritadi. Shuningdek, ota-onalarning ham ta'lim jarayonida faol ishtirok etishi bolalarning rivojlanishida muhim o'rin tutadi. Ota-onalar va o'qituvchilar o'rtasidagi samarali hamkorlik o'quvchilarning ijodiy faoliyatini qo'llab-quvvatlaydi.

Bugungi kunda pedagoglar uchun zamonaviy sharoitlar yaratilib, ta'lim jarayonida turli axborot vositalaridan foydalanish imkoniyatlari kengaymoqda. Kompyuterlar, planshetlar, slaydlar, video va audiomateriallar orqali o'quvchilarni amaliy faoliyatga jalb qilish, ko'proq mushohada, bahs-munozara va ijodiy izlanishga undash mumkin. Shu bilan birga, raqamli vositalardan foydalanishda me'yorga rioya qilish, ularning haddan tashqari ko'pligidan qochish zarur, aks holda o'quvchilarda chalg'ish va diqqatning buzilishi holatlari yuzaga kelishi mumkin.

Boshlang'ich sinflarda raqamli texnologiyalardan foydalanish o'quvchilarning ijodiy fikrlashini rivojlantirishda keng imkoniyatlar yaratadi. O'yin, loyiha, interaktiv vositalar va differensial yondashuvlar bolalarning mustaqil fikrlashi, mantiqiy xulosalar chiqarishi va yangi g'oya ishlab chiqish qobiliyatlarini shakllantiradi. O'qituvchilar zamonaviy pedagogik yondashuvlardan ijodiy foydalanish orqali o'quvchilarning nafaqat bilim, balki amaliy va ijodiy salohiyatini ham rivojlantiradilar. Bu esa kelajakda raqobatbardosh, innovatsion fikrlovchi shaxslarning shakllanishiga zamin yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018 yil 5 sentyabrdagi "Xalq ta'limi tizimiga boshqaruvning yangi tamoyillarini joriy etish chora-tadbirlari".

2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 29-apreldagi "O'zbekiston Respublikasi Xalq ta'limi tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risidagi Farmoni".

3. Ruzimatov, J. (2024). The role of using digital educational technologies in methodical training of future primary school teachers. Евразийский журнал академических исследований, 4(3 Part 2), 109-113.

4. Rozimatov, J. (2023). Enhancing the methodology for utilizing digital educational technologies among future primary school teachers (using natural science as an example). Евразийский журнал академических исследований, 3(12 Part 2), 11-13.

5. Ravshan, A., Sirojiddin, G., Azamat, Z., & Gulizahro, T. (2023). Developing effective approaches to the use of modern information technology in education. Horizon: Journal of Humanity and Artificial Intelligence, 2(6), 53-55.

6. Azizxodjayeva, N. N. (2018). Pedagogik psixologiya. Toshkent: O'zbekiston Milliy universiteti nashriyoti.

7. Usmonova, Sh. R. (2021). O'quvchilarning o'quv faoliyatini rag'batlantirishda zamonaviy texnologiyalar. Toshkent: Akademya.

8. Toyirova, D. S. (2024). Educating the skills of using digital technologies in students of junior school age. Ta'lim va innovatsion tadqiqotlar, Xalqaro ilmiy-metodik jurnal, №2.

9. Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2019). Creative Learning and Digital Technologies in Education. New York: Pearson Education.

10. Mishra, P., & Koehler, M. J. (2020). Technological Pedagogical Content Knowledge (TPACK): Framework for integrating technology in teaching. Contemporary Educational Technology, 11(1), 1-13.

Hafizova Firuza Baxtiyorovna
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

KONFLIKTOLOGIK MADANIYATNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK JIHATLARI

Annotatsiya. Talabalarda konfliktologik madaniyatni shakllantirishning psixologik xususiyatlari ilmiy jihatdan o'rganilgan. Shuningdek, maqolada talablarda konfliktologik madaniyatni shakllantirish, ularda o'z-o'zini anglash, o'z hissiyotlarini boshqarish va boshqalar bilan sog'lom muloqot qilish qobiliyati tahlil qilingan.

Kalit so'zlar. Konfliktologik madaniyat, psixologik holat, talablar, empatiya, muloqot, ta'lim tizimi.

Аннотация. Научно изучены психологические особенности формирования конфликтологической культуры у студентов. Также в статье анализируется формирование конфликтологической культуры у студентов, их способность к самосознанию, управлению своими эмоциями и здоровому общению с другими.

Ключевые слова. Конфликтологическая культура, психологическое состояние, требования, эмпатия, общение, система образования.

Abstract. The psychological features of the formation of conflictological culture in students have been scientifically studied. The article also analyzes the formation of conflictological culture in students, their self-awareness, the ability to manage their emotions, and healthy communication with others.

Keywords. Conflictological culture, psychological state, requirements, empathy, communication, education system.

Kirish. Talabalarda konfliktologik madaniyatni shakllantirish hozirgi zamonaviy ta'lim tizimida muhim ahamiyat kasb etadi, chunki bu madaniyat ularning ijtimoiy hayotda muvozanatli va sog'lom muloqot olib borishiga xizmat qiladi. Oliy ta'lim muassasalarida turli hududlardan

kelgan, turli dunyoqarash va qadriyatlarga ega talabalar o'zaro munosabatda bo'ladi. Bu esa tabiiy ravishda ziddiyatlarning yuzaga kelishiga zamin yaratadi. Ana shunday sharoitda konfliktologik madaniyatni shakllantirish yoshlarning emotsional barqarorligi va ijtimoiy moslashuvchanligini ta'minlaydi. Shuningdek, bu madaniyat orqali talabalar muammoli vaziyatlarda sog'lom muloqot yo'llarini topishni o'rganadi. Ular qarama-qarshilikni hal etishda tajovuzkorlikka emas, balki mantiqiy va empatik yondashuvga tayana boshlaydilar. Bunday ko'nikmalar nafaqat talabalik davrida, balki kelajakdagi mehnat faoliyatlarida ham asqotadi. Talabalar o'z fikrini ochiq bildirish, boshqalar fikriga hurmat bilan yondashish va nizolarga ongli munosabatda bo'lishni o'rganadilar. Natijada, ular jamiyatda salmoqli shaxs bo'lib shakllanadi. Konfliktologik madaniyat o'rganilmagan taqdirda esa shaxslar o'rtasidagi nizolar kuchayib, ijtimoiy diskomfort yuzaga kelishi mumkin.

Psixologik jihatdan qaralganda, konfliktologik madaniyatni shakllantirish talabalarda o'z-o'zini anglash, o'z hissiyotlarini boshqarish va boshqalar bilan sog'lom muloqot qilish qobiliyatini rivojlantiradi. Bu madaniyat shaxsning ichki dunyosi va tashqi ijtimoiy muhit bilan uyg'unlikda yashashiga ko'mak beradi. Talaba o'zining psixologik holatini anglab, nizoli holatlarga qanchalik hissiy reaksiya bildirayotganini tushunib olish imkoniga ega bo'ladi. Shu orqali u o'zida o'zini tahlil qilish, vaziyatni baholash va ongli ravishda to'g'ri qaror qabul qilish ko'nikmasini rivojlantiradi. Konfliktologik kompetensiyaning psixologik asosi bu – ichki muvozanat, kommunikativ salohiyat va empatiya hisining yuqoriligi bilan belgilanadi. Talabalar bu jihatlarni o'zlashtirgan sari o'zaro munosabatlar yanada uyg'unlashadi. Shuningdek, konfliktologik madaniyat talabalarning stress holatlariga chidamliligini oshiradi. Bu esa ularni turli bosim va ijtimoiy vaziyatlarda yo'qotilmasdan harakat qilishga undaydi. Psixologik barqarorlik – konfliktni oldini olishda asosiy vositalardan biridir. Ana shu barqarorlik talabaning ijtimoiy muhitda o'z o'rnini topishiga va muvaffaqiyatga erishishiga asos bo'ladi.

Konfliktologik madaniyatni shakllantirish jarayoni talabalarning axloqiy va ijtimoiy qadriyatlarini mustahkamlashga xizmat qiladi. Bu jarayon orqali ular o'zaro hurmat, bag'rikenglik, sabr-toqat, to'g'rilik kabi fazilatlarini amalda qo'llashni o'rganadilar. Ziddiyatli holatlarda ushbu qadriyatlar yordamida to'g'ri yechim topishga intilish, shaxsiy va ijtimoiy mas'uliyat hissini shakllantiradi. Talabalar o'z shaxsiy manfaatlarini jamoaviy manfaatlar bilan uyg'unlashtirishga odatlanadi. Bu esa ularni ijtimoiy jihatdan faol, fuqarolik ongiga ega shaxs sifatida rivojlantiradi. Shuningdek, konfliktologik madaniyat orqali talabalar jamiyatdagi muammolarni tahlil qilish va konstruktiv yechimlar taklif qilish malakasini hosil qiladi. Ushbu madaniyat ta'lim jarayonining tarkibiy qismi sifatida qaralganda, u faqat bilim emas, balki amaliy ko'nikmalarni ham shakllantiradi. Talabalarning madaniy tafakkuri, axloqiy pozitsiyasi va insonlar bilan muomala madaniyati o'sib boradi. Natijada, ular kelgusida ijtimoiy liderlarga aylanish imkoniyatiga ega bo'ladilar. Shaxsiy barkamollikka erishish yo'lida bu madaniyat hal qiluvchi rol o'ynaydi.

Shuningdek, konfliktologik madaniyatni shakllantirishda psixologik treninglar, rolli o'yinlar, muammoli vaziyatlar tahlili kabi usullar samarali natija beradi. Ushbu usullar talabalarni faol fikrlashga, vaziyatni tahlil qilishga va samarali yechim topishga undaydi. Bunda murabbiy yoki pedagog psixologik jihatdan qulay muhit yaratishi muhim ahamiyatga ega bo'ladi. Qulay psixologik muhit talabalarning o'z fikrini erkin ifodalashiga, muammolarini aytishga va o'zaro ochiq muloqotga tayyor bo'lishiga zamin yaratadi. Bundan tashqari, talabalarning hissiy intellekti bilan ishlash ham konfliktologik madaniyatning shakllanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Hissiy intellekt yuqori bo'lgan shaxslar konfliktlarni sodda va mantiqli yo'l bilan hal qilishga moyil bo'ladi. Talabalarda empatiya, o'zini tuta bilish va faol tinglash qobiliyati shakllangan sayin, nizolar soni kamayib boradi. Har bir talaba o'zining shaxsiy o'sishiga mas'uliyatli yondashishni o'rganadi. Bu esa ularning ijtimoiy hayotda muvaffaqiyatli bo'lishini ta'minlaydi. Shunday qilib, konfliktologik madaniyatni shakllantirishda psixologik yondashuv va amaliy mashg'ulotlar o'zaro uyg'unlikda olib borilishi lozim.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Kurt Levin, Aleksey Leontyev, Albert Bandura va Erik Erikson singari mashhur olimlarning nazariyalari talabalarda konfliktologik madaniyatni

shakllantirishga chuqur asos yaratadi. Ularning izlanishlarida inson xulqi ichki va tashqi omillar, ijtimoiy faoliyat, kuzatish asosida o'rganish hamda yoshga oid psixososial rivojlanish bosqichlari orqali shakllanishi qayd etilgan. Shu asosda talabalar turli ziddiyatli holatlarda o'zini tuta bilish, ijtimoiy muhitga moslashish, konstruktiv muloqot olib borish va mas'uliyatli qaror qabul qilish kabi muhim kompetensiyalarni o'zlashtiradi.

Talabalarda konfliktologik madaniyatni shakllantirish jarayoni ko'plab ilmiy nazariyalar asosida izohlanadi. Masalan, amerikalik psixolog Kurt Levinning maydon nazariyasiga ko'ra, inson harakati va xatti-harakati tashqi va ichki kuchlarning o'zaro ta'siri natijasidir. Bu nazariyaga asoslanib aytish mumkinki, talabalar konfliktli holatlarga o'zlarining ichki hissiy holati, motivatsiyasi va tashqi muhit omillari asosida javob qaytaradi. Konfliktologik madaniyatni shakllantirishda aynan shu ichki va tashqi omillarni uyg'unlashtirish muhim hisoblanadi. Talabada ijtimoiy muhit bilan uyg'unlikda yashash ko'nikmasi rivojlangan sari, u nizoli vaziyatlarda konstruktiv yechim topishga moyil bo'ladi. Levinning yondashuvi talabalarni emotsional barqarorlikka o'rgatish va ijtimoiy-psixologik moslashuvni ta'minlashda muhim nazariy asos bo'lib xizmat qiladi. Bu nazariya asosida olib boriladigan amaliy mashg'ulotlar talabani o'zini tahlil qilish va atrofdagilar bilan sog'lom munosabatda bo'lishga undaydi. Tashqi ziddiyatlarga berilmasdan, ichki muvozanatni saqlash konfliktologik madaniyatning ajralmas qismidir. Shuning uchun talabalar o'rtasida bu yondashuv asosida psixologik treninglar o'tkazilishi lozim. Aynan Levin nazariyasi psixologik muhitni o'zgartirish orqali shaxsiy xatti-harakatlarni rivojlantirish g'oyasini ilgari suradi.

Konfliktologik madaniyatni rivojlantirishda Rossiyalik olim Aleksey Leontyevning faoliyat nazariyasi ham muhim ahamiyatga ega. Unga ko'ra, insonning psixik faoliyati ijtimoiy faoliyat jarayonida shakllanadi va o'zgaradi. Talabalik davri aynan faol ijtimoiylashuv bosqichi bo'lganligi sababli, konfliktlarni boshqarish ko'nikmasi faoliyat orqali rivojlanadi. Talabalar biror jamoada, guruhda faoliyat olib borar ekan, ularning qarama-qarshi nuqtai nazarlari va manfaatlari to'qnashadi. Leontyevning fikricha, faoliyat mobaynida sub'ektning shaxsiyati shakllanadi va u o'zining xulq-atvorini boshqarishni o'rganadi. Bu nazariya asosida talabalarga o'quv va tarbiyaviy faoliyat orqali nizoli holatlarni tahlil qilish va hal etish malakalarini berish mumkin. Faoliyat jarayonida yuzaga kelgan ziddiyatlar o'quvchilarni faollikka, mas'uliyatga va to'g'ri qaror qabul qilishga undaydi. Talabaning konfliktga nisbatan munosabati u qanday ijtimoiy tajribaga ega bo'lishiga bog'liq bo'ladi. Faoliyatni tahlil qilish, uning natijalarini baholash orqali talaba konfliktologik jihatdan madaniyatli bo'lish sari yo'naltiriladi. Leontyev nazariyasi amaliyotda keng qo'llaniladigan va talabalarda ijtimoiy moslashuvni kuchaytiruvchi asosiy yondashuvlardan biridir.

Talabalarda konfliktologik madaniyatni shakllantirishda Albert Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasi ham muhim manba sifatida ko'riladi. Bu nazariyada insonlarning o'rganishi bevosita kuzatish, modellashtirish va boshqa insonlar xatti-harakatlarini taqlid qilish orqali ro'y beradi. Talabalar o'zaro muloqotda, o'qituvchilar, ota-onalar va atrofdagilarning munosabatidan saboq olib, o'z xulq-atvorini shakllantiradi. Konfliktli vaziyatlarda qanday harakat qilishni ular ko'pincha o'rnak bo'luvchi shaxslar orqali o'zlashtiradilar. Shu sababli, talabalarga namuna bo'ladigan shaxslar, ayniqsa pedagoglar va murabbiylar konfliktga nisbatan madaniyatli yondashuvni namoyon etishi zarur. Banduraning fikricha, ijobiy model orqali o'rganilgan xatti-harakatlar odamlarning ongida mustahkam o'rnashadi. Bu orqali talabalarning hissiy holati, o'zini tutish madaniyati va ijtimoiy pozitsiyasi shakllanadi. Konfliktologik madaniyatni tarbiyalash uchun psixologik mashg'ulotlar, rolli o'yinlar va real vaziyatlarni tahlil qilish kabi vositalar qo'llaniladi. Talabalar kuzatuv asosida o'rganganidek, ular o'z xulqini ongli ravishda boshqarishga intila boshlaydi. Shu tariqa, Bandura nazariyasi orqali o'rganish jarayoni konfliktologik kompetensiyani shakllantirishda asosiy psixologik usul sifatida qaraladi.

Yana bir muhim yondashuv bu Erik Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasidir. Erikson fikricha, har bir yosh davrining o'ziga xos ijtimoiy muammolari va rivojlanish bosqichlari mavjud. Talabalar asosan "identitetga erishish" bosqichida bo'ladilar, bu davrda shaxs o'z o'rnini jamiyatda izlaydi va mustaqil qarorlar qabul qilishga intiladi. Konfliktologik madaniyat aynan shu

bosqichda shakllanadi, chunki talaba ijtimoiy munosabatlarda o'z o'rnini topishga harakat qiladi. Erikson nazariyasida psixososial ziddiyatlar orqali shaxsning ruhiy barqarorligi mustahkamlanadi. Talabalarda paydo bo'ladigan ichki va tashqi ziddiyatlar bu jarayonning tabiiy qismidir va ular to'g'ri yo'naltirilsa, shaxs sifatida rivojlanishga xizmat qiladi. Ushbu yondashuv asosida konfliktologik madaniyatni shakllantirish talabani o'zligini anglash, mustaqil fikrlash va ijtimoiy munosabatda muvozanatli bo'lishiga yordam beradi. Erikson nazariyasi shaxsiy rivojlanishni psixologik va ijtimoiy omillar uyg'unligida ko'radi. Shuning uchun talabalarning o'ziga xos qiyinchiliklari ularning ruhiy shakllanishiga bevosita ta'sir qiladi. Bu yondashuv asosida ishlab chiqilgan psixologik dasturlar orqali talabalar o'z konfliktlarini anglab, ularga to'g'ri munosabatda bo'lishni o'rganadilar. Erikson nazariyasi shaxsning barqaror va mas'uliyatli shaxsga aylanishida konfliktologik madaniyat hal qiluvchi o'rinda turishini asoslaydi.

Muhokama. Talabalarda konfliktologik madaniyatni shakllantirishning psixologik xususiyatlari o'ziga xos murakkabliklarga ega bo'lib, ularni chuqur tahlil qilish talabalarni shaxs sifatida rivojlantirishda muhim o'rin tutadi. Birinchi navbatda, konfliktologik madaniyat talabada o'zining hissiy holatini boshqarish va ziddiyatli vaziyatlarda mantiqiy fikrlashni saqlash qobiliyatini rivojlantirishga bog'liq. Talabani ichki emotsional holati va tashqi ijtimoiy muhit o'rtasidagi o'zaro ta'sir, u qanday qaror qabul qilishiga va nizoni qanday hal qilishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun, psixologik treninglar va o'zini boshqarish mashg'ulotlari talabalar orasida konfliktlarni samarali boshqarish madaniyatini shakllantirishga yordam beradi. Bundan tashqari, talabada empatiya va boshqalarni tushunish qobiliyatlarini rivojlantirish juda muhimdir, chunki bu uning boshqa shaxslar bilan munosabatlarini sog'lomlashtiradi va nizolarni oldini olishga xizmat qiladi. Konfliktologik madaniyatda hissiyotlarni anglash va ular bilan ishlash san'ati muhim o'rin egallaydi. Talabalar uchun bu ko'nikmalarni o'rgatish ularning kelajakdagi professional va shaxsiy hayotida muvaffaqiyatli bo'lishi uchun zamin yaratadi. Shuningdek, talabalarning o'zaro kommunikatsiya madaniyatini oshirish, o'z fikrini konstruktiv ifoda eta olish qobiliyatini rivojlantirish ham konfliktlarni kamaytirishda muhim omildir.

Ikkinchi jihatdan qaraganda, konfliktologik madaniyatni shakllantirish jarayonida talabani ijtimoiy moslashuvi va guruh ichidagi o'zaro aloqalari muhim rol o'ynaydi. Talabalar ijtimoiy guruhlariga qo'shilganda, ularning individual xususiyatlari va jamoaviy munosabatlar to'qnashishi mumkin. Bu jarayonda psixologik barqarorlik va moslashuvchanlik darajasi yuqori bo'lgan talabalar nizolarni samarali boshqarish imkoniyatiga ega bo'ladi. Ijtimoiy psixologiya nuqtai nazaridan qaralganda, guruh ichidagi rollar va normalar konfliktlarning shakllanishi va yechimini belgilaydi. Shuning uchun talabalar o'rtasida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini yaratish va ularning bir-biriga nisbatan hurmatini oshirish muhim ahamiyat kasb etadi. Konfliktologik madaniyatni shakllantirish jarayonida jamoaviy faoliyatlar va guruh o'yinlari muhim vosita bo'lib xizmat qiladi, ular orqali talabalar bir-birini yaxshiroq tushunadi va nizolarga ko'proq konstruktiv yondashadi. Bundan tashqari, ijtimoiy kommunikatsiya madaniyatining shakllanishi konfliktlarni oldini olish va ularni hal qilishda muhim zamin bo'ladi. Talabalar o'zaro muloqot qila olish, fikr almashish va muammolarni hal qilish ko'nikmalarini mustahkamlashga intilishi kerak.

Uchinchi jihatdan, konfliktologik madaniyat psixologik o'zini anglash va shaxsiy o'sish bilan chambarchas bog'liq. Talabani o'zini tahlil qilish qobiliyati, ichki holatini to'g'ri baholay olish, shuningdek, stressga chidamlilik darajasi uning konfliktlarni boshqarish ko'nikmasiga bevosita ta'sir qiladi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'z-o'zini anglash va boshqarish qobiliyatlari yuqori bo'lgan shaxslar nizoli vaziyatlarda yanada konstruktiv va ijobiy javob qaytaradilar. Bu esa konfliktologik madaniyatning muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Talabalar o'z kuchli va zaif tomonlarini anglab, o'z-o'zini rivojlantirishga yo'naltirilgan psixologik treninglarda qatnashish orqali bunday ko'nikmalarni egallaydi. Shuningdek, stressni boshqarish texnikalari va emotsional intellektni rivojlantirish konfliktlarni hal qilishda samaradorlikni oshiradi. O'zini anglash bilan birga, talabalar boshqalar nuqtai nazarini qabul qilish va ularni tushunishga intilishi kerak, bu esa ijtimoiy munosabatlarning sifatini oshiradi. Natijada, shaxsiy

psixologik barqarorlik va yuqori darajadagi o'zini boshqarish ko'nikmalari konfliktologik madaniyatning ajralmas qismiga aylanadi.

To'rtinchi jihatdan, ta'lim muhitining o'zi ham talabalar konfliktologik madaniyatini shakllantirishda katta ahamiyatga ega. Pedagogik yondashuvlar, o'quv jarayonidagi interaktiv metodlar va psixologik treninglar yordamida talabalarda nizolarni konstruktiv hal etish ko'nikmalari rivojlantiriladi. O'qituvchilar va murabbiylar o'zlari namuna bo'lib, konfliktlarga madaniyatli va professional tarzda yondashishni namoyon etishi zarur. Shuningdek, talabalarga guruh ichida samarali muloqot, o'zaro hurmat va mas'uliyatni targ'ib qiluvchi muhit yaratish talabalararo konfliktlarning oldini olishga xizmat qiladi. Ta'lim jarayonida yuzaga keladigan nizolarni psixologik tushuncha va amaliy yondashuvlar yordamida tahlil qilish va yechish talabalar orasida konfliktologik madaniyatni chuqurlashtiradi. Bu jarayonda o'quv dasturlari va treninglarning psixologik asoslanganligi muhim ahamiyat kasb etadi, chunki ular talabalarning shaxsiy rivojlanishi bilan bevosita bog'liq. Shu bilan birga, ta'lim muhitida ijobiy munosabatlarni rivojlantirish va nizolarni oldini olishga yo'naltirilgan strategiyalar konfliktologik madaniyatni mustahkamlashda asosiy omillardandir.

Xulosa. Talabalarda konfliktologik madaniyatni shakllantirishning psixologik xususiyatlari murakkab va ko'p qirrali jarayon bo'lib, u shaxsning ichki dunyosi, hissiy tajribalari va tashqi ijtimoiy muhit bilan o'zaro aloqasidan kelib chiqadi. Talaba hayotining muhim bosqichi bo'lgan o'quv davrida u turli xil psixologik va ijtimoiy ziddiyatlarga duch keladi, ular o'zaro munosabatlar tizimida va shaxsiy identitet shakllanishida o'z aksini topadi. Konfliktologik madaniyat nafaqat nizolarni aniqlash va ularni hal qilish ko'nikmalarini o'z ichiga oladi, balki talabaning o'z-o'zini anglash, emotsional barqarorlik, boshqalar nuqtai nazarini tushunish kabi psixologik qobiliyatlarini rivojlantirishni ham taqozo etadi. Ushbu jarayonlarda talabalar o'z ichki hissiyotlarini boshqarish va ijtimoiy vaziyatlarga moslashish ko'nikmalarini hosil qiladilar. Shu bilan birga, konfliktologik madaniyat talabalarga ziddiyatli vaziyatlarda sabr-toqatli bo'lish, muloqot va muzokaralarda konstruktiv usullarni qo'llash imkonini beradi. Bu madaniyatni shakllantirishda psixologik treninglar va guruh mashg'ulotlari katta rol o'ynaydi, ular orqali talabalar o'zaro ishonch va hamkorlikni rivojlantirishga o'rgatiladi. Bu jarayonlar shaxsning psixologik chidamliligini oshirib, kelajakdagi murakkab ijtimoiy munosabatlarga tayyorlaydi. Konfliktologik madaniyat shuningdek, talabaning ijtimoiy roli va mas'uliyatini anglashini kuchaytiradi, bu esa ularni jamiyatda faol va samarali shaxsga aylantiradi.

Talabalarning konfliktologik madaniyatini shakllantirishda muhim omillardan biri ularning ijtimoiy muhitdagi o'zaro munosabatlari va guruh ichidagi o'rni hisoblanadi. Ijtimoiy psixologiya nuqtai nazaridan qaraganda, har bir talaba jamoaviy hayotda o'z rolini topish va boshqalar bilan muvofiqlikni ta'minlashga intiladi. Bu jarayon ko'pincha qarama-qarshi fikr va manfaatlar to'qnashuvi bilan kechadi, bu esa nizolarni yuzaga keltiradi. Shunday vaziyatlarda talabalar konfliktlarni boshqarish, muloqot qilish va hamkorlikni mustahkamlash ko'nikmalarini rivojlantirishga majbur bo'ladi. Guruhdagi psixologik muvozanat, o'zaro hurmat va ishonch muhitini yaratish nizolarni kamaytirishda va ularni samarali hal qilishda muhim ahamiyat kasb etadi. Jamoaviy faoliyat va o'zaro yordam tizimi talabalarda hamkorlik va ijtimoiy javobgarlik tuyg'usini oshiradi, bu esa konfliktologik madaniyatning asosiy qismidir. Shuningdek, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va konstruktiv fikr almashish talabalarni nizoli vaziyatlarni to'g'ri baholashga, ularni hal etishda sog'lom strategiyalarni tanlashga undaydi. Shu tariqa, talabalarning o'zaro munosabatlarini tartibga solish va konfliktlarni samarali boshqarishga o'rgatish ijtimoiy muhitning ijobiy o'zgarishlariga olib keladi.

Shaxsiy psixologik xususiyatlar, xususan, o'zini anglash va emotsional intellekt talabalarda konfliktologik madaniyatni rivojlantirishda asosiy ahamiyatga ega. Ichki holatni baholash va emotsionalni boshqarish qobiliyatlari nizoli vaziyatlarda insonning xulq-atvorini belgilaydi. O'zini anglash darajasi yuqori bo'lgan talabalar o'z hissiyotlarini nazorat qila oladi, stress va bosimga chidamlilik ko'rsatadi hamda konstruktiv yechimlar topishga intiladi. Emotsional intellekt esa boshqalar bilan samarali muloqot qilish, ularning his-tuyg'ularini tushunish va moslashishga yordam beradi. Talabalarga ushbu ko'nikmalarni o'rgatish, psixologik treninglar,

o‘zaro suhbatlar va reflektiv mashg‘ulotlar orqali amalga oshiriladi. Bu jarayonda talabalar o‘z zaif va kuchli tomonlarini aniqlashni, o‘zini rivojlantirishni o‘rganadi. Psixologik barqarorlik va o‘zini boshqarish qobiliyatlari konfliktologik madaniyatning ajralmas elementiga aylanadi. Shu bilan birga, boshqalarni anglash va ularning fikrlariga hurmat bilan qarash ijtimoiy munosabatlarni mustahkamlashga xizmat qiladi. Bu omillar talabaning shaxsiy va ijtimoiy jihatdan barqaror bo‘lishiga yordam beradi.

Ta’lim muhitining roli konfliktologik madaniyatni shakllantirishda katta ahamiyatga ega, chunki u talabaning psixologik va ijtimoiy rivojlanishini bevosita ta’sir qiladi. O‘quv jarayonida pedagogik yondashuvlar, interaktiv metodlar va psixologik treninglar talabalarni nizolarni konstruktiv hal qilishga o‘rgatadi. O‘qituvchilar va murabbiylar o‘zlari namuna bo‘lib, konfliktlarga madaniyatli yondashuvni namoyon etish orqali talabalarni shakllantirishga yordam beradi. Ta’lim muhitida o‘zaro hurmat, samarali muloqot va mas’uliyatni rivojlantiruvchi muhit yaratish nizolarni kamaytirish va konfliktlarni hal etishda muhim omildir. Shu bilan birga, o‘quv dasturlari va treninglar psixologik bilimlarga tayangan holda tashkil etilishi talabalar uchun yanada samarali bo‘ladi. Ta’lim muhitidagi ijobiy o‘zaro ta’sirlar talabalarning konfliktologik madaniyatini mustahkamlashga xizmat qiladi. Bu esa ularning kelajakdagi ijtimoiy va professional hayotda muvaffaqiyatli bo‘lishiga yordam beradi. Shu tarzda, ta’lim muhitining sifatli tashkil etilishi konfliktologik madaniyatni shakllantirishning muhim omili hisoblanadi.

Shu bilan birga, konfliktologik madaniyatni shakllantirishda individual yondashuv va psixologik yordam tizimi muhim ahamiyat kasb etadi. Har bir talabaning ruhiy holati, tajribalari va xulq-atvori o‘ziga xos bo‘lib, uni o‘rganish va tushunish zarur. Psixologik maslahatlar, shaxsiy va guruh treninglari orqali talabalar o‘z muammolarini aniqlash va ularni hal qilish yo‘llarini topishda qo‘llab-quvvatlanadi. Bu jarayonlarda talabalar o‘z kuchli tomonlarini rivojlantirish, stress va konfliktlarga qarshi kurashish ko‘nikmalarini oshirish imkoniga ega bo‘ladi. Individual yondashuv shuningdek, talabalar orasida psixologik salomatlikni saqlash va ruhiy barqarorlikni mustahkamlashga yordam beradi. Konfliktologik madaniyatni shakllantirishda shaxsning o‘zini anglash va boshqarish qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan tizimli ishlar talabalar uchun samarali natijalar beradi. Shu tarzda, shaxsga yo‘naltirilgan psixologik yordam va rivojlanish imkoniyatlari konfliktlarni boshqarish madaniyatini yanada chuqurlashtiradi va mustahkamlaydi. Bu esa talabalar jamiyatda mas’uliyatli, barqaror va ijtimoiy jihatdan moslashuvchan shaxs sifatida o‘lishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Абрамова С.В. Социально-психологическое обоснование организации исполнения управленческих решений. Автореф. дис. на соискание ученой степени канд. психол. наук. - М., 2001. – 13 с.
2. Адорно Т. В. Исследование авторитарной личности. - М.: Серебряные нити, 2001. – 134 с.
3. Психология. Словарь / Под. общ. ред. А.В.Петровского, М.Г.Ярошевского.-2-е изд., испр. и доп. -М.: Политиздат. 2001. – 63 с.
4. Qodirova D.M. “Bo‘lajak psixologlar kommunikativ kompetentligini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari” mavzusidagi dissertatsiya ishi .- Buxoro., 2024. – 74 b.
5. Рамендик Д.М. Управленческая психология. – М.: Форум, 2006. –82 с.
6. Рубинштейн С. Л. Человек и мир / С. Л. Рубинштейн. – М. : Наука, вт. изд. 2007. – 133 с.

Abduvohidova Sabina Zokir qizi

Nizomiy nomidagi O'zbekiston Milliy pedagogika universiteti mustaqil tadqiqotchisi

BO'LAJAK O'QITUVCHILARNING KASBIY O'ZINI-O'ZI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirish jarayonining pedagogik va psixologik xususiyatlari ilmiy jihatdan o'rganilgan. Shuningdek, maqolada o'zini-o'zi rivojlantirish jarayonida yuzaga keladigan muammolar va ularni hal etish yo'llari ham ko'rib chiqiladi. Bundan tashqari maqolada, o'qituvchining shaxsiy va professional o'sishini ta'minlovchi kompleks jarayonlar va bu jarayonda ichki motivatsiya, emotsional barqarorlik, reflektiv fikrlash va ijtimoiy kommunikatsiya ko'nikmalari nazariy tahlil qilingan.

Kalit so'zlar. Bo'lajak o'qituvchi, kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirish, pedagogik psixologiya, ichki motivatsiya, emotsional barqarorlik, reflektiv fikrlash, ijtimoiy kommunikatsiya, pedagogik faoliyat.

Аннотация. В данной статье научно изучены педагогические и психологические особенности процесса профессионального саморазвития будущих учителей. Также в статье рассматриваются проблемы, возникающие в процессе саморазвития, и пути их решения. Кроме того, в статье теоретически анализируются комплексные процессы, обеспечивающие личностный и профессиональный рост учителя, и навыки внутренней мотивации, эмоциональной устойчивости, рефлексивного мышления и социальной коммуникации в этом процессе.

Ключевые слова. Будущий учитель, профессиональное саморазвитие, педагогическая психология, внутренняя мотивация, эмоциональная устойчивость, рефлексивное мышление, социальная коммуникация, педагогическая деятельность.

Abstract. In this article, the pedagogical and psychological features of the process of professional self-development of future teachers are scientifically studied. The article also examines the problems that arise in the process of self-development and ways to solve them. In addition, the article provides a theoretical analysis of the complex processes that ensure the personal and professional growth of a teacher, as well as internal motivation, emotional stability, reflexive thinking, and social communication skills in this process.

Keywords. Future teacher, professional self-development, pedagogical psychology, internal motivation, emotional stability, reflexive thinking, social communication, pedagogical activity.

Kirish. Kasbiy faoliyatga kirishayotgan har bir shaxs uchun o'zini-o'zi rivojlantirish jarayoni alohida ahamiyatga ega bo'lib, ayniqsa, o'qituvchilar uchun bu jarayon o'ziga xos va murakkab bo'ladi. Bo'lajak o'qituvchilar o'z malakalarini muntazam oshirib borish, pedagogik bilimlarni chuqurlashtirish va shaxsiy rivojlanishga intilish orqali professional sifatlarini shakllantiradilar. Bu esa nafaqat ularning kasbiy muvaffaqiyatlari uchun, balki ta'lim jarayonining sifatiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun o'qituvchilarning kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirish jarayonini chuqur pedagogik va psixologik jihatdan o'rganish zaruriyati paydo bo'ladi.

O'qituvchilik kasbi o'zining ma'naviy va axloqiy jihatlariga ko'ra jamiyatda yuqori o'rinni egallaydi, shuning uchun bu sohada faoliyat yuritadiganlarning shaxsiy va kasbiy sifatleri doimiy ravishda shakllanishi va takomillashishi talab etiladi. Bo'lajak o'qituvchilarning pedagogik psixologik xususiyatlari ularning kasbiy malakasini oshirish, o'z ustida ishlash qobiliyatlari va ichki motivatsiyalariga bog'liq. Ushbu jarayonda o'qituvchi o'z-o'zini anglash, o'zini tahlil qilish va kerakli bilimlarni o'zlashtirish orqali kasbiy o'zgarishlarga tayyor bo'lishi muhimdir.

Kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirish jarayonida pedagogik psixologiya o'qituvchining ichki dunyosini, motivatsiyasini, ijtimoiy va emotsional holatini o'rganish imkonini beradi. Bu jarayon shuningdek, o'qituvchilarning ehtiyojlari va pedagogik vazifalarni yaxshiroq anglash, samarali o'qitish usullarini qabul qilish va pedagogik innovatsiyalarni hayotga tadbiiq etishda muhim rol o'ynaydi. Shu sababdan ham pedagogik-psixologik xususiyatlar o'qituvchining kasbiy rivojlanishini aniqroq va samaraliroq yo'nalishda olib borishga yordam beradi.

Bo'lajak o'qituvchilar uchun o'z kasbiy malakasini rivojlantirish faqat tashqi ta'lim va metodik ko'mak orqali emas, balki shaxsiy intilish, ichki motivatsiya va kasbiy mas'uliyatni anglash orqali amalga oshadi. Ularning o'z-o'zini rivojlantirish jarayonida o'rgangan tajribalar, xatolar va muvaffaqiyatlar psixologik mustahkamlik, ijodiy yondashuv va kasbga sodiqlikni shakllantiradi. Shu sababdan, pedagogik-psixologik jihatdan o'qituvchilarning o'zini-o'zi rivojlantirish xususiyatlarini tahlil qilish muhim bo'lib, ta'lim tizimini yanada takomillashtirishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. O'qituvchilik kasbi murakkab va ko'p qirrali bo'lib, unga tayyorlanayotgan shaxslarning kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirish jarayoni butunlay yangi pedagogik va psixologik yondashuvlarni talab qiladi. Xorijiy olimlarning nazariyalariga ko'ra, kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirish nafaqat tashqi ta'lim olish bilan cheklanib qolmay, balki shaxsning ichki motivatsiyasi va shaxsiy rivojlanish strategiyalari bilan chambarchas bog'liq jarayon hisoblanadi. Bu jarayon o'qituvchining o'z kasbiy kompetentsiyalarini mustahkamlash, zamonaviy pedagogik texnologiyalarni o'zlashtirish va pedagogik faoliyatda o'zini takomillashtirishga qaratilgan.

Albert Bandura tomonidan ilgari surilgan ijtimoiy o'rganish nazariyasi kasbiy rivojlanishdagi o'zini-o'zi boshqarish mexanizmlarini ochib beradi. Bandura fikricha, o'qituvchilar o'z malakalarini oshirish uchun faqat tashqi ko'rsatmalarga amal qilmay, balki o'zining kuzatuv va tajriba asosida faoliyatini tahlil qilib, o'zini motivatsiya qilish va o'rgatish jarayonida faol ishtirok etishi zarur. Shu bilan birga, uning nazariyasi o'qituvchining o'z kasbiy o'sishida samarali o'rganish muhitini yaratish va o'z-o'zini baholashning psixologik jihatlarini ko'rsatadi.

Daniel Golemanning emotsional intellekt nazariyasi bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirishida muhim ahamiyatga ega. Golemanning fikricha, muvaffaqiyatli o'qituvchi o'zining va boshqalarning emotsiyalarini to'g'ri anglab, nazorat qila olishi kerak. Bu psixologik sifat pedagogik vazifalarni samarali bajarish, o'quvchilar bilan munosabatlarni uyg'unlashtirish va kasbiy stressni boshqarishda yordam beradi. O'zini-o'zi rivojlantirish jarayonida o'qituvchilar o'z emotsional holatlarini boshqarishni o'rganib, shaxsiy barqarorlik va professional qobiliyatlarini oshirishga erishadilar.

Lev Vygotskiyning ijtimoiy rivojlanish nazariyasi bo'yicha, o'qituvchining kasbiy o'zini rivojlantirish jarayoni uning ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'sirini, ayniqsa ustozlar, hamkasblar va talabalardan olingan ijtimoiy tajribani o'zlashtirish jarayonini anglatadi. Vygotskiy fikricha, o'quv jarayonida shaxsning rivojlanishi uning ijtimoiy muhitdagi faoliyatiga bog'liq bo'lib, shu bilan o'qituvchi o'z kasbiy malakasini doimiy ravishda ijtimoiy va pedagogik muhitda o'zlashtirib boradi. Bu nazariya o'zini-o'zi rivojlantirishda hamkorlik va mentoringning ahamiyatini ta'kidlaydi.

Donald Shoning reflektiv amaliyot nazariyasi esa bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirish jarayonida muhim tamoyil sifatida ko'riladi. Shon o'qituvchini faol tahlilchi sifatida tasvirlab, pedagogik amaliyotni doimiy ravishda tahlil qilish, xatolarni aniqlash va ulardan saboq olish orqali o'zini takomillashtirish zarurligini ta'kidlaydi. Bu yondashuv o'qituvchilarni o'z faoliyatiga tanqidiy nuqtai nazardan qarashga undaydi va kasbiy o'sish uchun doimiy motivatsiyani yaratadi.

Jerome Brunerning konstruktivizm nazariyasi bo'yicha, kasbiy o'zini rivojlantirish jarayonida bo'lajak o'qituvchilar faollik va ijodiy yondashuvga tayyor bo'lishlari kerak. Bruner o'rganuvchining faol ishtirokini, bilimlarni o'zlashtirishda ichki motivatsiya va shaxsiy tajribaning ahamiyatini ta'kidlaydi. Shu asosda o'qituvchi o'z pedagogik yondashuvlarini doimiy yangilab, innovatsion metodlarni qo'llashga intilishi lozim. Bu jarayon psixologik jihatdan shaxsning o'ziga bo'lgan ishonchi va malaka darajasining oshishiga yordam beradi.

Richard Ryan va Edward Deci tomonidan ishlab chiqilgan o'z-o'zini belgilash nazariyasi (self-determination theory) kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirishda ichki motivatsiyaning ahamiyatini ochib beradi. Ularning tadqiqotlariga ko'ra, o'qituvchilar o'z faoliyatida mustaqil qaror qabul qilish, o'z malakasini oshirish va ijtimoiy aloqalarni mustahkamlash orqali samarali rivojlanishadi.

Bu nazariya shuningdek, o'qituvchining shaxsiy qoniqishi va kasbiy ishtiyoqini rag'batlantirishga yo'naltirilgan bo'lib, ularning pedagogik faoliyatda barqaror muvaffaqiyatga erishishlarini ta'minlaydi.

Shunday qilib, xorijiy olimlarning nazariy yondashuvlari bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirishini pedagogik psixologik jihatdan tushunishda muhim ilmiy asoslarni yaratadi. Bu nazariyalar o'qituvchilarning ichki motivatsiyasi, emotsional boshqaruvi, ijtimoiy muhit bilan o'zaro aloqasi hamda reflektiv fikrlash qobiliyatlarini rivojlantirishga qaratilgan bo'lib, ularning professional malakasini doimiy takomillashtirish uchun poydevor hisoblanadi. Natijada, mazkur jarayon o'qituvchilarning samarali pedagogik faoliyat yuritishlari va ta'lim sifatining oshishiga xizmat qiladi.

Muhokama. Kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirish o'qituvchilar uchun faqat malaka oshirish emas, balki pedagogik shaxs sifatida o'zini anglash va shakllantirish jarayoni hisoblanadi. Bo'lajak o'qituvchilar shu jarayonda o'z ichki motivatsiyalarini rivojlantirib, o'z kasbiy faoliyatlarini chuqur tahlil qilish orqali mustaqil qarorlar qabul qilishni o'rganadilar. Pedagogik psixologiya bu jarayonda muhim rol o'ynab, o'qituvchining psixologik barqarorligi, emotsional boshqaruv qobiliyati va shaxsiy o'sishiga e'tibor qaratadi. Shunday qilib, o'zini-o'zi rivojlantirish nafaqat tashqi bilimlarni qabul qilish, balki ichki o'zgarishlarni ham anglatadi.

O'qituvchining kasbiy rivojlanishida psixologik tayyorgarlik katta ahamiyatga ega. Kasbiy faoliyatning murakkabligi va doimiy o'zgarib turuvchi sharoitlar o'qituvchini doimiy ravishda stress, xavotir va ruhiy zo'rliqlarga duchor qiladi. Shu bois bo'lajak o'qituvchilarni psixologik jihatdan tayyorlash, ularning o'z-o'zini boshqarish va emotsional barqarorlik darajasini oshirish zarur. Bu holat pedagogik faoliyat samaradorligini oshirishi, o'qituvchilar bilan ijobiy munosabatlarni shakllantirishi hamda kasbiy qoniqish va muvaffaqiyatni ta'minlashda hal qiluvchi omil bo'lib xizmat qiladi.

Jadval

Pedagogik-psixologik xususiyatlar	Ta'rifi	Kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirishdagi roli
Ichki motivatsiya	O'qituvchining o'z kasbiga bo'lgan qiziqishi va faoliyatga ichki istak bilan yondashuvi.	Kasbiy rivojlanishda davomiylik va tashabbusni ta'minlaydi, o'qituvchini yangi bilim va ko'nikmalarni o'zlashtirishga undaydi.
Emotsional barqarorlik	Stress va qiyinchiliklarga qarshi chidamlilik hamda o'z his-tuyg'ularini boshqarish qobiliyati.	Kasbiy faoliyatda murakkab vaziyatlarda ruhiy barqarorlikni saqlab qolish va samarali ishlash imkonini beradi.
Reflektiv fikrlash	O'z faoliyatini tahlil qilish, kamchilik va xatolardan saboqlash qobiliyati.	O'qituvchining o'z ishini yaxshilash va kasbiy malakasini doimiy takomillashtirishga yordam beradi.
Ijtimoiy kommunikatsiya	Jamoadagi hamkorlik, o'qituvchilar va hamkasblar bilan samarali muloqot o'rnatish qobiliyati.	Pedagogik jamoada faol ishtirok etish, o'qitish jarayonini yanada samarali qilish va ijobiy muhit yaratishga xizmat qiladi.
Shaxsiy o'sish va o'zini anglash	Kasbiy va shaxsiy salohiyatni rivojlantirish uchun o'z imkoniyatlari va zaif tomonlarini bilish.	Kasbiy o'sish yo'lida yo'naltirish vazifasini bajaradi, kasbga bo'lgan munosabatni mustahkamlaydi.
Moslashuvchanlik	Yangi sharoitlar va pedagogik yondashuvlarga tez moslasha olish qobiliyati.	Ta'lim jarayonidagi o'zgarishlarga tez javob berish va zamonaviy talablar

Pedagogik-psixologik xususiyatlar	Ta'rifi	Kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirishdagi roli
		asosida faoliyatni yangilash imkonini yaratadi.

Kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirish jarayonida o'qituvchilar o'zining kuchli va zaif tomonlarini aniqlab, ularga qarshi samarali strategiyalar ishlab chiqishlari kerak. Bunday o'zini anglash va tahlil qilish psixologik refleksiya deb ataladi, bu esa shaxsiy va kasbiy o'sish uchun asos hisoblanadi. Reflektiv fikrlash bo'lajak o'qituvchining o'z faoliyatida yuzaga keladigan muammolarni tan olish, ular ustida ishlash va yangi pedagogik yondashuvlarni izlashga undaydi. Bu esa kasbiy jarayonda doimiy yangilanish va o'zini takomillashtirish imkonini beradi.

O'zini-o'zi rivojlantirishdagi muhim jihatlardan biri – o'qituvchining ichki motivatsiyasi va maqsadlarni belgilashidir. Motivatsiya pedagogik faoliyatdagi barqarorlikni ta'minlaydi va o'qituvchini murakkab vaziyatlarda ham faol bo'lishga undaydi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'zini-o'zi rivojlantirayotgan o'qituvchi o'z ishiga sodiq, ijodiy yondashuvga ega va yangi bilimlarni o'zlashtirishga tayyor bo'ladi. Shunday qilib, motivatsiyaning yuqori darajasi pedagogik kasbda muvaffaqiyat garovi hisoblanadi.

Shuningdek, pedagogik psixologiyada ijtimoiy-munosabatlar va kommunikativ ko'nikmalarning roli ham katta. Bo'lajak o'qituvchi uchun o'zini-o'zi rivojlantirish faqat shaxsiy bilim va ko'nikmalarni oshirish emas, balki jamiyat va pedagogik jamoa bilan samarali aloqa o'rnatish demakdir. Bu jarayon o'qituvchining ijtimoiy va emotsional ko'nikmalarini rivojlantirishga, muammoli vaziyatlarni hal qilishga, hamkasblari va o'quvchilar bilan ishonchli munosabatlar yaratishga xizmat qiladi. Pedagogik psixologiya bunday ijtimoiy kompetentsiyalarni shakllantirishda muhim yordam beradi.

Natijada, bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirish jarayoni murakkab va ko'p qirrali psixologik hodisa sifatida namoyon bo'ladi. Bu jarayon o'qituvchining shaxsiy potentsialini anglash, pedagogik vazifalarni samarali bajarish va zamonaviy ta'lim talablariga javob berish imkonini yaratadi. Shu nuqtai nazardan, pedagogik psixologik yondashuvlar va texnologiyalarni tatbiq etish o'qituvchining o'z kasbiga bo'lgan munosabatini kuchaytiradi va ta'lim sifatini oshirishga xizmat qiladi.

Xulosa. Bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirish jarayoni – bu murakkab, ko'p qirrali va dinamik jarayon bo'lib, unda pedagogik va psixologik omillar o'zaro uyg'unlashgan holda faol ishtirok etadi. Ushbu jarayon orqali o'qituvchilar nafaqat yangi bilim va ko'nikmalarni egallashadi, balki o'z kasbiy identifikatsiyasini shakllantiradi, shaxsiy va professional o'sish uchun zarur bo'lgan ichki psixologik tayyorgarlikni hosil qiladilar. Shunday qilib, o'zini-o'zi rivojlantirish o'qituvchining ijodiy salohiyatini to'liq ochish, ta'lim jarayonida yuzaga keladigan murakkab vaziyatlarga moslashish va samarali pedagogik faoliyat yuritish imkonini yaratadi.

Pedagogik psixologik xususiyatlar o'ziga xosligi bilan ajralib turadi, chunki ularning har biri o'qituvchining ichki dunyosiga, xususan, uning motivatsiyasi, emotsional barqarorligi va reflektiv fikrlash qobiliyatiga ta'sir ko'rsatadi. Bu omillar o'qituvchining kasbiy faoliyatdagi muvaffaqiyati va uning ta'lim sifatiga bevosita ta'sir qiladi. Psixologik tayyorgarlik o'qituvchining stressga chidamliligi va murakkab vaziyatlarda o'zini tutishini yaxshilab, pedagogik jarayonda yuzaga keladigan qiyinchiliklarni yengillashtiradi.

Shuningdek, o'zini-o'zi rivojlantirish jarayonida o'qituvchi o'zining shaxsiy xususiyatlari va kasbiy malakasini doimiy tahlil qilib borishi, xatolardan saboq olishi va yangi yondashuvlarni qo'llashi lozim. Reflektiv fikrlashning ushbu roli o'qituvchini nafaqat o'rgatuvchi, balki pedagogik jarayonning faol ishtirokchisiga aylantiradi. Shu tariqa, o'zini anglash orqali pedagog kasbiy o'sishda yangi imkoniyatlarni kashf etadi va o'z faoliyatining samaradorligini oshiradi.

Ichki motivatsiyaning ahamiyati ham muhimdir, chunki u o'qituvchining kasbiy o'zini rivojlantirishdagi asosiy harakatlantiruvchi kuch hisoblanadi. Motivatsiya bo'lajak o'qituvchining kasbga sodiqligini oshiradi, ijodkorligini rag'batlantiradi va doimiy ta'lim olishga undaydi. Bu esa o'z navbatida pedagogik jarayonni yanada sifatli va samarali qiladi. Motivatsiyaning barqarorligi va yuqori darajasi bo'lajak o'qituvchilarni murakkab vaziyatlarda ham faol va optimistik bo'lishga undaydi.

Natijada, bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirishining pedagogik psixologik xususiyatlarini chuqur tushunish va unga e'tibor qaratish ta'lim sifatini oshirish, pedagoglarning kasbiy tayyorgarligini kuchaytirish hamda zamonaviy ta'lim talablariga javob beradigan mutaxassislarni tayyorlash uchun zarurdir. Ushbu jarayon o'qituvchining shaxsiy va kasbiy o'sishini birlashtirib, ta'lim tizimining rivojlanishiga sezilarli hissa qo'shadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Бандура А. Теория социального научения.- СПб.: Евразия, 2000.- 320 с.
2. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия : Изучение влияния воспитания и семейных отношений / Альбер Бандура, Ричард Уолтерс; Пер. с англ. Ю. Брянцева, Б. Красовского. — М. : Апрель Пресс : ЭКСМО-Пресс, 2000. — 509 с
3. Байденко В.И. Диверсификация среднего профессионального образования //Обзорная информация. — М.: НИИВО, 2004. — 45 с.
4. Бердяев Н. А. Самопознание: (Опыт философской автобиографии). — М., Москва: Издательство Юрайт. 2001. — 90 с.
5. Даль В. И. Биография и творческое наследие: Библиогр. указатель / Сост.: Н. Л. Юган, К. Г. Тарасов; Научн. ред. Р. Н. Клейменова. — М.: Флинта, Наука, 2011. — 816 с.
6. Дьюи Дж. От ребёнка — к миру, от мира — к ребёнку (Сб. статей). — М.: Карапуз, 2009. — 352 с

Клычева Мархабо Абдурахмановна
Бухарский международный университет
Факультет психологии и иностранных языков

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЗАВИСИМЫХ И СОЗАВИСИМЫХ ЧЛЕНОВ СЕМЬИ ПРИ АДДИКТИВНОМ ПОВЕДЕНИИ ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В статье представлены результаты теоретических и эмпирических исследований характеристик основных структурных составляющих личности созависимых матерей наркоманов. Показано, что созависимость имеет несколько составляющих: когнитивную, личностную, эмоциональную и поведенческую. В статье представлены результаты эмпирического исследования матерей подростков, вызывающих привыкание) на базе. Использовались соответствующие диагностические средства: тест для определения уровня взаимозависимости (Б. Уайнхолд и Дж. Уайнхолд); диагностика эмоционального интеллекта (Н. Холл); тест-анкета по самооценке (В. В. Столин, С. Р. Пантелеев); методология «Индекс образа жизни» (Р. Плутчик, Г. Келлерман, Х. Р. Конте); методология «Склонность к поведению жертвы» (О. О. Андронникова).

Ключевые слова: созависимость, зависимое поведение, дисфункциональная система, возрастные особенности, аддиктивное поведение, пубертат, общая психология, клиническая психология, эмоциональная неустойчивость, действия аддикта, перфекционизм, девиантное поведение, детско-родительские отношения, виктимность, реабилитация аддиктов и созависимых с ними, групповая психотерапия, самоотношение, эмоциональный интеллект

Для цитирования: Куприянчук Е. В. Личностные характеристики родоначальников зависимых подростков.

Annottasiya: Maqolada psixologik qaramligi bo'lgan giyohvandlarning onalari shaxsining asosiy tarkibiy qismlari tavsiflari bo'yicha nazariy va empirik tadqiqotlar natijalari keltirilgan. Ko'rsatilishicha, birgalikda bog'liqlik bir nechta tarkibiy qismlarga ega: kognitiv, shaxsiy, hissiy va xulq-atvor. Maqolada o'smirlarning ko'nikma uyg'otadigan onalarining empirik tadqiqotlari natijalari keltirilgan. Tegishli diagnostika vositalaridan foydalanildi: o'zaro bog'liqlik darajasini aniqlash uchun test (B. Uaynhold va J. Uaynhold); hissiy intellekt diagnostikasi (N. Xoll); o'zini o'zi baholash bo'yicha test-so'rovnomma (V.V. Stolin, S.R. Panteleyev); «Turmush tarzi indeksi» metodologiyasi (R. Plutchik, G. Kellerman, X. R. Konte); «Jabrlanuvchining xulq-atvoriga moyillik» metodologiyasi (O.O. Andronnikova).

Kalit so'zlar: psixologik qaramligi bo'lgan xulq-atvor, funksional bo'lmagan tizim, yosh xususiyatlari, qo'shimcha xulq-atvor, pubertat, umumiy psixologiya, klinik psixologiya, hissiy beqarorlik, qo'shimcha xatti-harakatlar, perfektsionizm, deviant xulq-atvor, bolalar-ota munosabatlari, qo'shimcha va ular bilan bog'liq bo'lganlarni tiklash, guruh bo'lib psixoterapiya, o'zini o'zi tutish, hissiy intellekt

Abstract. The article presents the results of theoretical and empirical studies of the characteristics of the main structural components of the personality of codependent mothers of drug addicts. It is shown that codependency has several components: cognitive, personal, emotional and behavioral.. Appropriate diagnostic tools were used: test to determine the level of codependency (B. Winehold and J. Winehold); diagnostics of emotional intelligence (N. Hall); self-attitude test questionnaire (V. V. Stolin, S. R. Panteleev); methodology "Index of life style" (R. Plutchik, G. Kellerman, H. R. Conte); methodology "Tendency to victim behavior" (O. O. Andronnikova)

Keywords: codependency, dependent behavior, dysfunctional system, age characteristics, addictive behavior, puberty, general psychology, clinical psychology, emotional instability, addict actions, perfectionism, deviant behavior, child-parent relations, victimhood, rehabilitation of addicts and codependents with them, group psychotherapy, self-relationship, emotional intelligence

Когда речь идет о зависимостях, почти всегда начинаем думать о наркотиках и алкоголе. Однако зависимости охватывают не только вещества, но и поведение.

Зависимость от поведения и веществ обычно характеризуется: дисфункциональной эмоциональной реакцией, нарушением контроля поведения, тоской или беспокойством по поводу поведения или вещества неспособностью воздерживаться от поведения или содержания, снижением узнаваемости серьезных проблем в результате зависимости. При рассмотрении самых распространенных зависимостей, которые можно встретить у подростков анорексия, булимия, членовредительство, зависимость от азартных игр, алкоголизм, наркомания. Зависимость у молодежи имеет очень много факторов и последствий, которые мы с вами рассмотрим в этой статье. Остановимся всё таки на более распространенной и страшной для зависимого и его членов семьи зависимости, которая вошла в число заболеваний. Болезнью мы эту зависимость называем неспроста. Она имеет настолько много последствий, что зависимому придется пройти обследование у нескольких врачей, по разным специальностям.

Зависимый автоматически становится пациентом гастроэнтеролога, так как он будет наблюдать у себя проблемы желудочно-кишечного тракта: изменения аппетита, рвота, изменения в дефекации. боль в животе, тошнота.

Врача иммунолога, инфекциониста, так как будет наблюдаться повышенная уязвимость инфекционных заболеваний.

Пациентом невропатолога, так как будут наблюдаться церебральные изменения: нарушения внимания, концентрации внимания, снижение успеваемости, повышенный риск развития дегенеративных заболеваний.

Сердечно-сосудистые заболевания, из-за которых придется быть завсегдатаем кардиолога: повышается риск развития ишемической болезни сердца, сосудистых спазмов, нарушений сердечного ритма и высокого кровяного давления.

И кроме этого, невозможно в этом состоянии избежать и социальные проблемы: плохие семейные и трудовые отношения, юридические проблемы, экономические. И встретиться лицом к лицу с этими проблемами, которые описаны выше, «поможет» подростку дверь с надписью «наркомания», в которую он осознанно или неосознанно поспешил войти. И дверь эта - путь длиною в жизнь. Самое страшное - это то, что эта болезнь в народе считается «неизлечимой». От нее нет таблеток, уколов, пилюль. Она внутри самого человека. Сложный мозговой процесс, не дающий забыть об этом никогда. Прежде всего, это болезнь мозга и разума. Болезнь тех, кто не знает, как отказать себе, как сказать себе любимому «НЕТ»! Цена этой слабости - собственное будущее, то, о котором думал каждый из тех, кто начал употреблять. То будущее, где есть место для него.

Наркомания (от греч. *nark* – оцепенение, *mania* – безумие, страсть) – заболевание, выражающееся в физической и/или психической зависимости потребителя от наркотиков, постепенно приводящей к разрушению его организма. Необходимо различать понятия «потребление наркотиков», «наркомания» и «наркотизм». Потребление наркотических средств в принципе аналогично потреблению алкоголя и табака: все эти вещества относят к «вредным благам», поскольку они дают потребителю субъективное ощущение удовольствия, но в то же время наносят его организму вред. Наркопотребление может происходить не только «ради наслаждения», но быть рекомендованным врачом в качестве лекарственного средства - болеутоляющее, снотворное, психостимулятор. Если потребление наркотиков происходит регулярно, то в организме потребителя происходят изменения, в результате которых постепенно формируется физическая и/или психическая зависимость от наркотиков. У зависимого подростка наблюдаются:

- Резкие перепады настроения в короткий промежуток времени, раздражительность, скрытность, враждебность, замкнутость, угрюмость, подавленность, беспокойство.
- Потребность в немедленном удовлетворении своих желаний, отказ обсуждать с родителями свои проблемы, всевозрастающая изоляция от семьи, нежелание знакомить своих новых друзей с родителями.
- Все большее охлаждение к прежним друзьям, новые знакомства, тяга к тем, кто намного старше, имеет странности в поведении, к наркоманам.
- Равнодушие к учебе, спорту, прежним увлечениям, появление у детей чувства ущербности, комплекса неполноценности, нарастание социальной изоляции.
- Отрицание того, что наркотики могут приносить вред, лживость, постоянные опоздания в школу и поздние возвраще-ния домой, потеря чувства времени, усиливающаяся импульсивность.

У зависимых подростков изменяются привычки, образ их жизни:

- Необъяснимые отлучки из дома, неспособность даже приблизительно определить время своего отсутствия, игнорирование семейных праздников, ухудшение успеваемости, сонливость на уроках.
- Неожиданный рост аппетита, как и его потеря, страстная потребность в сладком., изменения в режиме сна и бодрствования: человек спит днем и бодрствует ночью.
- Кражи и распродажи домашнего имущества, вымогательство денег, обильное употребление в речи сленга и терминов, непонятных взрослым, частое проветривание своей комнаты, использование благовоний, освежителей, духов, дезодорантов для устранения наркотических запахов

Наблюдаются резкий фон изменений в физическом состоянии, в организме подростка происходят необъяснимые изменения, такие как

- Потеря веса. Утомляемость, частые простуды, грипп, желудочные боли и судороги.
- Утренняя слабость на фоне вечерней активности, бессвязная, невнятная или быстрая, торопливая речь, обмороки, потеря сознания.

- Воспаленные, налитые кровью, отекающие или «стеклянные» глаза., расширенные или суженные зрачки, недостаточная подвижность глаз, нарывы и болячки вокруг ноздрей, чихание. сухость во рту, кашель, следы укусов на теле, постоянное использование одежды с длинными рукавами.

- Бесцветные пальцы, повышенная потливость холодная липкая кожа, повышенная нервозность, гиперактивность, головокружения, пренебрежение личной гигиеной.

И самое худшее, родители перестают узнавать своего ребенка, причем признание его аффективных расстройств для них недопустимо. Сигналами опасности, которые часто родители упускают из виду являются специфические находки:

- Порошок, упакованный в маленькие бумажные свертки. упакованные в целлофан кусочки темно-коричневой массы, зеленоватый порошок растительного происхождения (чаще всего упакованный в спичечные коробки. Чайные, столовые ложки со следами подгорания на открытом огне.

- Наличие в карманах или дома лекарственных препаратов (снотворные, успокаивающие средства) в таблетках и ампулах, шприцы и упаковки от них, разноцветные таблетки с выдавленными на поверхности символами.

Ни для кого из нас не является секретом, что родители всегда испытывают сильную эмоциональную зависимость от своих детей, что может проявляться в чрезмерном контроле, стремлении спасти ребенка от проблем и постоянном переживании за него. Этот фактор и подталкивает родителей на созависимые отношения. Созависимые родители проявляют в себе чрезмерную заботу и контроль, не способны видеть свои собственные потребности, переживание за ребенка, невозможность признать свои ошибки, склонность к жертвенности:

И как мы успели понаблюдать в своих исследованиях, это очень влияет на поведение подростка, превращая его в инфантильную личность с диссоциальными расстройствами, которая неспособна быть самостоятельным, отличается потерей уверенности в себе, постоянным поиском одобрения, усилением зависимости. Чрезмерная забота и контроль со стороны созависимых личностей в лице родителей и близких усиливает зависимость подростка от родителей и делает его более уязвимым для негативного влияния.

Тема созависимости в научной литературе ярко отражается в различных литературах, Точки зрения представителей науки в определении данного понятия различны, их великое множество. В рамках современных традиций исследований накоплен богатый опыт анализа взаимоотношений в семьях, в которых подростки имеют химическую зависимость. В исследовательском фокусе появился новый термин под названием «созависимость» Но несмотря на это ученые пришли к мнению, что единой концепции по этому поводу не существует. Наверно именно поэтому, созависимость еще не признана заболеванием, хотя в ее проявлениях можно отследить различную симптоматику: высокий уровень тревоги, с которым человек пытается справиться через слияние со значимым другим, низкая самооценка, деградация ценностно-смысловой сферы, уход от реальности в мир иллюзий. Очень сложно провести грань между зависимыми и созависимыми отношениями. у близких людей зависимого от химических веществ человека проявляется многоступенчатая конструкция из психопатологических расстройств, которая постепенно приводит не только к психическим, но и физическим проблемам со здоровьем, оказывает влияние на проявление патологических форм поведения. Созависимые полностью погружаются в проблему, испытывают психологическую, социальную, физическую зависимость от употребляющего. Чаще всего созависимостью страдают женщины: жены, матери, сестры. Они часто проживают совместно с предметом своей патологической проблемы и состоят в близких отношениях. Это оказывает влияние на течение болезненного процесса.

Созависимость – это сложная психологическая проблема, которая возникает в семьях, где один из членов семьи страдает аддиктивным поведением, например, алкогольной или наркотической зависимостью, либо зависимостью от игровых автоматов. Члены семьи, которые переживают это деструктивное поведение вместе находятся в созависимых

отношениях с зависимой личностью, и часто испытывают сильное беспокойство, тревожность, чувство вины, и склонны к крайностям в своих реакциях, отказываются от собственных интересов и начинают жить жизнью зависимой личности, испытывая беспокойство за его жизнь, но при этом, будучи созависимыми они избегают прямого общения с аддиктивным членом семьи. Описание характеристик и динамики развития проблемы созависимости были выборочно отражены в разных научных работах до того, как этот феномен получил свое название. В начале, этим термином называли совместную жизнь или близкие отношения с зависимым человеком. Потом, в научной среде стали рассматривать этот феномен в более широком смысле – оно стало ассоциироваться также с совместной жизнью или близкими отношениями с любым дисфункциональным человеком. В дальнейшем, в исследованиях впервые появились описания состояний, которые могли бы быть названы созависимостью. Однако даже сейчас тема созависимости получает слабое освещение. Присутствует потребность в дополнительных исследованиях проблемы созависимости, связанных с трансформацией коммуникативной сферы и исследованием причин формирования созависимости (Артемцева, Н. Г. (2017). Феномен созависимости. Общее, типологическое, индивидуальное. М.: Когито-центр. 2017).

Созависимость является очень похожим на зависимость состоянием. Однако, есть два очень важных момента, которые отличают созависимость от зависимости: первая - зависимость может быть осознана без помощи специалистов, созависимость - неосознаваемое состояние и локус проблемы находится во внеи- в значимом другом зависимом. Вот это наличие в жизни или в родительской семье значимого другого с какой-то зависимостью и есть вторая особенность созависимости. То есть в семье есть кто-то очень важный, который имеет химическую зависимость и все его окружение становится созависимыми. Чаще всего созависимый член семьи, зная о своей «болезни» принимает решение по каким то субъективным причинам принимает решение жить именно так, и этим ставит на себе клеймо созависимости. Так реализуется защитная, адаптивная функция созависимости. Для созависимых свойственно непонимание того, кто они есть на самом деле и чего они хотят. В течение своей жизни они продолжают нуждаться в оценке и одобрении своих действий со стороны других людей и не имеют сил и возможностей для выхода из отношений, которые их унижают.

Адаптивная функция созависимости заключается в том, что она позволяет созависимому человеку чувствовать себя защищенным и контролирующим ситуацию, особенно в отношениях с человеком, страдающим зависимостью. Она дает иллюзию значимости и контроля над жизнью зависимого, что может временно облегчить эмоциональное состояние созависимого. Ниже приведены несколько аспектов адаптивной функции созависимости, которые могут временно приносить облегчение, но при этом они обладают разрушительной силой на долгосрочной основе, что и мешает созависимому человеку строить здоровые отношения и заботиться о своем благополучии. Итак это:

- Иллюзия контроля: Созависимый человек может пытаться контролировать действия и поведение зависимого, что дает ему чувство власти и контроля над ситуацией, хоть и иллюзорное.

- Защита от одиночества: Созависимый может оставаться в отношениях, даже если они разрушительны, чтобы не испытывать одиночество и чувство отверженности.

- Чувство значимости: Созависимый может получать чувство значимости и важности, помогая зависимому человеку, даже если это и не приносит ему реальной пользы. Но при этом наличие внутренней установки: «только я могу ему помочь» разрушают его изнутри, толкая его в омут терпимости

- Отказ от личных границ, где созависимый может игнорировать свои личные границы и потребности, чтобы удовлетворить нужды зависимого.

- Оправдание поведения: Созависимый может оправдывать свое поведение и действия, обвиняя зависимого во всех проблемах. В психологии этому можно дать объяснение при помощи двух синдромов – это синдром нытика и синдром жертвы.

"Синдром нытика" - это неформальное обозначение склонности к постоянному нытью, жалобам и негативному мышлению. Это состояние, при котором человек часто акцентирует внимание на проблемах, не замечая положительных сторон, и эмоционально реагирует на негативные события, что может негативно влиять на его окружение.

Синдром жертвы – это психологический феномен, при котором человек постоянно испытывает ощущение беспомощности и перекладывает ответственность за свои проблемы на окружающих. Он воспринимает себя как жертву негативных обстоятельств или действий других людей. При этом этими синдромами обладает и зависимая личность. Признаками этих синдромов являются: постоянные жалобы на жизнь, работу, обстоятельства, других людей, бесконечные оправдания и обвинение окружающих близких, негативное мышление, заикленность внимания на минусах, игнорирование плюсов, эмоциональная неустойчивость, которая отражается в быстрых перепадах настроения, склонности к печали и раздражению, зависимость от внимания, не признание и не предпринимание действий для решения проблем. И если созависимый человек приходит к психологу с жалобой на жизнь, обвиняя значимого зависимого другого во всех своих бедах, специалисту придется работать в первую очередь над осознанием созависимости. А потом над принятием каких-то решений и взятием ответственности на себя за свою, а не другую, пусть и очень значимую для созависимого.

Несмотря на то, что к настоящему времени в психологической науке накоплен значительный опыт в исследовании созависимости, диагностики и коррекции данного феномена, научная дискуссия о его сущности продолжается до сих пор. Это объясняется сложностью рассматриваемого явления и его высокой вариабельностью, которая не до конца отрефлексирована. Психологический анализ девиантного, в том числе зависимого и созависимого поведения осуществляется в рамках теорий психоанализа (З. Фрейд, К. Хорни, Э. Фромм), социального научения (Р. Акерс, А. Бандура, А. Басс, Д. Зильманн), транзактного анализа (Э. Берн, С. Карпман), эволюционного подхода (Б. Уайнхолд, Дж. Уайнхолд), системной семейной психологии (М. Боуэн), позитивистской концепции аномии Э. Дюркгейма, социокультурного подхода (Р. Мертон, У. Миллер, Л. Оулин, Т. Селлин), стигмы (Г. Беккер, К. Вайл, Н. Валерстайн, И. Гоффман, Э. Лемерт, Р. Портфельд, Э. Сатерленд, Т. Селлин, Ф. Танненбаум)

Ранее было показано, что созависимость - это не отдельное заболевание, а разновидность невротического внутриличностного конфликта, который проявляет себя в интеракции, и характеризуется потерей «самости» (Артемцева, 2012; 2017). Поскольку созависимый человек с одной стороны является манипулируемым, а с другой - пытается сам манипулировать другим человеком, то представляется правомерным говорить о психологических защитах, к которым он прибегает. Под манипуляцией в данном случае понимается «вид психологического воздействия, используемый для достижения одностороннего выигрыша посредством скрытого побуждения другого к совершенно определенным действиям» (Доценко Е.Л. Механизмы психологических защит от манипулятивного воздействия 1994, с.6)

Нестабильная политическая и экономическая обстановка в стране может способствовать росту употребления алкоголя и наркотиков как способа справиться со стрессом и неуверенностью в будущем. В научную литературу понятие химической зависимости впервые ввел Ц.П.Короленко в 1990 году. Существенное влияние на первые работы этого автора оказали зарубежные ученые (в частности, В. Миллер), которые понимали под зависимым поведением систематическое злоупотребление человеком одним или несколькими веществами, изменяющими психическое состояние, без признаков физической зависимости. Такие вещества назывались «психоактивными» и включали в себя химические и фармакологические средства, которые при потреблении воздействуют на психические процессы, например, когнитивную или аффективную сферу.

В дальнейшем Ц.П. Короленко выделил ряд признаков химической зависимости, к которым относятся следующие:

- Потеря контроля над количеством употребленного вещества, будь то алкоголь, наркотик или другое вещество.
- Провалы в памяти, состояние временной амнезии. Как отмечает автор, этот признак характерен для большинства химически зависимых людей.
- Наличие физических страданий, следствием которых выступает продолжение употребления веществ, разрушающих человека, причем осознанное.
- Феномен отрицания. Он выражается в отрицании зависимым человеком своего недуга.

Химическая зависимость влечет за собой серьезные нарушения в различных сферах жизни. Биологические, психологические, социальные факторы активно влияющие на формирование и развитие химической зависимости у человека вызывают не только разрушение личности, но и разрушают жизнь человека в целом. Давайте остановимся на каждом из факторов.

- Биологическим фактором является то, что в настоящее время существует предположение, что химическая зависимость наследуется, то есть передается генетически. На сегодня это всего лишь гипотеза, требующая более углубленного изучения: не во всех семьях лиц, употребляющих химические вещества, таковыми становятся и дети, однако, они попадают в группу риска. Генетическая предрасположенность играет роль в развитии химической зависимости, но не является единственным фактором. Исследования показали, что в 60% случаев зависимое поведение наблюдается у людей, чьи родственники страдают от патологической зависимости, что указывает на генетическую компоненту. Однако, социальные и психологические факторы также оказывают значительное влияние на развитие зависимости.

- Психологическим фактором являются тяжелые депрессивные ситуации, фрустрация и другие стрессовые ситуации зачастую выступают причинами, по которым человек начинает употреблять наркотики и алкоголь. В кризисные моменты своей жизни человек остается один на один со своими мыслями и желаниями. В стрессовых ситуациях, будь то развод, потеря работы или проблемы с окружающими людьми, у человека может произойти эмоциональный срыв, и тогда внутренняя опустошенность может стать невыносимым испытанием. Зависимость в этом случае становится чем-то, позволяющим восстанавливать баланс сил, на какое-то время уйти от реальности в мир иллюзий. Личностные качества, такие как моральная незрелость, склонность к девиантному поведению, также могут повышать риск развития зависимости. Психологическая зависимость, с другой стороны, связана с психологическими факторами, такими как эмоциональная потребность или желание достичь психического комфорта посредством употребления вещества. Признаками психологической зависимости зависимых и созависимых личностей являются навязчивое влечение, нарушение контроля над дозировкой и частотой приема, абстинентный синдром, физическое и психическое ухудшение, снижение социальной адаптации. У лиц с химической зависимостью 36,67% (показатели выше нормы) и 23,34% у людей без зависимости. Данный тип психологической защиты успешно используется, как наиболее совершенная психологическая защита, по сравнению с другими, которые не справляются с сильными инстинктивными реакциями.

- Социальный фактор может сыграть существенную роль в формировании и развитии у человека зависимости от употребления ПАВ. Социальными факторами мы называем такие факторы, как проблемы в семье, отсутствие понимания в коллективе, смерть близкого человека, детские эмоциональные травмы, нестабильная обстановка в стране и финансовые трудности, играют значительную роль в развитии химической зависимости, особенно в отношении алкоголизма и наркомании. Исследования показывают, что зависимость часто возникает у тех, чьи родственники страдают от патологического пристрастия к веществам, а также у молодых людей, подверженных стрессовым ситуациям и отсутствию поддержки.

Неблагоприятная семейная среда, конфликтные ситуации, отсутствие эмоциональной поддержки, низкая самооценка и стресс могут повысить риск развития химической

зависимости. Молодые люди, особенно школьники и студенты, являются наиболее уязвимой категорией, подверженной воздействию социальных факторов, таких как давление группы сверстников и доступ к наркотикам. Семейные проблемы, в том числе алкоголизм или наркомания в семье, могут стать фактором риска для развития зависимого поведения у детей и подростков

Созависимые отношения встречаются чаще, чем люди думают, и их статистика довольно впечатляющая. По разным данным, от 70 до 98% людей могут проявлять признаки созависимости. По мнению экспертов, до 90% американцев демонстрируют некоторые признаки созависимости, хотя это не всегда приводит к полномасштабным созависимым отношениям. Некоторые источники утверждают, что до 80% людей ведут созависимый образ жизни. По опроснику Р. Гиршфильда, у 45% подростков выявлена высокая склонность к созависимости, что подчеркивает распространенность этой проблемы. Опыт раннего детства, травмирующие события и хронический стресс могут быть причиной развития созависимости, как и низкая самооценка. Как утверждает Аусбургер, люди, испытывающие трудности в установлении здоровых границ и имеющие низкую самооценку, могут искать подтверждение в других людях, что может привести к созависимости. Созависимость не зависит от гендерной принадлежности. Созависимые люди используют внешнюю систему отсчёта, сосредотачивают своё внимание на том, что делает и чего не делает их партнёр

Наркомания — это проблема личного выбора каждого человека. Выбора — принимать или не принимать наркотик? Лучшая защита от того, чтобы не стать наркоманом — это отказ от первой пробы наркотика.

ЛИТЕРАТУРА

1. Галеева А.Р., Юрьев Е.Б., Валинурова И.Р., Хуснутдинова Э.К. Анализ полиморфизма гена 2A рецептора серотонина у больных с острым алкогольным психозом разной этнической принадлежности // Журн. неврологии и психиатрии,
2. Гильбурд О.А. Духовный смысл русского алкоголизма // Журн. «Кабинет», т 1994. – № 7. – С. 91-102.
3. Гильбурд О.А. Избранные очерки эволюционной психиатрии. – Сургут: РИИЦ «Нефть Приобья», 2000. – С. 109-128.
4. Гильбурд О.А. Наркотическая зависимость в контексте эволюционной биологии // Сб. научн. трудов. Вып. 12. Естественные науки / Сургутский гос. университет,
5. Гребенюк А.А., Пасечников А.Ю., Тузов В.В., Егоров В.И. Наркомании начала XXI века. – Симферополь,
6. Жолдакова З.И. Механизмы процессов биоактивации чужеродных химических веществ под действием ферментных систем организма Вестник РАМН, 2002.
7. Иванов Вяч. И. Дионис и прадионисийство. – Баку, 1923. – 309 с.
8. Итс Р. Шёпот Земли и молчание Неба. – М.: Изд-во полит. лит-ры, 1990.

Рахмонову Мухтарам Эргашевну

Независимый исследователь

ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ, СТРАДАЮЩИМИ В СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ

***Аннотация.** В данной статье анализируется роль и значение современных образовательных технологий в процессе работы с подростками, испытывающими трудности в социальной адаптации. Разрабатываются эффективные педагогические подходы с учетом психологических, социальных и духовных потребностей подростков. Также обоснованы эффективные пути повышения их адаптивности к социальной среде путем совершенствования образовательных технологий. Практические рекомендации и подходы, основанные на передовом опыте, составляют основное содержание статьи.*

Ключевые слова: подростки, социальная адаптация, образовательные технологии, психологическая адаптация, педагогический подход, социальная среда, инновационное воспитание.

Annotatsiya. Mazkur maqolada ijtimoiy moslashuvda qiyinalayotgan o'smirlar bilan ishlash jarayonida zamonaviy tarbiyaviy texnologiyalarning o'rni va ahamiyati tahlil qilinadi. O'smirlarning psixologik, ijtimoiy va ma'naviy ehtiyojlarini inobatga olgan holda samarali pedagogik yondashuvlar ishlab chiqiladi. Shuningdek, tarbiyaviy texnologiyalarni takomillashtirish orqali ularning ijtimoiy muhitga moslashuvchanligini oshirishning samarali yo'llari asoslab beriladi. Amaliy tavsiyalar va ilg'or tajribalarga asoslangan yondashuvlar maqolaning asosiy mazmunini tashkil etadi.

Kalit so'zlar: o'smirlar, ijtimoiy moslashuv, tarbiyaviy texnologiyalar, psixologik moslashuv, pedagogik yondashuv, ijtimoiy muhit, innovatsion tarbiya.

Abstract. This article analyzes the role and importance of modern educational technologies in the process of working with adolescents experiencing difficulties in social adaptation. Effective pedagogical approaches are developed, taking into account the psychological, social, and spiritual needs of adolescents. Also, effective ways to increase their adaptability to the social environment through the improvement of educational technologies are substantiated. Approaches based on practical recommendations and best practices constitute the main content of the article.

Keywords: adolescents, social adaptation, educational technologies, psychological adaptation, pedagogical approach, social environment, innovative upbringing.

Введение. В условиях стремительных социально-экономических изменений современного общества вопросы социализации подростков приобретают особую актуальность. Подростковый возраст является критическим этапом в развитии личности, когда формируются жизненные ориентиры, нормы поведения и отношение к окружающему миру. Однако не все подростки успешно проходят этот этап — многие из них испытывают трудности в социальной адаптации, что выражается в конфликтности, замкнутости, агрессивности, низкой самооценке и других формах дезадаптации.

Особую значимость в данном контексте приобретают современные воспитательные технологии, которые направлены на поддержку подростков, испытывающих сложности в социализации, и способствуют формированию у них позитивного отношения к себе и обществу. Под воспитательными технологиями понимается система методов, приемов и форм взаимодействия, направленных на решение задач нравственного, психологического и социального развития личности подростка.

Согласно Л.И. Божович, подростковый возраст — это «период формирования внутренней позиции личности», где ключевое значение приобретает стремление к самостоятельности и признанию в социальной среде. А.В. Мудрик трактует социализацию как «процесс и результат усвоения и активного воспроизводства индивидом социального опыта». Эти подходы подчеркивают необходимость использования комплексных педагогических стратегий, учитывающих индивидуальные особенности подростков.

Цель данной статьи — проанализировать сущность и особенности работы с подростками, испытывающими трудности в социальной адаптации, и обосновать пути совершенствования воспитательных технологий для повышения их эффективности в образовательной и воспитательной среде.

Актуальность темы. Современное общество предъявляет к подрастающему поколению всё более высокие требования в плане социальной активности, ответственности и адаптивности. Однако многие подростки, ввиду личностных, семейных или социальных факторов, сталкиваются с серьёзными трудностями в процессе социальной адаптации. Эти трудности могут проявляться в нарушении норм поведения, социальной изоляции, агрессивности, тревожности и низком уровне коммуникативных навыков.

Особенно остро данная проблема стоит в условиях стремительных изменений в информационной, культурной и образовательной среде. Под влиянием внешних факторов

(социальные сети, медиа, давление сверстников, нестабильность семейных отношений) подростки часто испытывают трудности в самоопределении и построении конструктивного взаимодействия с окружающими. Это повышает риск формирования девиантного поведения, маргинализации и социальной дезадаптации.

В этой связи возрастает необходимость пересмотра традиционных подходов к воспитанию подростков и внедрения современных воспитательных технологий, ориентированных на поддержку их эмоционального и социального развития. Актуальность темы также обусловлена необходимостью подготовки педагогов, обладающих компетенциями в области индивидуальной и групповой работы с подростками, находящимися в зоне риска.

Таким образом, совершенствование воспитательных технологий при работе с подростками, испытывающими трудности в социальной адаптации, является неотъемлемым условием формирования их успешной социализации, предупреждения отклоняющегося поведения и укрепления психосоциального благополучия в целом.

Анализ литературы. Проблема социальной адаптации подростков и роль воспитательных технологий в этом процессе широко освещена в научной литературе как российских, так и зарубежных исследователей.

Так, Л.И. Божович подчёркивала, что подростковый возраст является критическим периодом формирования личности, когда особую значимость приобретает внутренняя позиция ребёнка и его взаимодействие с социальной средой. По её мнению, ключевая задача педагога — способствовать развитию позитивной «Я-концепции» и социализации подростка через эмоционально значимые формы воспитательного взаимодействия.

А.В. Мудрик рассматривает социализацию как процесс активного усвоения социальных норм, ролей и моделей поведения. Он акцентирует внимание на важности среды, значимых взрослых и сверстников в формировании социальной компетентности подростков. Его труды подчеркивают необходимость формирования у подростков навыков социального взаимодействия, что напрямую связано с задачами воспитательных технологий.

Ю.В. Варданян в своих исследованиях отмечает важность применения технологии личностно-ориентированного воспитания, способствующей адаптации подростков в условиях образовательной среды. Она предлагает использовать методы психологической поддержки, тренинговые технологии и интерактивные формы взаимодействия, направленные на снижение уровня тревожности и повышение уверенности подростков.

Е.А. Климов и Д.И. Фельдштейн анализировали влияние социальных изменений на развитие подростка и указывали на необходимость обновления воспитательной системы, в том числе внедрения технологий, направленных на формирование устойчивой жизненной позиции и навыков конструктивного общения.

Зарубежные исследователи также подчеркивают значимость педагогических интервенций в процессе адаптации подростков. Например, Е. Erikson ввёл понятие «кризис идентичности», как центральную проблему подросткового возраста. По его мнению, поддержка со стороны педагогов и социального окружения критически важна для успешного прохождения данного этапа.

Таким образом, анализ научной литературы свидетельствует о высокой степени изученности отдельных аспектов социализации подростков, однако существует потребность в дальнейшем исследовании практических аспектов внедрения современных воспитательных технологий именно в работе с подростками, испытывающими трудности социальной адаптации. Это делает тему настоящего исследования актуальной и значимой как с теоретической, так и с прикладной точки зрения.

Методология. Методологическая основа исследования опирается на системный, личностно-ориентированный и деятельностный подходы, которые позволяют всесторонне анализировать процессы социальной адаптации подростков и применения воспитательных технологий в педагогической практике.

Системный подход позволяет рассматривать процесс воспитания и социализации как целостную структуру, включающую взаимодействие различных компонентов: личности подростка, педагогической среды, семейного воспитания и социального окружения.

Личностно-ориентированный подход акцентирует внимание на индивидуальных особенностях каждого подростка, особенно тех, кто испытывает трудности в социальной адаптации. Данный подход способствует разработке педагогических стратегий, учитывающих уровень развития, интересы, эмоциональное состояние и мотивационную сферу подростка.

Деятельностный подход подчёркивает значимость активного вовлечения подростков в различные виды деятельности как средства их адаптации. Через коллективную, творческую и социально значимую деятельность формируются навыки сотрудничества, ответственности и саморегуляции.

Для достижения целей исследования были использованы следующие методы:

Теоретические методы: анализ и синтез научной литературы по психологии и педагогике, сравнительный анализ воспитательных технологий, концептуальный анализ понятий «социальная адаптация», «воспитательные технологии», «трудные подростки» и др.

Эмпирические методы: наблюдение за поведением подростков в образовательной среде; анкетирование и интервью педагогов, психологов и родителей; проведение диагностических методик на определение уровня социальной адаптированности.

Педагогический эксперимент: апробация и внедрение определённых воспитательных технологий в работу с подростками, испытывающими трудности адаптации, с последующим анализом динамики их поведения и уровня социализации.

Методы количественной и качественной обработки данных: статистический анализ результатов диагностических методик, контент-анализ интервью и открытых ответов участников исследования.

Обсуждение. Результаты проведённого исследования подтвердили, что применение современных воспитательных технологий при работе с подростками, испытывающими трудности социальной адаптации, оказывает положительное влияние на формирование их коммуникативных, поведенческих и эмоционально-волевых качеств.

В процессе педагогического взаимодействия с данной категорией подростков выявлено, что традиционные методы воспитания зачастую оказываются неэффективными, так как не учитывают индивидуальные особенности и внутренние потребности подростков. Именно поэтому на практике наиболее результативными оказались следующие технологии:

Личностно-ориентированная технология, предполагающая создание условий для самовыражения, самопознания и саморазвития подростка. В ходе эксперимента подростки, включённые в деятельность по данной технологии, продемонстрировали рост самооценки и уровня социальной активности.

Технологии социального проектирования и групповой работы, в которых подростки принимали участие в коллективных инициативах, направленных на решение значимых для них задач. Это способствовало укреплению их навыков сотрудничества и социальной ответственности.

Элементы арт-терапии, тренингов личностного роста и ролевых игр, позволившие подросткам безопасно выражать эмоции, учиться саморегуляции и выстраивать позитивное взаимодействие с окружающими.

Психолого-педагогическое сопровождение в виде индивидуальных консультаций и развивающих занятий с элементами рефлексии способствовало снижению уровня тревожности и социальной напряжённости у подростков.

Анализ наблюдений и диагностических данных показал, что подростки, вовлечённые в систематическую воспитательную деятельность с использованием инновационных технологий, демонстрируют более высокий уровень социальной адаптированности по

сравнению с контрольной группой. Они легче устанавливают контакт с окружающими, проявляют большую инициативность и устойчивость к фрустрации.

Таким образом, полученные результаты подтверждают необходимость и целесообразность внедрения комплексных воспитательных программ, адаптированных под потребности подростков, находящихся в зоне риска. Это позволяет не только облегчить их социализацию, но и предупредить развитие девиантных форм поведения, создавая условия для формирования гармоничной, социально зрелой личности.

Проведённое исследование позволило сделать следующие основные выводы:

1. Социальная адаптация подростков является сложным и многоуровневым процессом, зависящим от ряда факторов: личностных особенностей, семейной атмосферы, школьной среды и качества педагогического взаимодействия.

2. Подростки, испытывающие трудности в социальной адаптации, требуют особого подхода, ориентированного на поддержку, понимание и активное включение в позитивную социальную деятельность.

3. Современные воспитательные технологии, основанные на личностно-ориентированном, деятельностном и гуманистическом подходах, значительно повышают эффективность воспитательной работы и способствуют снижению уровня тревожности, агрессии и социальной изоляции среди подростков.

Вывод. Проведённое исследование показало, что эффективное применение современных воспитательных технологий способствует улучшению социальной адаптации подростков, испытывающих трудности во взаимодействии с окружающей средой. Личностно-ориентированный и деятельностный подходы, а также методы активного вовлечения подростков в социально значимую деятельность позволяют повысить их уверенность, коммуникативные навыки и мотивацию к конструктивному поведению. Таким образом, совершенствование воспитательных технологий является важным направлением в работе с подростками группы риска и требует системного внедрения в педагогическую практику.

Список использованной литературы.

1. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. — М.: Просвещение, 1968.
2. Мудрик А.В. Социальная педагогика. — М.: Академия, 2005.
3. Варданян Ю.В. Психолого-педагогическое сопровождение трудных подростков в образовательной среде. — СПб.: Речь, 2017.
4. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. — М.: Academia, 2004.
5. Фельдштейн Д.И. Развитие личности в меняющемся мире: вызовы времени и современная психология. — М.: Институт психологии РАО, 2012.
6. Эрикссон Э. Идентичность: юность и кризис. — М.: Изд-во «Прогресс», 1996.
7. Якиманская И.С. Личностно-ориентированное обучение в современной школе. — М.: Просвещение, 2000.
8. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии. — М.: Народное образование, 2006.
9. Беличева С.А. Социальная профилактика девиантного поведения детей и подростков. — М.: Академический проект, 2006.

Xasanov Bobur Raximberganovich,
Buxoro xalqaro universiteti tadqiqotchisi

O'SMIRLARNING KASB TANLASH QARORLARIGA KOGNITIV USLUBLARNING TA'SIRI: INDIVIDUAL-PSIXOLOGIK YONDASHUV

Annotatsiya. Mazkur maqolada o'smirlarning kasb tanlash qarorlariga kognitiv uslublarning ta'siri individual-psixologik yondashuv asosida tahlil qilinadi. Kasb tanlash jarayonida o'smirlarning shaxsiy xususiyatlari, tafakkur uslublari, qaror qabul qilishdagi kognitiv strategiyalari muhim omil sifatida ko'rib chiqiladi. Shuningdek, kognitiv uslublarning kasbiy yo'nalishni belgilashdagi ahamiyati va ularni individual psixologik yordam orqali rivojlantirish yo'llari ochib beriladi.

Kalit so'zlar: o'smirlik davri, kasb tanlash, kognitiv uslublari, individual-psixologik yondashuv, qaror qabul qilish.

Abstract. This article analyzes the influence of cognitive styles on adolescents' career choice decisions within the framework of an individual-psychological approach. The study highlights how adolescents' personal characteristics, thinking styles, and cognitive strategies in decision-making play a crucial role in professional orientation. Furthermore, the significance of cognitive styles in determining career paths and the ways of developing them through individual psychological support are discussed.

Keywords: adolescence, career choice, cognitive styles, individual-psychological approach, decision-making.

Аннотация. В данной статье рассматривается влияние когнитивных стилей на решения подростков при выборе профессии с позиции индивидуально-психологического подхода. Подчеркивается важность личностных особенностей подростков, стилей мышления и когнитивных стратегий в процессе принятия решений. Также раскрывается значение когнитивных стилей в профессиональном самоопределении и возможности их развития через индивидуальную психологическую поддержку.

Ключевые слова: подростковый возраст, выбор профессии, когнитивные стили, индивидуально-психологический подход, принятие решений.

Kirish. Bugungi globallashuv davrida o'smirlarning kasb tanlash masalasi nafaqat shaxsiy hayotdagi muhim qaror, balki jamiyat taraqqiyotiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadigan jarayon sifatida qaralmoqda. Kasb tanlashda o'smirning shaxsiy qiziqishlari, ijtimoiy muhit, oilaviy omillar, iqtisodiy sharoit bilan bir qatorda, uning kognitiv uslublari ham hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Kognitiv uslub - bu insonning axborotni qayta ishlash, idrok etish va qaror qabul qilish jarayonidagi o'ziga xos usuli bo'lib, kasbiy yo'nalishni aniqlashda o'smirning mustaqilligi, tanqidiy fikrlash darajasi va alternativlarni ko'rib chiqish qobiliyatini belgilaydi.

Individual-psixologik yondashuv esa o'smirning o'ziga xos shaxsiy xususiyatlarini, temperamentini, qiziqishlarini hamda hayotiy tajribasini hisobga olish orqali kasb tanlash qarorlarini chuqurroq tushunishga yordam beradi. Shu nuqtai nazardan, kognitiv uslublarning o'smirlarning kasb tanlash qarorlariga ta'sirini o'rganish dolzarb bo'lib, nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham katta ahamiyatga ega.

Kasb tanlash masalalari psixologiya tarixida ko'plab olimlarning ilmiy izlanishlariga sabab bo'lgan. Xususan, D. Superning (Super, 1957) "kasbiy rivojlanish nazariyasi" o'smirlik davrini kasbiy identifikatsiya shakllanishida muhim bosqich sifatida ta'riflaydi. Unga ko'ra, shaxsning kasbiy qarorlari uning o'zini anglash jarayoni bilan chambarchas bog'liq.

Kognitiv yondashuv nuqtai nazaridan esa J. Piagening kognitiv rivojlanish bosqichlari nazariyasi (Piaget, 1972) o'smirlik davrida abstrakt tafakkur shakllanishi, kelajakni rejalashtirish va alternativ variantlarni taqqoslash qobiliyati kuchayishini ko'rsatadi. Bu esa kasb tanlash qarorlarida kognitiv uslublarning ahamiyatini yanada oshiradi.

Shuningdek, J. Bruner va J. Stil (Bruner, 1986; Style, 1991) kognitiv uslublarni o'rganishda insonning axborotni qayta ishlash jarayonida qo'llaydigan shaxsiy strategiyalariga e'tibor qaratadilar. Ularning fikricha, analitik, sintetik, refleksiv yoki impulsiv kognitiv uslublari kasb tanlash qarorlarini turlicha yo'naltiradi.

Mahalliy tadqiqotlarda ham bu masalaga e'tibor qaratilgan. Jumladan, O'zbekiston psixologlari o'smirlarning kasbiy yo'nalishini aniqlashda shaxsiy qiziqishlar va ijtimoiy muhit bilan bir qatorda, fikrlash uslubining rolini ta'kidlaydilar. So'nggi yillarda ta'lim tizimida psixologik diagnostika va kasbiy maslahat berish metodlarini kognitiv uslublar asosida takomillashtirishga oid tadqiqotlar olib borilmoqda (Karimova, 2021; Yo'ldoshev, 2023).

Adabiyotlarni tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, kasb tanlashni o'rganishda kognitiv uslublarni hisobga olish o'smirlarning qaror qabul qilish jarayonini chuqurroq anglash va unga samarali psixologik yordam ko'rsatish imkonini beradi. Shu sababli, ushbu masalani individual-psixologik yondashuv asosida izchil o'rganish ilmiy va amaliy jihatdan dolzarbdir.

Ushbu tadqiqotning metodologik asosini individual-psixologik yondashuv tashkil etadi. Tadqiqotda o'smirlarning kasb tanlash qarorlariga kognitiv uslublarning ta'sirini aniqlash maqsad qilingan.

Tadqiqot ob'ekti: 14–17 yosh oraliqidagi o'smirlar.

Predmet: o'smirlarning kasb tanlash qarorlariga kognitiv uslublarning ta'siri.

Maqsad: kognitiv uslublarning o'smirlarning kasbiy yo'nalish tanlash jarayonidagi o'rni va ahamiyatini aniqlash.

Vazifalar:

1. O'smirlarning kognitiv uslublarini aniqlash.
2. Kasb tanlash qarorlari va shaxsiy xususiyatlar o'rtasidagi bog'liqlikni tahlil qilish.
3. Kognitiv uslublar bilan qaror qabul qilish strategiyalari o'rtasidagi munosabatni o'rganish.
4. Individual-psixologik yordam asosida kasbiy maslahat berish yo'llarini ishlab chiqish.

Metodlar:

- So'rovnoma va anketa (kasbiy qiziqish va yo'nalishni aniqlash uchun).
 - Kognitiv uslublarni aniqlash testlari (masalan, Kettell testlari, Stilning kognitiv uslub diagnostikasi).
 - Suhbat va kuzatish metodlari (o'smirlarning qaror qabul qilish jarayonini aniqlash uchun).
 - Statistik tahlil (chi-kvadrat testi, korrelyatsiya koeffitsienti orqali natijalarni tahlil qilish).
- Metodologik asoslar: J. Piagening kognitiv rivojlanish nazariyasi, D. Superning kasbiy rivojlanish konsepsiyasi, shuningdek, zamonaviy individual-psixologik yondashuv prinsiplari.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, o'smirlarning kasb tanlash qarorlari bevosita ularning kognitiv uslublariga bog'liqdir. Analitik kognitiv uslubga ega bo'lgan o'smirlar ko'proq mantiqiy asoslangan, rejalashtirilgan va uzoq muddatli istiqbolni hisobga oluvchi qarorlar qabul qiladilar. Boshqa tomondan, impulsiv yoki intuitiv kognitiv uslubga ega o'smirlar esa ko'pincha tezkor, hissiyotlarga asoslangan va barqaror bo'lmagan qarorlar chiqaradilar.

Kognitiv uslublarning asosiy turlari:

- Analitik uslub – tafsilotlarga e'tiborli, muammolarni bosqichma-bosqich hal qiluvchi.
- Sintetik uslub – umumiylikni ko'ra olish, tizimlashtirishga moyillik.
- Refleksiv uslub – qaror qabul qilishda o'ylab, ko'p variantlarni solishtirish.
- Impulsiv uslub – tezkor, hissiyotlarga asoslangan qarorlar.
- Kentrlangan (field-dependent) – tashqi signallarga ko'proq bog'liq.
- Mustaqil (field-independent) – o'z fikrini mustaqil shakllantiruvchi.

Muhokama jarayonida shuningdek, oilaviy omillar, tengdoshlar ta'siri va ta'lim muhitining kognitiv uslublarni shakllantirishda katta rol o'ynashi aniqlandi. Masalan, o'z vaqtida psixologik maslahat olgan o'smirlar kasb tanlashda ko'proq mustaqillik va aniqlikka ega bo'ladilar.

Kasb tanlashga ta'sir etuvchi omillar:

- Shaxsiy qiziqishlar va moyilliklar.
- Kognitiv uslublar va qaror qabul qilish strategiyalari.
- Oilaviy qadriyatlar va ota-onaning kasbiy yo'nalishi.
- Ta'lim sifati va psixologik maslahat mavjudligi.
- Mehnat bozoridagi ijtimoiy-iqtisodiy sharoit.

Shu bilan birga, individual-psixologik yondashuv asosida olib borilgan kuzatishlar o'smirlarning kasbiy qarorlarini to'g'ri shakllantirish uchun **kognitiv strategiyalarni rivojlantirish, qaror qabul qilish ko'nikmalarini mustahkamlash va shaxsiy refleksiyaning oshirish zarurligini** ko'rsatdi.

Natijada, kognitiv uslublar nafaqat o'smirning kasb tanlash jarayonini belgilab beradi, balki uning kelajakdagi professional moslashuvi va shaxsiy rivojlanishida ham muhim ahamiyat kasb etishi aniqlangan.

O'smirlarning kasb tanlash qarorlariga kognitiv uslublarning ta'siri psixologiyada dolzarb mavzulardan biridir. Chunki o'smirlik davri shaxsning hayotiy yo'lini belgilab beruvchi eng muhim bosqichlardan biri sanaladi. Mazkur davrda shaxsning kognitiv jarayonlari faol rivojlanadi, tafakkur yanada abstrakt va mantiqiy tus oladi, qaror qabul qilish jarayonida alternativ variantlarni ko'rib chiqish qobiliyati kuchayadi. Shu bois o'smirlarning kasb tanlash qarorlarini faqat tashqi omillar bilan emas, balki ularning kognitiv uslublari bilan ham izohlash mumkin.

Kognitiv uslublar insonning axborotni idrok etish va qayta ishlashdagi shaxsiy usullarini anglatadi. Ular o'smirning qaror qabul qilishdagi yo'nalishini belgilab beradi. Masalan, analitik kognitiv uslubga ega bo'lgan o'smirlar kasb tanlashda mantiqiy tahlil, rejalashtirish va puxta o'ylashga tayanadilar. Aksincha, impulsiv yoki intuitiv kognitiv uslubdagi o'smirlar tezkor, hissiyotlarga asoslangan qarorlarga moyil bo'ladilar. Bu esa ularning kelajakda kasbiy barqarorligi va professional moslashuviga ham ta'sir ko'rsatadi.

Shuningdek, kasb tanlash jarayonida oilaviy qadriyatlar, tengdoshlar ta'siri, ta'lim sifati va mehnat bozoridagi sharoitlar ham muhim omillar sifatida namoyon bo'ladi. Ammo kognitiv uslublarni hisobga olish orqali psixologik yordam va kasbiy maslahat yanada samarali bo'lishi mumkin. Ayniqsa, individual-psixologik yondashuv asosida tashkil etilgan treninglar o'smirlarda refleksiv qaror qabul qilishni rivojlantiradi, shoshqaloqlikni kamaytiradi va ongli tanlov qilish qobiliyatini oshiradi.

So'nggi yillarda olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, o'smirlarning katta qismi kasb tanlashda ota-onalar yoki tengdoshlarning fikriga suyanadi, mustaqil qaror qabul qiluvchilar esa kamchilikni tashkil etadi. Bu holat o'smirlarda kognitiv strategiyalar va mustaqil qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirish zarurligini ko'rsatadi. Shunday ekan, o'quv yurtlarida kasbiy yo'naltirish jarayonida kognitiv uslublarni aniqlash va ularni hisobga olgan holda psixologik yordam ko'rsatish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi.

Xulosa. O'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, o'smirlarning kasb tanlash qarorlarida kognitiv uslublar hal qiluvchi rol o'ynaydi. Analitik va refleksiv uslubdagi o'smirlar kasb tanlashda mantiqiy asoslangan, puxta rejalashtirilgan qarorlarga moyil bo'lsalar, impulsiv va intuitiv uslub egalari ko'proq hissiyotlarga asoslangan, tezkor va beqaror qarorlar qabul qiladilar.

Individual-psixologik yondashuv asosida olib borilgan izlanishlar o'smirlarning shaxsiy xususiyatlarini, qiziqishlarini va tafakkur uslublarini hisobga olish orqali ularga samarali kasbiy yo'naltirish va psixologik yordam ko'rsatish mumkinligini ko'rsatdi.

Shunday qilib, kognitiv uslublarning o'smirlar kasb tanlashidagi o'rnini chuqur o'rganish va ta'lim-tarbiyada ushbu omillarni hisobga olish kasbiy moslashuvni yengillashtirish, o'zini anglash jarayonini boyitish hamda shaxsning kelgusidagi professional muvaffaqiyatini ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Super, D. E. (1957). *The Psychology of Careers: An Introduction to Vocational Development*. New York: Harper & Row.
2. Piaget, J. (1972). *Psychology and Epistemology: Towards a Theory of Knowledge*. New York: Grossman.
3. Bruner, J. (1986). *Actual Minds, Possible Worlds*. Harvard University Press.
4. Style, W. (1991). *Cognitive Styles and Learning Strategies*. London: David Fulton.

5. Karimova, V. (2021). *Psixologiyada kognitiv yondashuv asoslari*. Toshkent: Fan va texnologiya.
6. Yoʻldoshev, O. (2023). *Kasbiy yoʻnaltirish psixologiyasi*. Buxoro: BuxDU nashriyoti.
7. Sternberg, R. J., & Zhang, L. F. (2001). *Perspectives on Thinking, Learning, and Cognitive Styles*. Lawrence Erlbaum Associates.

Qoʻshshaev Umid Tohirovich
Buxoro davlat universiteti mustaqil tadqiqotchisi

TASHKILOTLARDA RAHBAR KADRLAR BARQARORLIGIGA TAʼSIR ETUVCHI PSIXOLOGIK STRESS OMILLARI VA ULARNING BOSHQARUV SAMARADORLIGIGA TAʼSIRI

Annotatsiya. Mazkur maqolada tashkilotlarda rahbar kadrlar barqarorligiga taʼsir etuvchi psixologik stress omillari va ularning boshqaruv samaradorligiga koʻrsatadigan taʼsiri tahlil qilinadi. Rahbarlik faoliyatida yuzaga keladigan yuqori ish yuklamasi, masʼuliyatning ortishi, qaror qabul qilishdagi murakkablik, vaqt yetishmasligi va ijtimoiy-psixologik muhit stressning asosiy manbalari sifatida koʻrib chiqiladi. Tadqiqotda stressning rahbarlarning emotsional holati, motivatsion barqarorligi, kognitiv jarayonlari hamda professional samaradorligiga taʼsiri ilmiy asosda yoritiladi. Shuningdek, rahbar kadrlar qoʻnimsizligining psixologik sabablari va uning tashkilot samaradorligiga salbiy oqibatlari tahlil qilinadi. Maqolada stressni boshqarish va rahbarlarning psixologik barqarorligini oshirishga qaratilgan amaliy va nazariy tavsiyalar beriladi.

Kalit soʻzlar: stress, rahbar kadrlar, psixologik omillar, boshqaruv samaradorligi, emotsional barqarorlik, motivatsiya, tashkilot, qaror qabul qilish

Аннотация. В статье рассматриваются психологические стрессовые факторы, влияющие на стабильность управленческих кадров в организациях, а также их воздействие на эффективность управления. Основное внимание уделяется высокой рабочей нагрузке, повышенной ответственности, сложности принятия решений, дефициту времени и социально-психологическому климату в организации как основным источникам стресса. Анализируется влияние стресса на эмоциональное состояние руководителей, их мотивационную устойчивость, когнитивные процессы и профессиональную эффективность. Также рассматриваются психологические причины текучести управленческих кадров и их негативные последствия для организационной деятельности. Представлены рекомендации по управлению стрессом и повышению психологической устойчивости руководителей.

Ключевые слова: стресс, управленческие кадры, психологические факторы, эффективность управления, эмоциональная устойчивость, мотивация, организация, принятие решений

Abstract. This article examines psychological stress factors affecting the stability of managerial personnel in organizations and their impact on management effectiveness. It focuses on key stressors such as high workload, increased responsibility, complex decision-making, time pressure, and the socio-psychological climate within organizations. The study analyzes the influence of stress on managers' emotional state, motivational stability, cognitive processes, and professional performance. It also explores the psychological causes of managerial turnover and its negative consequences for organizational efficiency. Furthermore, the article provides theoretical and practical recommendations for stress management and improving the psychological resilience of managers.

Key words: stress, managerial personnel, psychological factors, management effectiveness, emotional stability, motivation, organization, decision-making

Kirish. Zamonaviy tashkilotlar faoliyatida rahbar kadrlar barqarorligi va ularning boshqaruv samaradorligi muhim strategik ahamiyatga ega omillardan biri hisoblanadi. Global iqtisodiy jarayonlarning tezlashuvi, raqamli texnologiyalarning keng joriy etilishi hamda raqobat muhitining kuchayishi sharoitida rahbarlarning zimmasiga yuklanadigan vazifalar hajmi sezilarli darajada ortib bormoqda. Bu esa o'z navbatida psixologik stress darajasining oshishiga olib kelmoqda.

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO) ma'lumotlariga ko'ra, ish joyidagi stress bugungi kunda inson salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatuvchi eng asosiy omillardan biri bo'lib, u mehnat unumdorligining pasayishi va ruhiy salomatlik muammolarining kuchayishiga sabab bo'lmoqda. Xalqaro mehnat tashkiloti (ILO) hisobotlarida esa stress tufayli har yili global miqyosda katta iqtisodiy yo'qotishlar yuzaga kelishi, ayniqsa boshqaruv lavozimlarida ishlovchi shaxslar orasida bu muammo yanada yaqqol namoyon bo'lishi ta'kidlanadi.

Rahbar kadrlar faoliyati yuqori darajadagi mas'uliyat, murakkab qarorlar qabul qilish, inson resurslarini boshqarish hamda tashkilot natijalariga bevosita javobgarlik bilan bog'liq. Shu sababli ular stressga eng ko'p duch keladigan professional guruhlardan biri hisoblanadi. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, uzoq muddat davom etuvchi stress holati rahbarlarda emotsional charchoq, motivatsiyaning pasayishi, diqqat va xotira jarayonlarining susayishi hamda "burnout" sindromining rivojlanishiga olib keladi.

O'zbekiston sharoitida ham so'nggi yillarda amalga oshirilayotgan islohotlar, boshqaruv tizimining modernizatsiyasi va samaradorlikka qo'yilayotgan yuqori talablar rahbar kadrlar zimmasidagi bosimni yanada oshirmoqda. Biroq tashkilotlarda psixologik qo'llab-quvvatlash va stressni boshqarish tizimlarining yetarli darajada rivojlanmaganligi ushbu muammoning dolzarbligini kuchaytirmoqda.

Shu nuqtai nazardan, tashkilotlarda rahbar kadrlar barqarorligiga ta'sir etuvchi psixologik stress omillarini ilmiy jihatdan o'rganish, ularning boshqaruv samaradorligiga ta'sir mexanizmlarini aniqlash va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish bugungi kunning muhim ilmiy-amaliy vazifalaridan biri hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Tashkilotlarda rahbar kadrlar barqarorligiga ta'sir etuvchi psixologik stress omillari va ularning boshqaruv samaradorligiga ta'siri muammosi zamonaviy psixologiya, menejment va mehnat sotsiologiyasi fanlarida keng o'rganilgan dolzarb yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Ushbu muammoni ilmiy asosda tahlil qilishda xorijiy va rus olimlarining nazariy yondashuvlari muhim o'rin tutadi, chunki ular stressning tabiati, uning kelib chiqish mexanizmlari hamda professional faoliyatga ta'sirini turli darajalarda izohlab bergan.

Stress nazariyasining asoschisi Gans Selye stressni organizmning har qanday tashqi talabga nisbatan umumiy moslashuv reaksiyasi sifatida talqin qiladi. Uning "umumiy adaptatsiya sindromi" konsepsiyasi stressning fiziologik asoslarini ochib bergan bo'lsa, R. Lazarus va S. Folkman tomonidan ishlab chiqilgan tranzaksion model stressni shaxsning vaziyatni kognitiv baholashi va coping strategiyalari bilan bog'liq jarayon sifatida izohlaydi. Ushbu yondashuv rahbarlik faoliyatida stressning subyektiv idrok bilan chambarchas bog'liqligini ko'rsatadi.

Tashkiliy psixologiyada R. Karasek tomonidan ishlab chiqilgan "talab–nazorat modeli" muhim nazariy asoslardan biri hisoblanadi. Ushbu modelga ko'ra, yuqori ish talablari va past qaror qabul qilish nazorati sharoitida stress darajasi keskin oshadi. Rahbar kadrlar faoliyatida esa aynan yuqori mas'uliyat va murakkab qarorlar qabul qilish jarayoni stressning kuchayishiga olib keladi. K. Maslach tomonidan ishlab chiqilgan "burnout" (emotsional kuyish) nazariyasi esa uzoq davom etuvchi stress natijasida yuzaga keladigan emotsional charchoq, depersonalizatsiya va professional samaradorlikning pasayishini ilmiy asoslaydi.

Rus psixologiya maktabida V.D. Shadrikov va A.L. Jurovlev mehnat faoliyatini tizimli yondashuv asosida o'rganib, stressni faqat individual emas, balki tashkiliy va ijtimoiy omillar bilan bog'liq murakkab hodisa sifatida talqin qilgan. Ularning fikricha, rahbarlik faoliyatida stressning shakllanishi mehnat sharoitlari, kommunikativ muhit va shaxsning psixologik resurslari o'rtasidagi o'zaro ta'sir natijasidir. L.A. Kitaev-Smyk esa stressning psixofiziologik

mexanizmlarini chuqur o'rganib, uzoq davom etuvchi emotsional zo'riqish kognitiv funksiyalar va moslashuv imkoniyatlarini sezilarli darajada pasaytirishini ko'rsatgan.

B.F. Lomov va E.S. Kuzmin tomonidan ishlab chiqilgan tizimli yondashuvga ko'ra, shaxs va faoliyat birligi asosiy tahlil obyekti bo'lib, rahbar kadrlar barqarorligi shaxsning psixologik xususiyatlari va tashkilot talablarining uyg'unligiga bog'liqdir. Ushbu yondashuv zamonaviy tashkilotlarda kadrlar qo'nimsizligi muammosini tushunishda muhim ilmiy asos bo'lib xizmat qiladi.

G'arb olimlaridan D. Goleman tomonidan ishlab chiqilgan emotsional intellekt konsepsiyasi stressni boshqarishda muhim omil sifatida e'tirof etiladi. Uning fikricha, o'zini anglash, emotsiyalarni boshqarish va ijtimoiy kompetensiyalar rahbarlarning stressli vaziyatlarda samarali faoliyat yuritishiga yordam beradi. Zamonaviy tadqiqotlar ham yuqori emotsional intellektga ega rahbarlarda stress darajasi pastroq va boshqaruv barqarorligi yuqoriroq ekanligini tasdiqlaydi.

Shuningdek, Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO) va Xalqaro mehnat tashkiloti (ILO) hisobotlarida ish joyidagi stress global muammo sifatida baholanib, u mehnat unumdorligining pasayishi, kasbiy kasalliklar va kadrlar almashinuvining asosiy sabablaridan biri ekanligi ta'kidlanadi. Ayniqsa, rahbar kadrlar yuqori stress xavfiga ega professional guruh sifatida alohida ajratiladi.

Umuman olganda, ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, rahbar kadrlar stressi ko'p omilli, murakkab psixologik hodisa bo'lib, u individual, tashkiliy va ijtimoiy darajadagi omillar o'zaro ta'siri natijasida shakllanadi. Turli ilmiy maktablarning integratsiyasi ushbu muammoni chuqurroq anglash va samarali boshqaruv strategiyalarini ishlab chiqish imkonini beradi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari tashkilotlarda rahbar kadrlar barqarorligiga ta'sir etuvchi psixologik stress omillari boshqaruv samaradorligiga bevosita va sezilarli darajada ta'sir ko'rsatishini ko'rsatadi. Aniqlangan ma'lumotlar shuni tasdiqlaydiki, rahbarlar faoliyatida yuqori ish talablari, vaqt bosimi, qaror qabul qilishdagi murakkablik va doimiy mas'uliyat hissi stress darajasining oshishiga olib keluvchi asosiy omillar hisoblanadi. Ushbu omillar o'zaro birikib, rahbarning psixologik resurslarini asta-sekin kamaytiradi va uning professional faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Natijalar tahlili shuni ko'rsatadiki, stress darajasining oshishi rahbarlarning emotsional barqarorligini pasaytiradi, motivatsiyani susaytiradi va kognitiv jarayonlarda, xususan, diqqat, xotira hamda tahliliy fikrlashda buzilishlarga olib keladi. Bu holat qaror qabul qilish sifatining pasayishiga sabab bo'lib, tashkilot boshqaruvining umumiy samaradorligiga salbiy ta'sir qiladi. Ayniqsa, uzoq muddat davom etuvchi stress rahbarlarda emotsional charchoq va kasbiy befarqlikni kuchaytirib, ishga nisbatan qoniqmaslik va ishdan ketish istagini oshiradi.

Mazkur natijalar R. Karasekning "talab–nazorat" modeli va K. Maslachning "burnout" nazariyasi bilan uyg'unlikda ekanligini ko'rsatadi. Ya'ni, yuqori talablar va yetarli darajadagi psixologik resurslarning yetishmasligi stressni kuchaytiradi va kasbiy samaradorlikni pasaytiradi. Shuningdek, D. Goleman tomonidan ilgari surilgan emotsional intellekt nazariyasi ham tasdiqlandi, chunki yuqori emotsional intellektga ega rahbarlar stressli vaziyatlarda o'z emotsiyalarini boshqarish va samarali qarorlar qabul qilish qobiliyatiga ega bo'ladi.

O'zbekiston sharoitida ushbu muammo ayniqsa dolzarb bo'lib, tashkilotlarda amalga oshirilayotgan islohotlar, raqamli boshqaruv tizimlariga o'tish va samaradorlikka qo'yilayotgan yuqori talablar rahbarlar zimmasidagi yuklamani yanada oshirmoqda. Biroq, psixologik qo'llab-quvvatlash tizimlarining yetarli darajada rivojlanmaganligi stressni boshqarish imkoniyatlarini cheklab qo'ymoqda.

Shu sababli, rahbar kadrlar barqarorligini ta'minlash uchun faqat tashkiliy yondashuv emas, balki psixologik yondashuv ham zarur. Stressni kamaytirishga qaratilgan treninglar, emotsional intellektni rivojlantirish dasturlari va sog'lom tashkiliy muhitni shakllantirish rahbarlarning samaradorligini oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Umuman olganda, stressni boshqarish tashkilot barqarorligi va uzoq muddatli rivojlanishining asosiy omillaridan biri hisoblanadi.

Xulosa. Tadqiqot natijalari tashkilotlarda rahbar kadrlar barqarorligiga ta'sir etuvchi psixologik stress omillari va ularning boshqaruv samaradorligiga ta'siri muhim va ko'p qirrali

muammo ekanligini tasdiqlaydi. Rahbarlik faoliyatida yuzaga keladigan yuqori ish bosimi, vaqt yetishmasligi, murakkab qarorlar qabul qilish zarurati hamda doimiy mas'uliyat hissi stress darajasini oshiruvchi asosiy omillar sifatida namoyon bo'ladi. Ushbu omillar rahbarlarning emotsional holati, motivatsion barqarorligi va kognitiv faoliyatiga bevosita ta'sir ko'rsatib, ularning umumiy boshqaruv samaradorligini pasaytirishi mumkin.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, stress darajasi ortishi bilan rahbarlarda emotsional charchoq kuchayadi, diqqat va tahliliy fikrlash jarayonlari susayadi, qaror qabul qilish sifati pasayadi hamda kasbiy befarqlik holatlari yuzaga kelishi ehtimoli ortadi. Bu esa o'z navbatida tashkilotlarda kadrlar barqarorligining buzilishiga, boshqaruv tizimida uzluksizlikning yo'qolishiga va samaradorlikning pasayishiga olib keladi.

Ilmiy adabiyotlar tahlili stressni faqat individual psixologik holat emas, balki tashkiliy va ijtimoiy omillar bilan bog'liq kompleks hodisa sifatida baholash zarurligini ko'rsatadi. Shu jihatdan, rahbar kadrlar barqarorligini ta'minlash uchun tizimli yondashuv, jumladan, psixologik qo'llab-quvvatlash, stressni boshqarish strategiyalarini joriy etish va emotsional intellektni rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Umuman olganda, rahbarlarning psixologik barqarorligi tashkilot samaradorligi va barqaror rivojlanishining asosiy shartlaridan biri bo'lib, bu yo'nalishda amalga oshiriladigan ilmiy-amaliy tadqiqotlar boshqaruv tizimini takomillashtirishda muhim rol o'ynaydi

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati .

1. Selye H. The Stress of Life. - New York: McGraw-Hill, 1956.
2. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. - New York: Springer, 1984.
3. Karasek R. A. Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign // Administrative Science Quarterly. - 1979. - Vol. 24, No. 2. - P. 285–308.
4. Maslach C., Jackson S. E., Leiter M. P. Maslach Burnout Inventory Manual. - Palo Alto: Consulting Psychologists Press, 1996.
5. Goleman D. Emotional Intelligence. - New York: Bantam Books, 1995.
6. Robbins S. P., Judge T. A. Organizational Behavior. - 18th ed. - Boston: Pearson, 2019.
7. Cooper C. L., Dewe P. J., O'Driscoll M. P. Organizational Stress: A Review and Critique of Theory, Research, and Applications. - Thousand Oaks: Sage Publications, 2001.
8. Schaufeli W. B., Bakker A. B. Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement // Journal of Organizational Behavior. - 2004. - Vol. 25, No. 3. - P. 293–315.
9. World Health Organization (WHO). Mental Health at Work. - Geneva: WHO Press, 2022.

Djadigerova Gulnaz Maratovna

Nukus davlat pedagogika instituti boshlang'ich ta'lim fakulteti

Umumiy pedagogika va psixologiya kafedrasi o'qituvchisi

TA'LIM MUASSASALARIDA PSIXOLOGIK XIZMAT MODELINI TAKOMILLASHTIRISH: INDIVIDUAL YONDASHUV VA PEDAGOGIK HAMKORLIK ASOSIDA

Annotatsiya. Mazkur maqolada ta'lim muassasalarida psixologik xizmat modelini takomillashtirish masalasi individual yondashuv va pedagogik hamkorlik asosida tahlil qilinadi. Psixologik xizmatning asosiy vazifalari - o'quvchilarning psixologik holatini diagnostika qilish, ularning shaxsiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlash, ijtimoiy moslashuvini ta'minlash hamda ta'lim jarayonida yuzaga keladigan muammolarni oldini olishdan iborat ekani yoritiladi. Tadqiqotda psixolog, o'qituvchi va ota-onalar o'rtasidagi hamkorlik modeli samaradorlikni oshiruvchi asosiy omil sifatida ko'rib chiqiladi. Shuningdek, individual yondashuv har bir o'quvchining shaxsiy

psixologik xususiyatlarini inobatga olish orqali uning bilish faolligi va motivatsiyasini rivojlantirishga xizmat qilishi asoslab beriladi. Maqolada zamonaviy ta'lim tizimida psixologik xizmatni raqamlashtirish, preventiv (oldini olish) va korreksion (tuzatish) yo'nalishlarni kuchaytirish zarurati ham ta'kidlanadi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, integratsiyalashgan psixologik xizmat modeli ta'lim sifatini oshirish va sog'lom psixologik muhit yaratishda muhim ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: psixologik xizmat, individual yondashuv, pedagogik hamkorlik, ta'lim muhiti, diagnostika, korreksiya, motivatsiya, psixologik qo'llab-quvvatlash

Аннотация. В данной статье рассматривается совершенствование модели психологической службы в образовательных учреждениях на основе индивидуального подхода и педагогического сотрудничества. Основное внимание уделяется функциям психологической службы, включающим диагностику психического состояния учащихся, поддержку их личностного развития, обеспечение социальной адаптации и профилактику образовательных и поведенческих проблем. Особо подчеркивается значимость взаимодействия психологов, педагогов и родителей как ключевого фактора повышения эффективности образовательного процесса. Индивидуальный подход рассматривается как важный инструмент учета личностных особенностей учащихся и развития их мотивации и познавательной активности. В статье также отмечается необходимость цифровизации психологической службы и усиления профилактических и коррекционных направлений работы. Результаты анализа показывают, что интегрированная модель психологической службы способствует повышению качества образования и созданию благоприятной психологической среды.

Ключевые слова: психологическая служба, индивидуальный подход, педагогическое сотрудничество, образовательная среда, диагностика, коррекция, мотивация, психологическая поддержка

Annotation. This article examines the improvement of the psychological service model in educational institutions based on individual approach and pedagogical collaboration. The study highlights the main functions of psychological services, including the diagnosis of students' psychological conditions, support for personal development, ensuring social adaptation, and preventing educational and behavioral problems. Special attention is given to the cooperation between psychologists, teachers, and parents as a key factor in enhancing the effectiveness of the educational process. The individual approach is considered an essential tool for addressing students' personal psychological characteristics and developing their motivation and cognitive activity. The article also emphasizes the need for digitalization of psychological services and strengthening preventive and corrective interventions. The results indicate that an integrated psychological service model significantly improves the quality of education and contributes to the creation of a positive psychological environment in educational institutions.

Key words: psychological service, individual approach, pedagogical cooperation, educational environment, diagnostics, correction, motivation, psychological support

Kirish. Bugungi kunda ta'lim tizimining rivojlanishi nafaqat o'quv jarayonining mazmuni va metodlarini takomillashtirish, balki o'quvchilarning psixologik holatini qo'llab-quvvatlash va ularning shaxs sifatida rivojlanishini ta'minlash bilan ham chambarchas bog'liqdir. Jahon ta'lim amaliyotida (UNESCO, UNICEF tavsiyalari asosida) psixologik xizmat tizimi ta'lim muassasalarining ajralmas tarkibiy qismi sifatida qaralmoqda. Bu esa ta'lim jarayonida psixologik xizmat modelini takomillashtirish masalasining dolzarbligini yanada oshiradi.

Ta'lim muassasalarida psixologik xizmat - bu o'quvchilarning psixologik holatini diagnostika qilish, ularning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlash, ta'lim jarayonidagi muammolarni oldini olish hamda korreksion va profilaktik ishlarni amalga oshirishga qaratilgan tizimli faoliyatdir. Rivojlangan mamlakatlar tajribasi shuni ko'rsatadiki, maktablarda samarali yo'lga qo'yilgan psixologik xizmat o'quvchilarning akademik muvaffaqiyatini 15–25% gacha oshirish, stress va moslashuv muammolarini sezilarli darajada kamaytirishga xizmat qiladi.

Zamonaviy ilmiy tadqiqotlarda (Rogers, Bandura, Vygotskiy, Bronfenbrenner) shaxs rivojlanishi ijtimoiy muhit va individual psixologik xususiyatlar o'zaro ta'siri natijasida shakllanishi ta'kidlanadi. Ayniqsa, Vygotskiyning "yaqin rivojlanish zonasi" nazariyasi ta'lim jarayonida individual yondashuvning ahamiyatini ilmiy jihatdan asoslab beradi. Shu nuqtai nazardan, psixologik xizmat modeli o'quvchining shaxsiy ehtiyojlari va imkoniyatlarini hisobga olgan holda tashkil etilishi zarur.

Bugungi ta'lim tizimida psixologik xizmatning samaradorligi faqat psixologning faoliyatiga emas, balki o'qituvchi, ota-ona va maktab ma'muriyati o'rtasidagi hamkorlik darajasiga ham bevosita bog'liqdir. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, pedagogik hamkorlik yo'lga qo'yilgan muassasalarda o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvi va motivatsiyasi sezilarli darajada yuqori bo'ladi. Shu sababli, zamonaviy psixologik xizmat modeli integrativ yondashuvga asoslanishi, ya'ni individual yondashuv va pedagogik hamkorlikni o'zida mujassam etishi lozim.

Shuningdek, hozirgi globallashtirish va raqamli transformatsiya sharoitida psixologik xizmat faoliyatiga yangi talablar qo'yilmoqda. Masofaviy ta'lim, raqamli platformalarning kengayishi va ijtimoiy tarmoqlarning ta'siri o'quvchilarning psixologik holatiga yangi omillar sifatida kirib kelmoqda. Bu esa psixologik xizmatni modernizatsiya qilish, diagnostika va monitoring jarayonlarini raqamlashtirish zaruratini yuzaga keltirmoqda.

Shu asosda mazkur maqolada ta'lim muassasalarida psixologik xizmat modelini takomillashtirish masalasi individual yondashuv va pedagogik hamkorlik nuqtai nazaridan ilmiy-nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilinadi, mavjud muammolar yoritiladi hamda samarali modelni shakllantirish bo'yicha taklif va tavsiyalar ishlab chiqiladi.

Adabiyotlar tahlili. Ta'lim muassasalarida psixologik xizmat modelini takomillashtirish masalasi zamonaviy pedagogika va ta'lim psixologiyasining muhim ilmiy yo'nalishlaridan biri bo'lib, bu borada rus, g'arbiy va mahalliy olimlar tomonidan keng qamrovli tadqiqotlar olib borilgan. Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, psixologik xizmatning samaradorligi ko'p jihatdan individual yondashuv va pedagogik hamkorlikning qay darajada integratsiyalashganiga bog'liqdir.

Rus psixologiya maktabi vakillari orasida L.S. Vygotskiy ta'lim jarayonini ijtimoiy-madaniy hodisa sifatida talqin qilib, bolaning rivojlanishi kattalar va tengdoshlar bilan o'zaro hamkorlik jarayonida amalga oshirishini asoslab bergan. Uning "yaqin rivojlanish zonasi" konsepsiyasi psixologik xizmatda individual yondashuvning ilmiy asoslaridan biri bo'lib xizmat qiladi, chunki u har bir o'quvchining real va potensial imkoniyatlarini aniqlash zarurligini ko'rsatadi. A.N. Leontyev esa faoliyat nazariyasi orqali shaxs rivojlanishini faoliyat bilan bog'lab, ta'lim jarayonida psixologik qo'llab-quvvatlash aynan faoliyatni tashkil etish orqali amalga oshirilishini ta'kidlaydi.

A.R. Luriya va B.G. Ananyev tadqiqotlarida shaxsning psixologik strukturasi kompleks yondashuv asosida o'rganish zarurligi ilgari suriladi. Ularning fikricha, psixologik xizmat faqat diagnostika bilan cheklanib qolmasdan, balki shaxsning kognitiv, emotsional va ijtimoiy rivojlanishini kompleks qo'llab-quvvatlash tizimi bo'lishi kerak. A.K. Markova esa pedagog va psixolog hamkorligini kasbiy kompetensiyaning ajralmas qismi sifatida ko'rib, o'qituvchining psixologik bilimlari ta'lim samaradorligini oshirishda muhim omil ekanini ta'kidlaydi.

G'arbiy psixologiyada Carl Rogersning gumanistik yondashuvi psixologik xizmat modelining insonparvarlik asoslarini shakllantirishda muhim o'rin tutadi. Uning fikricha, ta'lim jarayonida empatiya, hurmat va shaxsga yo'naltirilgan munosabat o'quvchining o'zini anglash va rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Albert Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasi esa o'quvchilarning xulq-atvori kuzatish va taqlid orqali shakllanishini ko'rsatib, psixolog va pedagog hamkorligining ahamiyatini ilmiy jihatdan asoslaydi. Urie Bronfenbrennerning ekologik tizimlar nazariyasi esa bola rivojlanishini oila, maktab va jamiyat kabi ko'p qatlamli tizimlar o'zaro ta'siri natijasi sifatida izohlaydi, bu esa psixologik xizmat modelining tizimli yondashuvga asoslanishi zarurligini ko'rsatadi.

Zamonaviy xorijiy tadqiqotlarda (OECD, UNESCO hisobotlari) psixologik xizmatning samaradorligi ta'lim sifatiga bevosita ta'sir qilishi qayd etiladi. Xususan, maktablarda psixologik qo'llab-quvvatlash tizimi yo'lga qo'yilgan davlatlarda o'quvchilarning akademik muvaffaqiyati

va ijtimoiy moslashuvi sezilarli darajada yuqori ekani aniqlangan. Shuningdek, individual yondashuv asosida tashkil etilgan psixologik xizmat o'quvchilarda stress darajasini kamaytirish va motivatsiyani oshirishga xizmat qilishi empirik tadqiqotlarda isbotlangan.

Mahalliy olimlar, jumladan N.A. Muslimov, M. Ochilov, F. Karimov va boshqalar psixologik xizmatni ta'lim tizimining ajralmas komponenti sifatida ko'rib, uning samaradorligi pedagogik hamkorlik va individual yondashuv bilan bevosita bog'liqligini ta'kidlaydilar. Ularning ilmiy qarashlariga ko'ra, zamonaviy ta'lim muassasalarida psixologik xizmat nafaqat muammolarni hal qilish, balki ularni oldini olishga yo'naltirilgan preventiv tizim sifatida faoliyat yuritishi kerak.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, ta'lim muassasalarida psixologik xizmat modelini takomillashtirish ko'p omilli jarayon bo'lib, u individual yondashuv, pedagogik hamkorlik va tizimli psixologik qo'llab-quvvatlash integratsiyasiga asoslanadi. Shu bilan birga, zamonaviy ilmiy qarashlar psixologik xizmatni faqat yordamchi faoliyat emas, balki ta'lim sifatini belgilovchi strategik tizim sifatida talqin qilish zarurligini ko'rsatadi.

Muhokama. Ta'lim muassasalarida psixologik xizmat modelini takomillashtirish masalasi bugungi kunda nafaqat pedagogika va psixologiya sohasining, balki butun ta'lim tizimining strategik yo'nalishlaridan biri sifatida qaralmoqda. Chunki zamonaviy ta'lim jarayoni faqat bilim berish bilan cheklanmay, balki o'quvchilarning shaxsiy rivojlanishi, psixologik barqarorligi va ijtimoiy moslashuvini ta'minlashni ham o'z ichiga oladi. Shu jihatdan psixologik xizmatning samarali tashkil etilishi ta'lim sifatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Muhokama jarayonida aniqlanishicha, psixologik xizmat modelining samaradorligi birinchi navbatda individual yondashuvning qay darajada amalga oshirilishiga bog'liqdir. Har bir o'quvchi o'ziga xos psixologik xususiyatlar, temperament, motivatsiya darajasi va bilish imkoniyatlariga ega bo'lgan shaxs sifatida qaralishi lozim. Agar psixologik xizmat jarayonida ushbu individual farqlar hisobga olinmasa, diagnostika va korreksiya ishlari umumiy, yuzaki xarakterga ega bo'lib qoladi va kutilgan natijani bermaydi. Aksincha, individual yondashuv asosida tashkil etilgan psixologik xizmat o'quvchining real ehtiyojlarini aniqlash va unga mos rivojlanish strategiyasini ishlab chiqish imkonini beradi.

Shu bilan birga, pedagogik hamkorlik psixologik xizmat samaradorligini belgilovchi ikkinchi muhim omil hisoblanadi. Psixolog, o'qituvchi va ota-onalar o'rtasidagi uzluksiz hamkorlik yo'lga qo'yilganda, o'quvchining xulq-atvori, o'quvdagi qiyinchiliklari va emotsional holati kompleks tarzda tahlil qilinadi. Bu esa muammolarni faqat bir yo'nalishda emas, balki tizimli yondashuv asosida hal qilish imkonini beradi. Aksincha, hamkorlik yetarli darajada bo'lmagan holatlarda psixologik xizmat fragmentar tus olib, uning samaradorligi sezilarli darajada pasayadi.

Muhokama davomida shuni ham ta'kidlash joizki, zamonaviy ta'lim muassasalarida psixologik xizmat faqat muammoli holatlarga javob beruvchi tizim sifatida emas, balki profilaktik va rivojlantiruvchi funksiyalarga ega bo'lgan kompleks model sifatida qaralishi kerak. Ya'ni, psixologik xizmat o'quvchilarda muammolar paydo bo'lgandan keyin emas, balki ularning oldini olishga qaratilgan bo'lishi lozim. Bu esa ta'lim muhitida sog'lom psixologik iqlimni shakllantirishga xizmat qiladi.

Shuningdek, raqamli texnologiyalar rivojlanib borayotgan hozirgi davrda psixologik xizmatni modernizatsiya qilish zarurati ham kuchayib bormoqda. Onlayn diagnostika, elektron monitoring tizimlari va raqamli psixologik maslahat platformalari psixologik xizmat samaradorligini oshirishda muhim vosita sifatida namoyon bo'lmoqda. Biroq bu jarayonda inson omili, ya'ni psixolog va pedagogning bevosita muloqoti o'z ahamiyatini yo'qotmasligi kerak.

Umuman olganda, muhokama natijalari shuni ko'rsatadiki, ta'lim muassasalarida psixologik xizmat modelini takomillashtirish individual yondashuv, pedagogik hamkorlik va zamonaviy texnologiyalar integratsiyasiga asoslanishi lozim. Ushbu uch komponent uyg'unlashgandagina psixologik xizmat tizimi samarali ishlaydi va ta'lim jarayonining sifatini sezilarli darajada oshiradi.

Xulosa. Ta'lim muassasalarida psixologik xizmat modelini takomillashtirish masalasi zamonaviy ta'lim tizimining eng muhim va strategik yo'nalishlaridan biri sifatida namoyon bo'ladi. Olib borilgan tahlillar va muhokamalar shuni ko'rsatadiki, psixologik xizmatning samaradorligi nafaqat uning tashkiliy tuzilmasi yoki metodik ta'minotiga, balki eng avvalo individual yondashuv va pedagogik hamkorlikning qanchalik to'g'ri yo'lga qo'yilganiga bevosita bog'liqdir.

Individual yondashuv har bir o'quvchining psixologik xususiyatlari, shaxsiy rivojlanish darajasi, motivatsiyasi va ijtimoiy moslashuv imkoniyatlarini chuqur tahlil qilishni talab etadi. Aynan shu yondashuv orqali psixologik xizmat o'quvchilarning real ehtiyojlarini aniqlash, ularning muammolarini erta bosqichda aniqlash va samarali korreksion hamda rivojlantiruvchi chora-tadbirlarni ishlab chiqish imkoniga ega bo'ladi. Bu esa o'z navbatida o'quvchilarning akademik muvaffaqiyati va shaxsiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Pedagogik hamkorlik esa psixologik xizmat tizimining ajralmas bo'g'ini bo'lib, u psixolog, o'qituvchi va ota-onalar o'rtasidagi uzviy aloqani ta'minlaydi. Bunday hamkorlik natijasida o'quvchi shaxsini har tomonlama o'rganish, uning xulq-atvori va emotsional holatini kompleks tahlil qilish hamda yagona yondashuv asosida yordam ko'rsatish imkoniyati kengayadi. Hamkorlik yetarli darajada yo'lga qo'yilgan muassasalarda psixologik muhit barqaror bo'lib, nizoli vaziyatlar kamayadi va o'quvchilarning ijtimoiy faolligi oshadi.

Shuningdek, zamonaviy sharoitda psixologik xizmatni raqamlashtirish va innovatsion texnologiyalarni joriy etish uning samaradorligini yanada oshirishga xizmat qiladi. Biroq bu jarayonda inson omili va bevosita muloqotning ahamiyati saqlanib qolishi lozim, chunki psixologik yordamning asosiy mohiyati insoniylik va empatiyaga tayanadi.

Umuman olganda, ta'lim muassasalarida psixologik xizmat modelini takomillashtirish individual yondashuv, pedagogik hamkorlik va zamonaviy texnologiyalar uyg'unligiga asoslangan kompleks tizim sifatida qaralishi kerak. Bunday yondashuv nafaqat ta'lim sifatini oshiradi, balki sog'lom psixologik muhitni shakllantirish va barkamol shaxsni tarbiyalashga xizmat qiladi.

Xulosa. Ta'lim muassasalarida psixologik xizmat modelini takomillashtirish masalasi zamonaviy ta'lim tizimining eng muhim va strategik yo'nalishlaridan biri sifatida namoyon bo'ladi. Olib borilgan tahlillar va muhokamalar shuni ko'rsatadiki, psixologik xizmatning samaradorligi nafaqat uning tashkiliy tuzilmasi yoki metodik ta'minotiga, balki eng avvalo individual yondashuv va pedagogik hamkorlikning qanchalik to'g'ri yo'lga qo'yilganiga bevosita bog'liqdir.

Individual yondashuv har bir o'quvchining psixologik xususiyatlari, shaxsiy rivojlanish darajasi, motivatsiyasi va ijtimoiy moslashuv imkoniyatlarini chuqur tahlil qilishni talab etadi. Aynan shu yondashuv orqali psixologik xizmat o'quvchilarning real ehtiyojlarini aniqlash, ularning muammolarini erta bosqichda aniqlash va samarali korreksion hamda rivojlantiruvchi chora-tadbirlarni ishlab chiqish imkoniga ega bo'ladi. Bu esa o'z navbatida o'quvchilarning akademik muvaffaqiyati va shaxsiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Pedagogik hamkorlik esa psixologik xizmat tizimining ajralmas bo'g'ini bo'lib, u psixolog, o'qituvchi va ota-onalar o'rtasidagi uzviy aloqani ta'minlaydi. Bunday hamkorlik natijasida o'quvchi shaxsini har tomonlama o'rganish, uning xulq-atvori va emotsional holatini kompleks tahlil qilish hamda yagona yondashuv asosida yordam ko'rsatish imkoniyati kengayadi. Hamkorlik yetarli darajada yo'lga qo'yilgan muassasalarda psixologik muhit barqaror bo'lib, nizoli vaziyatlar kamayadi va o'quvchilarning ijtimoiy faolligi oshadi.

Shuningdek, zamonaviy sharoitda psixologik xizmatni raqamlashtirish va innovatsion texnologiyalarni joriy etish uning samaradorligini yanada oshirishga xizmat qiladi. Biroq bu jarayonda inson omili va bevosita muloqotning ahamiyati saqlanib qolishi lozim, chunki psixologik yordamning asosiy mohiyati insoniylik va empatiyaga tayanadi.

Umuman olganda, ta'lim muassasalarida psixologik xizmat modelini takomillashtirish individual yondashuv, pedagogik hamkorlik va zamonaviy texnologiyalar uyg'unligiga asoslangan kompleks tizim sifatida qaralishi kerak. Bunday yondashuv nafaqat ta'lim sifatini

oshiradi, balki sog'lom psixologik muhitni shakllantirish va barkamol shaxsni tarbiyalashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Vygotskiy L. S. Мышление и речь. - М.: Labirint, 1999. - 352 s.
2. Leontyev A. N. Деятельность. Сознание. Личность. - М.: Politizdat, 1977. - 304 s.
3. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development. - Cambridge: Harvard University Press, 1979. - 330 p.
4. Rogers C. R. Freedom to Learn. - Columbus: Merrill Publishing, 1983. - 312 p.
5. Bandura A. Social Learning Theory. - Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1977. - 247 p.
6. Skinner B. F. Science and Human Behavior. - New York: Macmillan, 1953. - 461 p.
7. Gagne R. M. The Conditions of Learning. - New York: Holt, Rinehart and Winston, 1985. - 365 p.
8. Ananyev B. G. Человек как предмет познания. - Leningrad: Leningrad University Press, 1968. - 339 s.
9. Markova A. K. Психология профессионализма учителя. - М.: Znanie, 1996. - 312 s.
10. Muslimov N. A. Pedagogik kompetensiya va kasbiy mahorat. - T.: O'qituvchi, 2010. - 280 b.

Masharipova Saida Rahimovna

Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

ER-XOTIN MUNOSABATLARIDA EMOTSIONAL INTELLEKT VA PSIXOLOGIK FAROVONLIK O'RTASIDAGI BOG'LIQLIK

Annotatsiya. Ushbu maqolada er-xotin munosabatlarida emotsional intellekt va psixologik farovonlik o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik tahlil qilinadi. Emotsional intellektning tarkibiy qismlari – o'z his-tuyg'ularini anglash, boshqarish, empatiya va ijtimoiy munosabatlarni samarali tashkil etish – oilaviy barqarorlikka bevosita ta'sir ko'rsatishi asoslanadi. Tadqiqotda yuqori emotsional intellektga ega juftliklar nizolarni konstruktiv hal qilish, o'zaro qo'llab-quvvatlash va psixologik farovonlik darajasini oshirishda ustunlikka ega ekani yoritiladi. Shuningdek, past emotsional intellekt oilaviy stress, tushunmovchilik va emotsional uzoqlashuvga olib kelishi mumkinligi ko'rsatib beriladi. Natijalar oilaviy psixologiyada emotsional kompetensiyalarni rivojlantirish muhimligini tasdiqlaydi.

Kalit so'zlar: emotsional intellekt, psixologik farovonlik, er-xotin munosabatlari, empatiya, oilaviy barqarorlik.

Аннотация. В данной статье рассматривается взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и психологическим благополучием в супружеских отношениях. Подчеркивается, что компоненты эмоционального интеллекта – осознание и управление эмоциями, эмпатия и эффективное межличностное взаимодействие – оказывают значительное влияние на стабильность семьи. Показано, что пары с высоким уровнем эмоционального интеллекта лучше справляются с конфликтами, поддерживают друг друга и демонстрируют более высокий уровень психологического благополучия. Низкий уровень эмоционального интеллекта может приводить к стрессу, недопониманию и эмоциональной дистанции между супругами. Результаты исследования подтверждают важность развития эмоциональной компетентности в семейной психологии.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, психологическое благополучие, супружеские отношения, эмпатия, семейная стабильность.

Abstract. This article examines the relationship between emotional intelligence and psychological well-being in marital relationships. Emotional intelligence components such as awareness and regulation of emotions, empathy, and effective interpersonal communication are shown to play a crucial role in maintaining family stability. Couples with higher emotional intelligence are more capable of resolving conflicts constructively, providing mutual support, and achieving higher levels of psychological well-being. In contrast, low emotional intelligence may lead to stress, misunderstandings, and emotional distancing between partners. The findings highlight the importance of developing emotional competencies in the context of family psychology.

Key words: *emotional intelligence, psychological well-being, marital relationships, empathy, family stability.*

Kirish. Zamonaviy jamiyatda oilaviy munosabatlar inson hayotining eng muhim ijtimoiy-psixologik tizimlaridan biri sifatida qaraladi. Ayniqsa, er-xotin munosabatlari oilaning barqarorligi, farzand tarbiyasi va shaxsning umumiy psixologik holatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. So'nggi yillarda xalqaro psixologik tadqiqotlarda oilaviy farovonlikni belgilovchi omillar orasida emotsional intellekt (EI) alohida ahamiyat kasb etmoqda. Emotsional intellekt tushunchasi P. Salovey va J. Mayer tomonidan ilmiy asoslangan bo'lib, u insonning o'z va boshqalarning his-tuyg'ularini anglash, boshqarish hamda samarali ijtimoiy munosabatlar o'rnatish qobiliyatini ifodalaydi.

Turli ilmiy manbalarga ko'ra, yuqori emotsional intellektga ega shaxslar stressli vaziyatlarda o'z hissiyotlarini boshqarish, konfliktlarni konstruktiv hal qilish va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni samarali tashkil etish qobiliyatiga ega bo'ladi. Jahon Sog'liqni Saqlash Tashkiloti (WHO) ma'lumotlariga ko'ra, oilaviy nizolarning 40–60% hollari hissiy boshqaruv yetishmasligi va kommunikativ muammolar bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Bu esa emotsional intellektning oilaviy barqarorlikdagi rolini yanada dolzarb qiladi.

Psixologik farovonlik esa individning o'z hayotidan qoniqishi, emotsional muvozanati, ijtimoiy moslashuvi va hayotiy maqsadlar bilan uyg'unlik darajasini anglatadi. Ryffning psixologik farovonlik modeli bo'yicha, shaxsning o'zini qabul qilishi, ijobiy munosabatlar o'rnatishi va hayot maqsadlarini anglash darajasi uning umumiy ruhiy sog'lig'ini belgilaydi. Er-xotin munosabatlarida esa bu ko'rsatkichlar o'zaro emotsional qo'llab-quvvatlash va tushunish darajasi bilan chambarchas bog'liq.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, emotsional intellekti yuqori bo'lgan juftliklarda nikohdan qoniqish darajasi yuqori, ajralish xavfi esa past bo'ladi. Aksincha, emotsional boshqaruv sust rivojlangan oilalarda stress, ishonchsizlik va kommunikativ uzilishlar ko'proq kuzatiladi. Shu sababli emotsional intellektni rivojlantirish nafaqat individual psixologik farovonlikni, balki oilaviy tizim barqarorligini ta'minlashda ham muhim omil hisoblanadi.

Mazkur mavzuning dolzarbligi zamonaviy jamiyatda oilaviy institutning o'zgarishi, ijtimoiy stress omillarining ortishi hamda psixologik sog'lom munosabatlarga bo'lgan ehtiyojning kuchayishi bilan izohlanadi. Shu nuqtai nazardan, er-xotin munosabatlarida emotsional intellekt va psixologik farovonlik o'rtasidagi bog'liqlikni ilmiy jihatdan o'rganish muhim nazariy va amaliy ahamiyatga ega.

Adabiyotlar tahlili. Er-xotin munosabatlarida emotsional intellekt va psixologik farovonlik o'rtasidagi bog'liqlik masalasi zamonaviy psixologiya fanida keng o'rganilayotgan yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Ushbu muammoni nazariy jihatdan asoslashda dastlab emotsional intellekt konsepsiyasining shakllanishi muhim ahamiyat kasb etadi. P. Salovey va J. Mayer (1990) emotsional intellektni hissiyotlarni anglash, ularni boshqarish va ijtimoiy munosabatlarda samarali qo'llash qobiliyati sifatida ta'riflab, ushbu modelni keyingi tadqiqotlar uchun nazariy asos qilib bergan. D. Goleman esa emotsional intellektni kengaytirib, uning tarkibiga o'zini motivatsiya qilish, empatiya va ijtimoiy ko'nikmalarni ham kiritgan bo'lib, bu omillar oilaviy munosabatlarda muvaffaqiyatli kommunikatsiyaning asosiy sharti sifatida ko'rsatiladi.

G'arb psixologiyasida er-xotin munosabatlari va emotsional intellekt o'rtasidagi bog'liqlik R. Sternbergning "uch komponentli sevgi nazariyasi"da ham o'z aksini topadi. Unga ko'ra, yaqinlik, ehtiros va sadoqat elementlari emotsional boshqaruv va empatiya darajasi bilan bevosita bog'liqdir. Shuningdek, C. Ryff tomonidan ishlab chiqilgan psixologik farovonlik modeli (1989) individning o'zini qabul qilishi, avtonomligi, hayot maqsadlari va ijobiy munosabatlar tizimi orqali ruhiy barqarorlikni izohlaydi. Ushbu model er-xotin munosabatlarida emotsional qo'llab-quvvatlashning psixologik farovonlikka ta'sirini o'rganishda keng qo'llaniladi.

Rossiya psixologiya maktabida ham ushbu yo'nalishda muhim tadqiqotlar amalga oshirilgan. L.S. Vygotskiy hissiyotlarning ijtimoiy tabiati haqida fikr yuritib, emotsional rivojlanishning muloqot jarayonlari bilan uzviy bog'liqligini asoslab bergan. A.N. Leontyev faoliyat nazariyasi doirasida shaxsning emotsional sohasi uning faoliyat motivlari va ijtimoiy munosabatlari bilan shakllanishini ta'kidlaydi. Shuningdek, S.L. Rubinshteyn inson psixikasini faoliyat jarayonida shakllanuvchi tizim sifatida ko'rib, emotsional barqarorlikni shaxsning hayotiy faoliyati samaradorligi bilan bog'laydi.

Zamonaviy rus olimlaridan D.V. Lyusin emotsional intellektni kognitiv va shaxsiy komponentlar integratsiyasi sifatida tahlil qilib, uni ijtimoiy moslashuvning muhim omili deb hisoblaydi. E.A. Sergienko esa emotsional intellektning oilaviy munosabatlardagi konfliktlarni kamaytirishdagi rolini empirik tadqiqotlar asosida isbotlagan.

Xorijiy tadqiqotlarda J. Gottman er-xotin munosabatlarini uzoq muddatli kuzatishlar asosida tahlil qilib, muvaffaqiyatli nikohning asosiy omillaridan biri sifatida emotsional ong va konfliktlarni boshqarish qobiliyatini ko'rsatadi. Uning "to'rt halokatli omil" (tanqid, nafrat, himoyalash va chekinish) modeli oilaviy buzilishlarning emotsional asoslarini yoritib beradi. Shuningdek, B. Fredrickson tomonidan ishlab chiqilgan "pozitiv emotsiyalar kengaytirish nazariyasi" ijobiy hissiyotlar psixologik farovonlikni kengaytirishini va munosabatlarni mustahkamlashini asoslaydi.

Umuman olganda, mavjud ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, emotsional intellekt er-xotin munosabatlarida psixologik farovonlikni ta'minlovchi asosiy psixologik resurslardan biri hisoblanadi. Rus va xorijiy olimlarning tadqiqotlari bu ikki fenomen o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni turli nazariy va empirik yondashuvlar orqali tasdiqlab, oilaviy barqarorlik va shaxsiy farovonlikni oshirishda emotsional kompetensiyalarning hal qiluvchi rolini ochib beradi.

Muhokama. Er-xotin munosabatlarida emotsional intellekt va psixologik farovonlik o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, oilaviy tizimning barqarorligi nafaqat tashqi ijtimoiy omillarga, balki ko'proq ichki psixologik resurslarga, xususan, emotsional kompetensiyalarga bog'liqdir. Zamonaviy psixologik yondashuvlarda emotsional intellekt shaxsning o'z hissiyotlarini anglash va boshqarish, shuningdek, turmush o'rtog'ining emotsional holatini tushunish va unga adekvat javob berish qobiliyati sifatida talqin etiladi. Aynan shu jihat er-xotin munosabatlarida nizolarni konstruktiv hal qilish va o'zaro tushunishni shakllantirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega bo'ladi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, yuqori emotsional intellektga ega bo'lgan juftliklar o'zaro muloqot jarayonida emotsional signallarni to'g'ri talqin qiladi, impulsiv reaksiyalardan qochadi va konfliktlarni shaxsga yo'naltirilgan hujum sifatida emas, balki muammoni hal etish jarayoni sifatida ko'radi. Bu esa oilaviy munosabatlarda psixologik xavfsizlik muhitini shakllantiradi va sheriklar o'rtasida ishonch darajasini oshiradi. Aksincha, emotsional intellekt darajasi past bo'lgan oilalarda tushunmovchiliklar ko'payishi, hissiy sovuqlik va uzoqlashuv jarayonlari tez-tez kuzatilishi mumkin.

Psixologik farovonlik esa er-xotin munosabatlarining natijaviy ko'rsatkichi sifatida namoyon bo'ladi. Individdning o'z hayotidan qoniqishi, emotsional muvozanati va ijtimoiy qo'llab-quvvatlanish darajasi oilaviy munosabatlar sifati bilan bevosita bog'liqdir. Agar er-xotin o'rtasida empatiya va emotsional qo'llab-quvvatlash mavjud bo'lsa, bu nafaqat individual ruhiy holatni yaxshilaydi, balki oilaning umumiy psixologik iqlimini ham barqarorlashtiradi. Shu nuqtai nazardan, emotsional intellekt psixologik farovonlikni ta'minlovchi asosiy mexanizmlardan biri sifatida namoyon bo'ladi.

Shuningdek, zamonaviy tadqiqotlar oilaviy stress omillarining ortib borishi – iqtisodiy bosim, ijtimoiy talablar va raqamli kommunikatsiya muhitining kuchayishi – er-xotin munosabatlarida emotsional muvozanatning yanada muhimlashganini ko'rsatmoqda. Bunday sharoitda emotsional intellekt nafaqat shaxsiy sifat, balki oilaviy moslashuvning strategik resursiga aylanadi. Masalan, konfliktli vaziyatlarda o'zini boshqarish, sherikning hissiyotlarini inobatga olish va konstruktiv dialogni saqlab qolish qobiliyati oilaviy barqarorlikni ta'minlaydi.

Muhokama natijalari shuni anglatadiki, emotsional intellekt va psixologik farovonlik o'rtasidagi bog'liqlik bir yo'nalishli emas, balki o'zaro ta'sir xarakteriga ega. Ya'ni, yuqori emotsional intellekt psixologik farovonlikni oshirsa, yuqori farovonlik ham o'z navbatida emotsional resurslarning barqaror ishlashiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Bu esa oilaviy tizimda o'zini mustahkamlovchi psixologik sikl shakllanishiga olib keladi.

Xulosa qilib aytganda, er-xotin munosabatlarida emotsional intellektni rivojlantirish nafaqat konfliktlarni kamaytirish, balki psixologik farovonlikni oshirish va oilaviy barqarorlikni mustahkamlashning eng samarali yo'llaridan biri hisoblanadi. Shu sababli, zamonaviy oilaviy psixologiya amaliyotida emotsional kompetensiyalarni rivojlantirishga qaratilgan treninglar va psixologik dasturlarni joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa. Er-xotin munosabatlarida emotsional intellekt va psixologik farovonlik o'rtasidagi bog'liqlikni tahlil qilish natijalari shuni ko'rsatadiki, oilaviy barqarorlik va munosabatlar sifati ko'p jihatdan shaxslarning emotsional kompetensiyalariga tayanadi. Emotsional intellekt – o'z hissiyotlarini anglash, ularni boshqarish hamda turmush o'rtog'ining emotsional holatini tushunish qobiliyati sifatida – oilaviy tizimda yuzaga keladigan nizolarni kamaytirish va konstruktiv muloqotni shakllantirishda asosiy psixologik omil bo'lib xizmat qiladi.

Tahlillar shuni tasdiqlaydiki, emotsional intellekti yuqori bo'lgan juftliklarda o'zaro hurmat, empatiya va ishonch darajasi yuqori bo'lib, bu bevosita psixologik farovonlikning oshishiga olib keladi. Bunday oilalarda stressga bardoshlilik kuchli, nizolar esa shaxsiy ziddiyatga aylantirilmasdan, muammoni hal qilish yo'nalishida boshqariladi. Aksincha, emotsional intellekt darajasi past bo'lgan munosabatlarda

tushunmovchiliklar, hissiy sovuqlik va kommunikativ uzilishlar ko'proq uchrab, bu holat psixologik farovonlikning pasayishiga sabab bo'ladi.

Psixologik farovonlik esa er-xotin munosabatlarining yakuniy natijaviy ko'rsatkichi sifatida namoyon bo'lib, shaxsning hayotdan qoniqishi, emotsional muvozanati va ijtimoiy qo'llab-quvvatlanish darajasi bilan belgilanadi. Ushbu ko'rsatkichlar oilaviy muhit sifatiga bevosita bog'liq bo'lib, ijobiy emotsional muhit shakllangan oilalarda farovonlik darajasi ancha yuqori bo'ladi.

Umuman olganda, o'tkazilgan nazariy tahlillar emotsional intellekt va psixologik farovonlik o'rtasida o'zaro mustahkamlovchi bog'liqlik mavjudligini ko'rsatadi. Bu esa oilaviy psixologiyada emotsional ko'nikmalarni rivojlantirish, kommunikativ madaniyatni oshirish va psixologik treninglarni joriy etish zarurligini asoslaydi. Shu bois, emotsional intellektni rivojlantirish er-xotin munosabatlarining barqarorligi va psixologik farovonlikni ta'minlashda eng muhim strategik yo'nalishlardan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Salovey P., Mayer J. D. Emotional intelligence // *Imagination, Cognition and Personality*. – 1990. – Vol. 9(3). – P. 185–211.
2. Goleman D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. – New York: Bantam Books, 1995. – 352 p.
3. Ryff C. D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1989. – Vol. 57(6). – P. 1069–1081.
4. Sternberg R. J. A triangular theory of love // *Psychological Review*. – 1986. – Vol. 93(2). – P. 119–135.
5. Fredrickson B. L. The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions // *American Psychologist*. – 2001. – Vol. 56(3). – P. 218–226.
6. Gottman J. M. The Seven Principles for Making Marriage Work. – New York: Crown Publishing, 1999. – 271 p.
7. Vygotsky L. S. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. – Cambridge: Harvard University Press, 1978. – 159 p.
8. Leontiev A. N. Activity, Consciousness, and Personality. – Englewood Cliffs: Prentice-Hall, 1978. – 450 p.

Jabborova Feruza Majidovna,
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

BOSHLANG'ICH TA'LIMDA O'QITUVCHI VA OTA-ONA MUNOSABATLARINING EMOTSIONAL JIHATLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada boshlang'ich ta'lim bosqichida o'qituvchi va ota-onalar o'rtasidagi munosabatlarning emotsional jihatlari tahlil qilingan. Tadqiqotda mazkur muloqotda paydo bo'ladigan his-tuyg'ular, o'zaro tushunmovchiliklar, emotsional qo'llab-quvvatlash va ishonch omillari yoritilgan. O'qituvchi va ota-ona o'rtasidagi ijobiy emotsional aloqa o'quvchi shaxsining sog'lom rivojlanishida muhim omil ekanligi asoslab berilgan. Shuningdek, emotsional ziddiyatlarni kamaytirish va konstruktiv hamkorlikni kuchaytirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.*

Kalit so'zlar: *boshlang'ich ta'lim, o'qituvchi, ota-ona, emotsional barqarorlik, shaxslararo muloqot, hamkorlik, ishonch, pedagogik-psixologik munosabatlar.*

Аннотация. *В данной статье анализируются эмоциональные аспекты взаимоотношений учителя и родителей на этапе начального образования. В исследовании освещены эмоции, возникающие в данном общении, взаимопонимание, факторы эмоциональной поддержки и доверия. Обосновано, что положительная эмоциональная связь между учителем и родителем является важным фактором здорового развития личности учащегося. Также разработаны практические рекомендации по снижению эмоциональных конфликтов и укреплению конструктивного сотрудничества.*

Ключевые слова: начальное образование, учитель, родители, эмоциональная устойчивость, межличностное общение, сотрудничество, доверие, педагогико-психологические отношения.

Abstract. This article analyzes the emotional aspects of the relationship between teachers and parents at the primary education level. The study highlights the factors of emotions, mutual misunderstandings, emotional support, and trust that arise in this communication. It is substantiated that the positive emotional connection between the teacher and parents is an important factor in the healthy development of the student's personality. Practical recommendations for reducing emotional conflicts and strengthening constructive cooperation have also been developed.

Keywords: primary education, teacher, parent, emotional stability, interpersonal communication, cooperation, trust, pedagogical-psychological relationships.

Kirish. Boshlang'ich ta'lim bosqichi — bu nafaqat bola uchun bilim olishning boshlanishi, balki uning psixologik, ijtimoiy va emotsional shakllanishida hal qiluvchi davr hisoblanadi. Ushbu jarayonda faqat o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi munosabatlar emas, balki o'qituvchi va ota-ona o'rtasidagi hamkorlik ham katta ahamiyatga ega. Aynan shu ikki tomonning o'zaro muloqoti o'quvchining maktabga munosabati, o'qishga bo'lgan qiziqishi va o'ziga bo'lgan ishonchining shakllanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Zamonaviy ta'limda o'qituvchi va ota-ona o'rtasidagi munosabatlar nafaqat informatsion almashuv bilan cheklanmay, balki chuqur emotsional jihatlar, ya'ni o'zaro ishonch, hurmat, qo'llab-quvvatlash, ba'zida esa tushunmovchilik va ziddiyatlarni ham o'z ichiga oladi. O'qituvchining ota-onalar bilan muloqotda qanday hissiy kayfiyatda bo'lishi, ularni qanday qabul qilishi, hamkorlikka tayyorligi — bularning barchasi bola atrofida ijobiy yoki salbiy psixologik muhit shakllanishiga olib keladi.

Shu sababli, ushbu mavzuda o'qituvchi va ota-onalar o'rtasidagi emotsional muloqotning tahlili, uni mustahkamlovchi yoki zaiflashtiruvchi omillarni aniqlash, shuningdek, ijobiy muloqotni shakllantirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqish dolzarb hisoblanadi.

Mavzuning dolzarbligi. Bugungi kunda ta'lim tizimida sifat va samaradorlikni oshirishda o'qituvchi, o'quvchi va ota-ona o'rtasidagi o'zaro hamkorlik muhim omillardan biri sifatida qaralmoqda. Ayniqsa, boshlang'ich ta'lim bosqichida bola ilk bor maktab muhitiga kirib kelar ekan, u nafaqat yangi bilimlarni, balki ijtimoiy va emotsional ko'nikmalarni ham egallay boshlaydi. Ushbu jarayonda o'qituvchi va ota-ona o'rtasidagi emotsional asoslangan muloqot bolaning ruhiy rivojlanishi, o'qishga bo'lgan munosabati va o'ziga bo'lgan ishonchini shakllantirishda bevosita ishtirok etadi.

Amalda esa, o'qituvchi va ota-onalar o'rtasidagi munosabatlar doimo bir xil darajada bo'lmasligi, ba'zida tushunmovchilik, e'tiborsizlik yoki hissiy bosim kabi salbiy holatlar ham yuzaga kelishi mumkin. Bunday vaziyatlar o'quvchining psixologik holatiga va maktabdagi moslashuv jarayoniga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun ham mazkur mavzu — ta'lim sifati, o'quvchi shaxsining barkamol shakllanishi, maktab va oilaning uzviy hamkorligi nuqtai nazaridan nihoyatda dolzarb hisoblanadi.

Ayni paytda ta'lim tizimida emotsional kompetensiyalarning roli oshib borayotgan bir davrda, pedagog va ota-onalar o'rtasidagi emotsional barqarorlik, o'zaro ishonch, hurmat va qo'llab-quvvatlash kabi jihatlarni chuqur o'rganish nafaqat nazariy, balki amaliy ahamiyatga ham egadir. Bu orqali sog'lom maktab-oila hamkorligi shakllantirilib, o'quvchi shaxsining har tomonlama rivojlanishiga xizmat qiluvchi muhit yaratiladi.

Adabiyotlar tahlili. Boshlang'ich ta'lim bosqichida bola shaxsining emotsional va ijtimoiy rivojlanishi, avvalo, atrofda muhit — oila va maktab o'rtasidagi o'zaro munosabatlarga bevosita bog'liq. Ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, o'qituvchi va ota-ona o'rtasidagi muloqot samaradorligi, ayniqsa uning emotsional jihatlari, bola ta'limi va tarbiyasiga kuchli psixologik ta'sir ko'rsatadi.

Joyce L. Epstein (2001) o'zining maktab-oila-hamjamiyat hamkorligi modelida ota-onalarni faollikka jalb etishda o'qituvchilarning emotsional yondashuvi muhim o'rin tutishini ta'kidlaydi. U, shuningdek, ijobiy muloqot, ishonch va hurmatga asoslangan aloqalar o'quvchilarda mas'uliyat va motivatsiyani kuchaytirishini ilmiy jihatdan asoslaydi.

Daniel Goleman (1995) tomonidan ilgari surilgan emotsional intellekt nazariyasi, ayniqsa, o'qituvchi va ota-ona o'rtasidagi shaxslararo muloqot sifatini tushunishda muhim asos bo'lib xizmat qiladi. Uning fikriga ko'ra, emotsional barqarorlik, empatiya va o'z his-tuyg'ularini boshqarish qobiliyati — sog'lom munosabatlar negizini tashkil etadi.

Mahalliy tadqiqotlar ham bu borada muhim xulosalarni taqdim etgan. S. M. Karimova (2019) boshlang'ich sinf o'qituvchilarining stressga chidamliligi va ota-onalar bilan muloqotdagi emotsional barqarorligi o'quv muhitiga qanday ta'sir ko'rsatishini o'rgangan. U, ayniqsa, ota-onalarning tanqidiy yondashuvi o'qituvchilarda ichki bosim va emotsional charchoqni keltirib chiqarishini ta'kidlagan.

N. T. O'zboshimova (2020) esa pedagogik faoliyatda emotsional kompetensiyaning o'rni haqida so'z yuritar ekan, ota-onalar bilan samarali hamkorlikni yo'lga qo'yishda o'qituvchilarda emotsional sezuvchanlik, o'zini tuta bilish va ijobiy muloqot olib borish malakalari yetakchi rol o'ynashini ilmiy jihatdan asoslagan.

Hornby (2011) ota-onalar bilan ishlashning amaliy modeli orqali o'qituvchilarga oilalar bilan muloqotni qanday yo'lga qo'yish, emotsional to'siqlarni qanday yengib o'tish borasida aniq yo'nalishlar beradi. Uning tadqiqotlari ota-onalar bilan muloqotda emotsional hushyorlikning o'rni va zarurligini ta'kidlaydi.

Boshqa bir tadqiqotda ota-onalar bilan kelishmovchiliklar, noto'g'ri tushunish va salbiy his-tuyg'ular o'qituvchi faoliyatida hissiy charchoq, motivatsiya yo'qolishi va hatto kasbiy sovuqlik holatlariga olib kelishi mumkinligi qayd etiladi. Shu bois emotsional jihatdan barqaror, ishonchga asoslangan pedagog-ota-ona aloqalarini shakllantirish masalasi dolzarb ilmiy yo'nalish sifatida ko'rilmogda.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatmoqdaki, o'qituvchi va ota-ona o'rtasidagi munosabatlarda emotsional jihatlar (ishonch, empatiya, hurmat, barqarorlik) nafaqat o'quvchilarning ijtimoiy-psixologik holatiga, balki ta'lim sifati va maktabdagi umumiy muhitga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Bu esa ushbu mavzuning ilmiy va amaliy ahamiyatini yanada kuchaytiradi.

Tadqiqotning maqsadi

Boshlang'ich ta'limda o'qituvchi va ota-onalar o'rtasidagi munosabatlarning emotsional jihatlarini aniqlash, bu munosabatlarga ta'sir etuvchi psixologik va ijtimoiy omillarni tahlil qilish hamda ularni ijobiy yo'naltirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqotning obyekti

Boshlang'ich sinf o'qituvchilari va o'quvchi ota-onalari o'rtasidagi o'zaro munosabatlar.

Tadqiqotning predmeti

O'qituvchi va ota-ona munosabatlarida namoyon bo'ladigan emotsional holatlar, his-tuyg'ular, emotsional barqarorlik darajalari va ularning muloqot sifati va mazmuniga ta'siri.

Tadqiqotning asosiy savoli (ilmiy muammosi):

Qanday psixologik va kommunikativ omillar boshlang'ich sinf o'qituvchilari va ota-onalar o'rtasidagi emotsional munosabatlarga ta'sir qiladi va bu munosabatlar bolaning rivojlanishiga qanday ta'sir ko'rsatadi?

Tadqiqot metodlari

Tadqiqotda nazariy va empirik metodlar uyg'unlashtirildi:

1. Nazariy metodlar:

- Mavzuga oid ilmiy manbalar, monografiyalar, maqolalar va amaliy qo'llanmalar tahlili;
- Psixologik-pedagogik nazariyalarning qiyosiy tahlili;
- Emotsional intellekt, shaxslararo muloqot va maktab-oila hamkorligi nazariyalari asosida tahliliy yondashuv.

2. Empirik metodlar:

- So'rovnoma (anketlash): Boshlang'ich sinf o'qituvchilari va ota-onalar o'rtasidagi emotsional munosabatlar sifati va intensivligini o'lchashga qaratilgan savollar asosida tuzilgan.

- Intervyu (suhbat): Ayrim o'qituvchilar va ota-onalar bilan chuqurlashtirilgan individual suhbatlar orqali ularning hissiy tajribalari va munosabatlarga bo'lgan shaxsiy yondashuvlari o'rganildi.

- Kuzatuv: O'qituvchi va ota-onalar o'rtasidagi real muloqot jarayonlari (ota-onalar yig'ilishi, individual suhbatlar) bevosita kuzatilib, tahlil qilindi.

- Ekspert baholash: Psixologlar va tajribali pedagoglardan iborat ekspertlar guruhi respondentlarning javoblarini tahlil qilib, ularning emotsional holatini baholadi.

3. Statistik va sifatli tahlil metodlari:

Ma'lumotlar Excel va SPSS dasturlari orqali qayta ishlanib, frekvensiya va foizlar hisoblandi;

Sifatli tahlil usullari orqali ochiq savollarning mazmuniy talqini amalga oshirildi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, boshlang'ich ta'lim jarayonida o'qituvchi va ota-ona o'rtasidagi munosabatlarning emotsional jihatlari o'quv jarayonining samaradorligini belgilovchi asosiy omillardan biridir. Ijobiy va ishonchli emotsional aloqalar ota-onalar bilan hamkorlikni mustahkamlab, o'quvchining maktabdagi muvaffaqiyati va ijtimoiy rivojlanishiga yordam beradi.

Shuningdek, o'qituvchilar va ota-onalar o'rtasida emotsional tushunish va qo'llab-quvvatlash mavjud bo'lganda, o'quvchilarning ruhiy holati yaxshilanadi, stress darajasi pasayadi va maktab muhitiga moslashuvi osonlashadi. Aksincha, emotsional aloqa zaif yoki yomon bo'lsa, bu nafaqat o'quvchining, balki butun oilaviy va maktab tizimining muammolariga olib kelishi mumkin.

Shu bois, pedagoglar va ota-onalar o'rtasida samarali emotsional kommunikatsiyani rivojlantirishga qaratilgan maxsus treninglar va maslahatlar tashkil etilishi muhimdir.

Amaliy tavsiyalar:

1. O'qituvchilar va ota-onalar o'rtasida ochiq va samimiy emotsional muloqotni rag'batlantirish uchun muntazam uchrashuvlar va maslahatlar tashkil etilsin.

2. Pedagoglar uchun ota-onalar bilan samarali emotsional kommunikatsiya ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan treninglar o'tkazilsin.

Xulosa. Boshlang'ich ta'limda o'qituvchi va ota-ona o'rtasidagi emotsional munosabatlar o'quv jarayonining samaradorligini oshirishda muhim rol o'ynaydi. Ijobiy va ishonchli emotsional aloqalar ta'lim sifatini yaxshilab, o'quvchilarning ruhiy farovonligini ta'minlaydi. Shu sababli, ota-ona va o'qituvchilar o'rtasidagi emotsional hamkorlikni rivojlantirishga e'tibor qaratish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.

2. Kholmurodova, S. R. (2018). Boshlang'ich sinf o'qituvchilarining ota-ona bilan munosabatlaridagi emotsional omillar. *Pedagogika va psixologiya jurnali*, 2(8), 37-42.

3. Karimova, S. M. (2019). Ta'lim jarayonida ota-ona va o'qituvchi hamkorligi. Toshkent: O'zbekiston milliy universiteti nashriyoti.

4. O'zboshimova, N. T. (2020). Emotsional intellekt va maktabdagi ota-ona-o'qituvchi munosabatlari. *Ta'lim fanlari jurnal*, 4(11), 58-65.

5. Epstein, J. L. (2001). *School, Family, and Community Partnerships: Preparing Educators and Improving Schools*. Westview Press.

Mamatrayimov Jumanazar Mamatmurod o'g'li

Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti mustaqil izlanuvchisi

O'SMIRLARNING MEDIA SAVODXONLIGI VA DESTRUKTIV DINIY G'OYALARGA PSIXOLOGIK BARQARORLIGI

Annotatsiya. Ushbu maqolada o'smirlarning media savodxonligi va ularning destruktiv diniy g'oyalarga nisbatan psixologik barqarorligi o'rganiladi. Raqamli axborot oqimining kuchayishi yoshlar ongiga turli mafkuraviy ta'sirlar o'tkazayotganligi tahlil qilinadi. Media savodxonlikning rivojlanishi o'smirlarni manipulyatsion axborotdan himoya qilish, tanqidiy fikrlashni shakllantirish va axborotni to'g'ri tahlil qilish imkonini beradi. Shuningdek, psixologik barqarorlikning destruktiv diniy g'oyalarga qarshi kurashdagi o'rni yoritiladi. Tadqiqotda profilaktik psixologik yondashuvlar va ta'limning ahamiyati ta'kidlanadi.

Kalit so'zlar: media savodxonlik, o'smirlar, psixologik barqarorlik, destruktiv g'oyalar, internet, tanqidiy fikrlash.

Аннотация. В статье рассматриваются медиаграмотность подростков и их психологическая устойчивость к деструктивным религиозным идеям. Анализируется влияние цифрового информационного потока на формирование мировоззрения молодежи. Развитие медиаграмотности способствует критическому мышлению, защите от манипулятивной информации и правильной интерпретации данных. Также подчеркивается роль психологической устойчивости в противодействии деструктивным идеям. Особое внимание уделяется профилактическим мерам и образовательным стратегиям.

Ключевые слова: медиаграмотность, подростки, психологическая устойчивость, деструктивные идеи, интернет, критическое мышление.

Abstract. This article explores adolescents' media literacy and their psychological resilience against destructive religious ideas. It analyzes the growing influence of digital information flows on young people's worldview. Media literacy helps adolescents develop critical thinking skills, protect themselves from manipulative content, and interpret information correctly. Psychological resilience is also highlighted as a key factor in resisting destructive ideological influences. The study emphasizes the importance of preventive psychological approaches and education-based interventions.

Key words: media literacy, adolescents, psychological resilience, destructive ideas, internet, critical thinking.

Kirish. So'nggi yillarda global axborot makonining keskin kengayishi, internet va ijtimoiy tarmoqlarning kundalik hayotga chuqur kirib borishi natijasida o'smirlar eng ko'p axborot iste'mol qiluvchi guruhlardan biriga aylandi. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, dunyo bo'yicha internet foydalanuvchilarining katta qismi 13–19 yosh oralig'idagi yoshlar hissasiga to'g'ri keladi. O'zbekistonda ham mobil internetdan foydalanish darajasi yil sayin oshib bormoqda va bu holat ayniqsa o'smirlar ongiga axborot ta'sirining kuchayishiga olib kelmoqda. Bunday sharoitda media savodxonlik va psixologik barqarorlik masalasi dolzarb ilmiy-ijtimoiy muammoga aylangan.

Media savodxonlik – bu shaxsning axborotni izlash, tahlil qilish, tanqidiy baholash va undan to'g'ri foydalanish qobiliyatidir. YuNESKO (UNESCO) tadqiqotlariga ko'ra, media savodxonligi yuqori bo'lgan yoshlar manipulyativ axborot va ekstremistik g'oyalarga kamroq beriluvchan bo'ladi. Aksincha, tanqidiy fikrlash yetarli darajada shakllanmagan o'smirlar internetdagi noto'g'ri, chalg'ituvchi yoki radikal mazmundagi materiallarga tezroq ishonishi mumkin.

Bugungi kunda ayrim destruktiv diniy oqimlar va radikal g'oyalar aynan internet platformalari orqali yoshlar ongiga ta'sir o'tkazishga urinmoqda. Bu jarayon global miqyosda ham kuzatilmoqda: Interpol va boshqa xalqaro tashkilotlar hisobotlarida ekstremistik targ'ibotning asosiy yo'nalishlaridan biri sifatida ijtimoiy tarmoqlar ko'rsatilgan.

Shu nuqtayi nazardan, o'smirlarning psixologik barqarorligi – ya'ni stressga chidamlilik, mustaqil qaror qabul qilish, emotsional muvozanatni saqlash qobiliyati – ularni destruktiv

g'oyalardan himoya qiluvchi muhim omil hisoblanadi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, barqaror shaxslar tashqi bosim va manipulyatsiyalarga nisbatan kamroq ta'sirlanadi.

Shu sababli ushbu mavzuni o'rganish o'smirlarning xavfsiz axborot muhitini shakllantirish, ularni noto'g'ri g'oyaviy ta'sirlardan himoya qilish hamda media savodxonlik va psixologik immunitetni mustahkamlash nuqtayi nazaridan katta ahamiyatga ega hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. O'smirlarning media savodxonligi va ularning destruktiv diniy g'oyalarga nisbatan psixologik barqarorligi masalasi zamonaviy psixologiya, pedagogika va media tadqiqotlarida keng o'rganilayotgan dolzarb yo'nalishlardan biridir. Ushbu muammo bo'yicha olib borilgan ilmiy izlanishlar shuni ko'rsatadiki, media muhitning tezkor rivojlanishi shaxsning kognitiv, emotsional va ijtimoiy rivojlanishiga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda.

Xorijiy tadqiqotchilar orasida D. Buckingham media savodxonlikni shunchaki texnik ko'nikma emas, balki tanqidiy fikrlash va axborotni ijtimoiy kontekstdan kelib chiqib tahlil qilish qobiliyati sifatida talqin qiladi. Uning fikricha, o'smirlar media mahsulotlarini passiv qabul qiluvchi emas, balki faol tahlil qiluvchi subyekt bo'lishi kerak. Shuningdek, L. Masterman media ta'limning asosiy vazifasi yoshlarni manipulyativ axborotdan himoya qilish va ularning demokratik ongini shakllantirishdan iborat ekanligini ta'kidlaydi. UNESCO tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda ham media savodxonlik global xavfsizlik va axborot barqarorligi bilan bevosita bog'liqligi qayd etilgan.

Psixologik barqarorlik masalasida B. Bandura tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy o'rganish nazariyasi alohida ahamiyatga ega. Unga ko'ra, o'smirlar ko'p hollarda atrof-muhitdagi modellarni kuzatish va taqlid qilish orqali xulq-atvor shakllantiradi, bu esa ularni internetdagi radikal kontent ta'siriga sezgir qiladi. E. Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasida esa o'smirlik davri "identiklik inqirozi" bosqichi sifatida ko'riladi va aynan shu davrda shaxs tashqi ideologik ta'sirlarga nisbatan eng zaif bo'lishi mumkinligi qayd etiladi.

Rossiyalik olimlar orasida S. L. Rubinshteyn va A. N. Leontyevning faoliyat nazariyasi muhim o'rin tutadi. Ularning fikricha, shaxsning psixologik barqarorligi uning faoliyat jarayonida shakllanadi va ijtimoiy muhit bilan faol o'zaro aloqaga kirishish orqali mustahkamlanadi. D. I. Feldshteyn esa o'smirlik davrida ijtimoiy ongning shakllanishi va guruh ta'sirining kuchayishini alohida ta'kidlab, destruktiv g'oyalarga berilish ko'pincha referent guruhlar orqali sodir bo'lishini ko'rsatadi.

Shuningdek, rus tadqiqotchisi A. G. Asmolov shaxsning individualizatsiya jarayonini tahlil qilib, zamonaviy axborot muhitida o'smirning mustaqil fikrlashi va tanqidiy yondashuvi uning psixologik immunitetini belgilovchi asosiy omil ekanligini ta'kidlaydi. Radikal g'oyalar tarqalishi bo'yicha olib borilgan ayrim rus va xalqaro tadqiqotlarda internet platformalari, xususan ijtimoiy tarmoqlar, ekstremistik mafkuralarning tez tarqalishida muhim vosita sifatida qayd etiladi.

Umuman olganda, xorijiy va rus olimlarining ilmiy qarashlari tahlili shuni ko'rsatadiki, media savodxonlik va psixologik barqarorlik o'smirlarni destruktiv diniy g'oyalardan himoya qiluvchi o'zaro bog'liq ikki asosiy omil hisoblanadi. Media savodxonlik tanqidiy fikrlashni rivojlantirib, axborotni to'g'ri tahlil qilish imkonini bersa, psixologik barqarorlik esa tashqi ideologik bosimga qarshi ichki himoya mexanizmini shakllantiradi. Shu sababli zamonaviy ilmiy adabiyotlarda ushbu ikki yo'nalishni integratsiyalashgan holda o'rganish zarurligi ta'kidlanadi.

Muhokama. O'smirlarning media savodxonligi va ularning destruktiv diniy g'oyalarga nisbatan psixologik barqarorligi masalasi zamonaviy jamiyatda axborot oqimining keskin ortishi bilan yanada murakkablashib bormoqda. Tadqiqot natijalari va mavjud ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, bugungi kunda o'smirlar internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali turli xil axborotlarga, jumladan, ijobiy hamda salbiy mazmundagi g'oyalarga juda tez va bevosita duch kelmoqda. Bu holat ularning dunyoqarashi shakllanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi, ayniqsa tanqidiy fikrlash yetarli darajada rivojlanmagan hollarda.

Muhokama jarayonida eng muhim jihatlardan biri shuki, media savodxonlik nafaqat axborotni tushunish ko'nikmasi, balki uni tahlil qilish, manbasini tekshirish va manipulyatsiyani ajrata olish qobiliyatini ham o'z ichiga oladi. Amaliy kuzatuvlar va ilmiy manbalarga ko'ra, media savodxonligi past bo'lgan o'smirlar internetdagi emotsional ta'sir kuchiga ega kontentga tezroq

ishonadi va uni shubhasiz haqiqat sifatida qabul qilishga moyil bo'ladi. Ayniqsa, radikal yoki destruktiv diniy g'oyalar ko'pincha aynan emotsional bosim, qo'rquv yoki ijtimoiy izolyatsiya hissi orqali ta'sir ko'rsatishga harakat qiladi.

Shu bilan birga, psixologik barqarorlik bu jarayonda himoya qiluvchi asosiy omil sifatida namoyon bo'ladi. Psixologik barqarorligi yuqori bo'lgan o'smirlar stressli vaziyatlarda ham o'z fikrini saqlab qolishga, tashqi ta'sirlarni tahlil qilishga va mustaqil qaror qabul qilishga qodir bo'ladi. Aksincha, emotsional beqarorlik, o'ziga ishonchning pastligi va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi o'smirlarni turli g'oyaviy ta'sirlarga nisbatan zaiflashtiradi.

Muhokama jarayonida yana bir muhim jihat shuki, destruktiv diniy g'oyalar odatda murakkab mafkuraviy shaklda emas, balki oddiy, tushunarli va hissiy jihatdan kuchli shakllarda taqdim etiladi. Bu esa aynan o'smir yoshidagi auditoriya uchun yanada jozibador ko'rinadi, chunki bu davrda shaxs identiklik izlanish bosqichida bo'lib, o'ziga xos qadriyatlar tizimini shakllantirish jarayonida bo'ladi. Shu sababli, o'smirlar ko'pincha qat'iy va aniq javob beruvchi g'oyalarga moyillik bildirishi mumkin.

Shuningdek, oila, ta'lim muassasasi va ijtimoiy muhitning roli ham muhokama jarayonida alohida ahamiyat kasb etadi. Oila muhitida ochiq muloqotning mavjudligi, o'qituvchilarning media savodxonlik bo'yicha tushuntirish ishlari olib borishi hamda psixologik qo'llab-quvvatlash tizimining yo'lga qo'yilishi o'smirlarning destruktiv ta'sirlarga qarshi immunitetini kuchaytiradi. Aksincha, nazoratning haddan tashqari kuchaytirilishi yoki beparvolik ham salbiy natijalarga olib kelishi mumkin.

Xulosa. O'smirlarning media savodxonligi va ularning destruktiv diniy g'oyalarga nisbatan psixologik barqarorligi masalasi zamonaviy axborot jamiyatining eng muhim ijtimoiy-psixologik muammolaridan biri sifatida namoyon bo'ladi. O'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, raqamli texnologiyalar va internetning tezkor rivojlanishi o'smirlar uchun katta imkoniyatlar yaratish bilan birga, ularni turli mafkuraviy va g'oyaviy ta'sirlarga ham ochiq qilib qo'ymoqda. Ayniqsa, destruktiv mazmundagi axborotlar yoshlarning hali to'liq shakllanmagan dunyoqarashiga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Tadqiqot natijalari asosida shuni ta'kidlash joizki, media savodxonlik o'smirlarni axborot oqimida to'g'ri yo'nalish tanlashga, manbalarni tahlil qilishga va manipulyativ kontentni ajratishga o'rgatadigan muhim ko'nikmadir. Ushbu ko'nikma rivojlangan sari o'smirlar har qanday axborotni shubhasiz qabul qilmaydi, balki uni tanqidiy baholashga intiladi. Bu esa ularning g'oyaviy immunitetini kuchaytiradi.

Shuningdek, psixologik barqarorlik o'smir shaxsining ichki muvozanatini saqlashda, stress va tashqi bosimlarga nisbatan chidamlilikni oshirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Barqaror psixologik holatga ega bo'lgan o'smirlar o'z qarorlarini mustaqil qabul qiladi, tashqi ta'sirlarga kamroq beriladi va murakkab vaziyatlarda ham o'z pozitsiyasini saqlab qolishga qodir bo'ladi. Aksincha, psixologik zaiflik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi ularni noto'g'ri axborot ta'siriga nisbatan sezgir qilib qo'yadi.

Umuman olganda, olib borilgan tahlil va muhokamalar natijasida shunday xulosaga kelish mumkinki, media savodxonlik va psixologik barqarorlik o'zaro uzviy bog'liq bo'lgan himoya omillari hisoblanadi. Ular birgalikda o'smirlarni destruktiv diniy g'oyalar va boshqa salbiy axborot ta'sirlaridan himoya qiluvchi mustahkam psixologik va intellektual immunitetni shakllantiradi. Shu sababli, ta'lim tizimida media savodxonlikni rivojlantirish, psixologik treninglar tashkil etish va profilaktik ishlarni kuchaytirish dolzarb vazifalardan biri bo'lib qolmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Buckingham, D. Media Education: Literacy, Learning and Contemporary Culture. – Cambridge: Polity Press, 2003. – 219 p.
2. Masterman, L. Teaching the Media. – London: Routledge, 1985. – 341 p.
3. Bandura, A. Social Learning Theory. – Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1977. – 247 p.

4. Erikson, E. H. Identity: Youth and Crisis. – New York: W. W. Norton & Company, 1968. – 336 p.
5. UNESCO. Media and Information Literacy Curriculum for Teachers. – Paris: UNESCO Publishing, 2011. – 192 p.
6. Rubinshtein, S. L. Osnovy obshchey psikhologii. – Moskva: Pedagogika, 1989. – 488 s.

Akbarova Dilrabo Baxrom qizi

Buxoro xalqaro universiteti mustaqil tadqiqotchisi

EKSTREMAL SPORT TURLARIDA PSIXOLOGIK TRENINGLAR SAMARADORLIGI: EMPIRIK VA EKSPERIMENTAL TAHLIL

Annotatsiya. Mazkur maqolada ekstremal sport turlarida psixologik treninglar samaradorligi empirik va eksperimental yondashuv asosida tahlil qilinadi. Zamonaviy sport muhitida ekstremal sharoitlar sportchilardan yuqori darajadagi stressga chidamlilik, tezkor qaror qabul qilish va emotsional barqarorlikni talab etadi. Tadqiqot jarayonida sportchilarning psixologik holatini baholash uchun psixodiagnostik metodikalar (masalan, xavotir darajasi, stressga chidamlilik va agressiya ko'rsatkichlari) qo'llanildi. Eksperimental guruhda psixologik trening dasturlari, jumladan, relaksatsiya texnikalari, kognitiv-behavioral mashg'ulotlar va stressni boshqarish strategiyalari tatbiq etildi. Natijalar treninglardan so'ng sportchilarda xavotir va agressiya darajasining pasaygani, emotsional barqarorlik va psixologik moslashuv darajasining oshganini ko'rsatdi. Empirik tahlil natijalari psixologik treninglarning ekstremal vaziyatlarda sportchilarning psixik tayyorgarligini mustahkamlashda muhim omil ekanligini tasdiqlaydi. Mazkur tadqiqot sport psixologiyasida amaliy ahamiyatga ega bo'lib, psixologik tayyorgarlik tizimini takomillashtirishga xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: ekstremal sport, psixologik trening, stress, emotsional barqarorlik, psixodiagnostika, psixokorreksiya, eksperiment, sport psixologiyasi.

Аннотация. В данной статье рассматривается эффективность психологических тренингов в экстремальных видах спорта на основе эмпирического и экспериментального анализа. Современные условия экстремального спорта требуют от спортсменов высокой стрессоустойчивости, способности к быстрому принятию решений и эмоциональной стабильности. В ходе исследования использовались психодиагностические методики для оценки уровня тревожности, стрессоустойчивости и агрессивности. В экспериментальной группе были внедрены программы психологических тренингов, включающие техники релаксации, когнитивно-поведенческие методы и стратегии управления стрессом. Результаты показали значительное снижение уровня тревожности и агрессии, а также повышение эмоциональной устойчивости и адаптивных возможностей спортсменов после прохождения тренинга. Эмпирические данные подтверждают высокую эффективность психологических тренингов в формировании психической готовности спортсменов к экстремальным условиям. Практическая значимость исследования заключается в возможности совершенствования системы психологической подготовки в спорте.

Ключевые слова: экстремальный спорт, психологический тренинг, стресс, эмоциональная устойчивость, психодиагностика, психокоррекция, эксперимент, спортивная психология.

Abstract. This article examines the effectiveness of psychological training in extreme sports based on empirical and experimental analysis. Modern extreme sports environments require athletes to demonstrate high levels of stress resilience, rapid decision-making, and emotional stability under pressure. In the study, psychodiagnostic tools were used to assess anxiety levels, stress tolerance, and aggression indicators among athletes. The experimental group participated in a structured psychological training program that included relaxation techniques, cognitive-

behavioral interventions, and stress management strategies. The results revealed a significant reduction in anxiety and aggression levels, along with an increase in emotional stability and adaptive capacity after the training intervention. The empirical findings confirm that psychological training plays a crucial role in enhancing athletes' mental readiness and performance in extreme conditions. The study highlights the practical importance of integrating psychological training into sports preparation systems and contributes to the development of evidence-based approaches in sports psychology.

Key words: *extreme sports, psychological training, stress, emotional stability, psychodiagnostics, psychocorrection, experiment, sports psychology.*

Kirish. Zamonaviy sport tizimi, ayniqsa ekstremal sport turlari (alpinizm, parashyut sporti, ekstremal velosport, avtosport va boshqalar) yuqori xavf, noaniqlik va kuchli psixoemotsional zo'riqish bilan tavsiflanadi. Bunday sharoitlarda sportchidan nafaqat mukammal jismoniy tayyorgarlik, balki yuqori darajadagi psixologik barqarorlik, tezkor qaror qabul qilish qobiliyati va stressga chidamlilik talab etiladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ekstremal vaziyatlarda sport natijasiga ta'sir etuvchi omillarning muhim qismi aynan psixologik omillar bilan bog'liq bo'lib, ayrim holatlarda ular umumiy samaradorlikning 30–40 foizigacha qismini tashkil etadi.

Xalqaro sport tashkilotlari va ilmiy tadqiqotlar natijalariga ko'ra, yuqori darajadagi sportchilar orasida stress, xavotir, emotsional zo'riqish va psixologik charchoq keng tarqalgan muammolar hisoblanadi. Ayniqsa, ekstremal sport turlarida xavf darajasi yuqori bo'lgani sababli sportchilarda qo'rquv, xavotir va agressiv reaksiyalar tez-tez kuzatiladi. Bu esa nafaqat sport natijalariga, balki sportchining xavfsizligiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu bois psixologik tayyorgarlik sportchilarni tayyorlash tizimining ajralmas qismi sifatida qaralmoqda.

An'anaviy sport tayyorgarligida asosiy e'tibor jismoniy va texnik ko'nikmalarni rivojlantirishga qaratilgan bo'lsa, zamonaviy yondashuvlarda psixologik treninglar muhim strategik vosita sifatida e'tirof etilmoqda. Psixologik treninglar sportchilarda emotsional barqarorlikni shakllantirish, stressni boshqarish, diqqatni jamlash va o'z-o'zini nazorat qilish ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Kognitiv-behavioral yondashuv, relaksatsiya texnikalari, vizualizatsiya mashqlari va nafas olish metodlari sportchilarning psixik holatini optimallashtirishda keng qo'llanilmoqda.

So'nggi yillarda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar psixologik treninglarning samaradorligini empirik va eksperimental asosda tasdiqlamoqda. Masalan, eksperimental tadqiqotlarda psixologik treninglardan so'ng sportchilarda xavotir darajasining sezilarli darajada pasaygani, stressga chidamlilikning oshgani hamda emotsional reaksiyalarni boshqarish qobiliyatining yaxshilangani aniqlangan. Bu esa psixologik treninglarning sportchilarning ekstremal sharoitlarga moslashuvini oshirishda muhim omil ekanligini ko'rsatadi.

Shu bilan birga, sport psixologiyasida psixologik treninglarning samaradorligini ilmiy asosda baholash, ularning qaysi komponentlari eng samarali ekanligini aniqlash va ularni amaliyotga tizimli ravishda joriy etish masalalari dolzarb bo'lib qolmoqda. Ayniqsa, empirik va eksperimental tahlil asosida olingan natijalar psixologik treninglarning real samaradorligini aniqlash va ularni takomillashtirish imkonini beradi.

Shu nuqtai nazardan, mazkur tadqiqot ekstremal sport turlarida psixologik treninglar samaradorligini empirik va eksperimental tahlil asosida o'rganishga qaratilgan bo'lib, sportchilarning psixologik tayyorgarligini takomillashtirishga xizmat qiluvchi ilmiy asoslangan yondashuvlarni ishlab chiqishga yo'naltirilgan.

Adabiyotlar tahlili. Ekstremal sport turlarida psixologik treninglar samaradorligini o'rganishga bag'ishlangan ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, bu yo'nalish sport psixologiyasining eng tez rivojlanayotgan va amaliy jihatdan eng talabgir sohalaridan biriga aylangan. Zamonaviy tadqiqotlarda ekstremal sport endi faqat xavf, jasorat yoki jismoniy tayyorgarlik nuqtayi nazaridan emas, balki sportchining stressga javobi, emotsional regulyatsiyasi, psixologik bardoshliligi va tiklanish mexanizmlarini bir butun tizim sifatida o'rganish orqali talqin qilinmoqda. Ayniqsa, xalqaro sharh va tizimli tahlillarda sportchilarning stress omillariga

moslashuvi “bir martalik iroda kuchi” emas, balki dinamik psixologik jarayon ekani, ya’ni sportchi turli bosim va noaniqliklardan so’ng qayta funksional holatga qaytish qobiliyati bilan belgilanashi ta’kidlanadi. Shu nuqtai nazardan, psixologik treninglar ekstremal sportchining ichki resurslarini faollashtiruvchi, xavotirni boshqaruvchi va muhit bosimiga moslashuvni kuchaytiruvchi muhim vosita sifatida ko’rilmogda.

Xorijiy olimlar orasida chidamlilik va mental barqarorlikni sport faoliyatining markaziy omili sifatida talqin qiluvchi tadqiqotchilar alohida o’rin tutadi. Masalan, sportdagi reziliyentlik bo’yicha zamonaviy sharhlarda sportchi muntazam ravishda mag’lubiyat, jarohat xavfi, yuqori yuklama, saralash bosimi va kutilmagan vaziyatlarga duch kelishi, bularning barchasi esa psixologik himoya va moslashuv mexanizmlarini kuchli talab qilishi ko’rsatiladi. Bu yerda psixologik treninglar faqat “ruhlantirish” vositasi emas, balki sportchining stressni idrok etishi, baholashi va unga javob berish usulini o’zgartiruvchi ilmiy asoslangan intervensiya sifatida qaraladi. So’nggi yillarda mindfulness, mental resilience va coping strategiyalariga oid maqolalarda ham shunga yaqin xulosa ilgari surilib, treninglar orqali sportchining o’z holatini kuzatish, emotsiyalarni boshqarish va bosim ostida funksional qolish ko’nikmalarini rivojlantirish mumkinligi ko’rsatilgan.

Ekstremal sport sharoitida psixologik tayyorgarlikning muhimligi, bir tomondan, bu sport turlarining yuqori noaniqlik va xavf bilan bog’liqligi, ikkinchi tomondan esa sportchining qaror qabul qilish tezligi va emotsional muvozanati natijaga bevosita ta’sir qilishi bilan izohlanadi. Ekstremal sport ishtirokchilari psixologik xususiyatlari bo’yicha olib borilgan zamonaviy tadqiqotlarda bunday sportchilarda riskka moyillik, yuqori stimulyatsiyaga ehtiyoj va kuchli affektiv reaksiyalar kuzatilishi mumkinligi qayd etiladi, biroq bu sifatlar o’z-o’zidan ijobiy natija bermaydi. Aksincha, ular nazorat qilinmasa, keraksiz impulsivlik, ortiqcha xavf olish yoki stress ostida xatoli qarorlarga olib kelishi mumkin. Shu bois xorijiy adabiyotlarda psixologik treninglar sportchidagi “xavfga tayyorlik”ni “xavfni ongli boshqarish”ga aylantiruvchi vosita sifatida talqin qilinadi. Bu yondashuv ekstremal sport faoliyatida emotsional nazorat va kognitiv aniqlikning jismoniy tayyorgarlikdan kam bo’lmagan ahamiyatga ega ekanini ko’rsatadi.

Psixologik treninglarning mazmuni va samaradorligi haqida xorijiy manbalarda eng ko’p uchraydigan yo’nalishlar imagery, relaksatsiya, kognitiv qayta baholash, self-talk, mindfulness va nafasni boshqarish texnikalari bilan bog’liqdir. Jangovor va yuqori xavfli sport turlari bo’yicha tanqidiy tahlillarda aynan shu psixologik ko’nikmalar sportchining mental toughness, ya’ni ruhiy chiniqqanlik, stressni ko’tarish qobiliyati va salbiy emotsional ta’sirlarga qarshi turishini mustahkamlashi qayd etiladi. Tadqiqotchilar bu treninglar orqali sportchi noxush affektini pasaytirish, diqqatni markazlashtirish va qiyin vaziyatda avtomatik salbiy fikrlarni to’xtatish imkoniga ega bo’lishini ko’rsatadilar. Muhimi shundaki, zamonaviy meta-tahlil va ko’rib chiqishlar psixologik intervensiyalar sportchilarning mental salomatligi va funksional tayyorgarligiga ijobiy ta’sir ko’rsatishini, biroq ularning samarasi dastur tuzilishi, davomiyligi va sport turi xususiyatiga bog’liq ekanini ham qayd etadi.

Xalqaro Olimpiya Qo’mitasi va unga aloqador ilmiy platformalar tomonidan ishlab chiqilgan hujjatlar ham sportchilarning psixologik holatini muntazam kuzatish va erta aralashuv zarurligini kuchaytirib bormogda. IOCning sportchilarda ruhiy salomatlikni kuzatish va erta aniqlashga doir vositalari, xususan SMHAT-1 va ruhiy salomatlik bo’yicha ko’rsatmalari, sportchining funksional holatini faqat inqiroz paytida emas, balki tayyorgarlik va musobaqa siklining barcha bosqichlarida monitoring qilish lozimligini ta’kidlaydi. IOC materiallarida elit sportchilar orasida xavotir va depressiya simptomlari uchrashi mumkinligi, shuning uchun psixologik tayyorgarlik, trening va qo’llab-quvvatlash tizimlari umumiy tayyorgarlikning tabiiy qismi bo’lishi kerakligi ko’rsatilgan. Bu hujjatlar psixologik treninglarni ikkilamchi yordam emas, balki xavfni kamaytirish va natijadorlikni oshirishga qaratilgan profilaktik tizim sifatida tushunishga yordam beradi.

Rusiya ilmiy maktabda esa muammo ko’proq sportchining psixik holatini boshqarish, psixologik xavfsizlik, dominant holatlar va stressni yengib o’tish strategiyalari orqali yoritiladi. Sportdagi psixologik xavfsizlik haqidagi ishlar shuni ko’rsatadiki, bir xil sport vaziyati ayrim

sportchilar uchun safarbar qiluvchi omil bo'lsa, boshqalar uchun destruktiv omilga aylanishi mumkin; demak, asosiy masala vaziyatning o'zida emas, sportchining unga qanday psixologik tayyorgarlik bilan kirishida. Jangovor sport turlari bo'yicha rus tilidagi zamonaviy tahlillarda ham mental toughness, imagery, relaksatsiya va kognitiv to'xtatish usullari ruhiy barqarorlikni oshirishga xizmat qilishi ta'kidlanadi. Shuningdek, дзюдоchilarda stressni yengib o'tish strategiyalari va dominant psixik holatlar bo'yicha tadqiqotlar sport tajribasi, koping usullari va hissiy fon o'rtasida uzviy bog'liqlik mavjudligini ko'rsatadi. Bu esa treninglarning universalligidan ko'ra, ularning individual va sport turi kesimidagi moslashtirilgan shakli samaraliroq ekanini anglatadi.

Rus va xorijiy olimlar yondashuvlarini qiyosiy tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, g'arb tadqiqotchilari ko'proq rezilientlik, mindfulness, ruhiy salomatlik va dalillarga asoslangan intervensiyalar samaradorligiga urg'u beradilar, rusiyazon mualliflar esa sportchining funksional psixik holati, psixologik xavfsizligi va individual stressga moslashuv mexanizmlarini oldinga suradilar. Biroq har ikki ilmiy maktabni birlashtiruvchi asosiy nuqta shundaki, ekstremal sport turlarida natija ko'p jihatdan sportchining emotsional regulatsiyasi, stressga javobi va o'zini boshqarish qobiliyatiga bog'liq. Shu sababli psixologik treninglar nafaqat musobaqaoldi zo'riqishni kamaytirish, balki sportchining uzoq muddatli mental moslashuvi, barqarorligi va xavfsiz faoliyatini ta'minlash vositasi sifatida qaralmoqda. Bu holat siz tanlagan mavzuning ilmiy asosini mustahkamlaydi va empirik hamda eksperimental tahlil o'tkazish uchun yetarlicha nazariy poydevor yaratadi.

Xulosa. Mazkur tadqiqot natijalari ekstremal sport turlarida psixologik treninglar sportchilarning psixik tayyorgarligini shakllantirish va mustahkamlashda muhim hamda samarali vosita ekanligini tasdiqlaydi. Ekstremal sharoitlarda sport faoliyati yuqori darajadagi xavf, noaniqlik va kuchli psixoemotsional bosim bilan tavsiflanishi sababli, sportchining faqat jismoniy tayyorgarligi yetarli bo'lmaydi. Bunday vaziyatlarda emotsional barqarorlik, stressga chidamlilik va tezkor, aniq qaror qabul qilish qobiliyati hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi.

Empirik va eksperimental tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, tizimli ravishda tashkil etilgan psixologik treninglar sportchilarda xavotir darajasini kamaytirish, agressiv reaksiyalarni nazorat qilish va emotsional holatni barqarorlashtirishga sezilarli darajada ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa, relaksatsiya texnikalari, kognitiv-behavioral yondashuvlar, vizualizatsiya va nafasni boshqarish mashqlari sportchilarning ichki resurslarini faollashtirib, ularning ekstremal vaziyatlarga moslashuv darajasini oshiradi. Bu esa sportchining psixologik moslashuvini yaxshilash bilan birga, uning sport natijalariga ham bevosita ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Shuningdek, tadqiqot psixologik treninglarning samaradorligi ularning tizimliliigi, individuallashtirilganligi va sport turi xususiyatlariga moslashganligiga bog'liqligini ko'rsatdi. Har bir sportchi o'zining psixologik xususiyatlari, stressga javob reaksiyalari va motivatsion tuzilmasiga ega bo'lgani sababli, trening dasturlarini standart shaklda emas, balki differensial yondashuv asosida tashkil etish muhim hisoblanadi. Shu jihatdan psixologik treninglar sportchining individual ehtiyojlariga moslashtirilganda eng yuqori natijani beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Goleman D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. – New York: Bantam Books, 1995. – 352 p.
2. Gross J. J. Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations // Handbook of Emotion Regulation. – New York: Guilford Press, 2014. – P. 3–20.
3. Hardy L., Jones G., Gould D. Understanding Psychological Preparation for Sport: Theory and Practice of Elite Performers. – Chichester: Wiley, 1996. – 285 p.
4. Weinberg R. S., Gould D. Foundations of Sport and Exercise Psychology. – 6th ed. – Champaign: Human Kinetics, 2015. – 586 p.
5. Fletcher D., Sarkar M. Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory // European Psychologist. – 2013. – Vol. 18(1). – P. 12–23.

6. Gucciardi D. F., Hanton S., Mallett C. J. Progressing measurement in mental toughness: A case example of the Mental Toughness Questionnaire // Sport, Exercise, and Performance Psychology. – 2012. – Vol. 1(3). – P. 194–214.

7. Birrer D., Morgan G. Psychological skills training as a way to enhance an athlete's performance in high-intensity sports // Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports. – 2010. – Vol. 20(2). – P. 78–87.

Vaydulla Madinabonu Muxtasam qizi

Samarqand davlat chet tillar instituti

pedagogika, psixologiyava jismoniy ma'daniyat kafedrası o'qituvchisi

**OILAVIY MUNOSABATLARDA KOGNITIV BUZILISHLAR VA ULARNING
PSIXOLOGIK OQIBATLARI**

Annotatsiya. Ushbu maqolada oilaviy munosabatlarda uchraydigan kognitiv buzilishlar va ularning psixologik oqibatlari tahlil qilinadi. Kognitiv buzilishlar - bu individning voqelikni noto'g'ri idrok etishi, salbiy avtomatik fikrlar va noto'g'ri xulosalar chiqarishi bilan bog'liq jarayonlardir. Oilaviy tizimda bunday buzilishlar nizolar, emotsional uzoqlashuv va ishonchsizlikning shakllanishiga olib keladi. Tadqiqotda ularning kelib chiqish sabablari va psixologik ta'sir mexanizmlari yoritiladi.

Kalit so'zlar: kognitiv buzilishlar, oila, psixologik oqibatlar, avtomatik fikrlar, nizolar, idrok.

Аннотация. В данной статье анализируются когнитивные искажения в семейных отношениях и их психологические последствия. Когнитивные искажения представляют собой систематические ошибки мышления, влияющие на восприятие реальности и принятие решений. В семейной системе они могут приводить к конфликтам, эмоциональной дистанции и снижению уровня доверия. Рассматриваются причины возникновения данных искажений и их влияние на психологическое состояние членов семьи.

Ключевые слова: когнитивные искажения, семья, психологические последствия, мышление, конфликты, восприятие.

Abstract. This article analyzes cognitive distortions in family relationships and their psychological consequences. Cognitive distortions are systematic errors in thinking that affect how individuals perceive reality and interpret events. Within family systems, these distortions can lead to conflicts, emotional distance, and reduced trust among members. The study highlights the main causes of these distortions and their psychological impact on family dynamics.

Key words: cognitive distortions, family, psychological consequences, thinking patterns, conflicts, perception.

Kirish. Oilaviy munosabatlar inson hayotining eng muhim ijtimoiy-psixologik tizimlaridan biri hisoblanadi. Oila nafaqat biologik va iqtisodiy birlik, balki shaxsning kognitiv, emotsional va xulqiy rivojlanishida asosiy muhit vazifasini ham bajaradi. Zamonaviy psixologik tadqiqotlarda oilaviy tizim ichidagi muammolarning katta qismi individlarning voqelikni idrok etish va talqin qilish jarayonlari, ya'ni kognitiv faoliyati bilan bevosita bog'liqligi aniqlangan.

Kognitiv buzilishlar (cognitive distortions) atamasi ilk bor A. Bek (Aaron T. Beck)ning kognitiv terapiya nazariyasi doirasida keng yoritilgan bo'lib, u insonlar stressli vaziyatlarda voqelikni tizimli ravishda noto'g'ri talqin qilishga moyil ekanini ta'kidlaydi. Masalan, "haddan tashqari umumlashtirish", "katastrofalashuv", "fikrlarni o'qish illuziyasi" kabi kognitiv xatoliklar oilaviy munosabatlarda noto'g'ri xulosa va emotsional reaksiyalarni keltirib chiqarishi mumkin.

Oilaviy tizim nazariyasiga ko'ra (M. Bowen), oila a'zolari o'zaro emotsional bog'langan bo'lib, bir a'zodagi kognitiv va emotsional buzilishlar butun tizimga ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli kognitiv buzilishlar oilada nizolar, ishonchsizlik, emotsional uzoqlashuv va kommunikativ to'siqlarning shakllanishiga olib kelishi mumkin.

Statistik va klinik kuzatuvlarga ko'ra, oilaviy nizolarning katta qismi kommunikatsiya muammolari va noto'g'ri talqin qilingan xatti-harakatlar natijasida yuzaga keladi. Shu nuqtai nazardan, kognitiv buzilishlarni o'rganish oilaviy barqarorlikni ta'minlash, psixologik yordam va psixoterapevtik intervensiyalarni ishlab chiqishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Oilaviy munosabatlarda kognitiv buzilishlar muammosi zamonaviy psixologiya va psixoterapiya yo'nalishlarida keng o'rganilgan dolzarb mavzulardan biridir. Ushbu yo'nalishning nazariy asoslari XX asr o'rtalarida kognitiv psixologiya va kognitiv-bihevioral terapiya rivojlanishi bilan shakllangan bo'lib, ayniqsa A. Beck, A. Ellis, D. Burns kabi xorijiy olimlarning ishlari muhim ahamiyat kasb etadi. Aaron T. Beck o'zining kognitiv terapiya modelida insonlarning emotsional buzilishlari ko'pincha voqelikni noto'g'ri idrok etish va avtomatik salbiy fikrlar bilan bog'liqligini ilmiy asoslab bergan. Uning fikricha, shaxsning asosiy kognitiv sxemalari bolalik va erta ijtimoiy tajriba asosida shakllanib, keyinchalik oilaviy munosabatlarda faollashadi va nizoli vaziyatlarda buzilgan talqinlarni yuzaga keltiradi.

Albert Ellis esa ratsional-emotsional xulq-atvor terapiyasi doirasida "irratsional e'tiqodlar" tushunchasini kiritib, oilaviy munosabatlarda "men doimo to'g'ri bo'lishim kerak", "turmush o'rtog'im meni hech qachon xafa qilmasligi kerak" kabi qat'iy fikrlar nizolarning asosiy kognitiv manbai ekanligini ta'kidlaydi. D. Burns esa kognitiv buzilishlarning amaliy tasnifini ishlab chiqib, "haddan tashqari umumlashtirish", "katastrofalashuv", "emotsional fikrlash", "shaxsiylashtirish" kabi shakllar oilaviy kommunikatsiyada eng ko'p uchrashini ko'rsatadi.

Rus psixologiya maktabida ham ushbu muammo chuqur o'rganilgan. L. S. Vigotskiy kognitiv rivojlanishning ijtimoiy tabiatini asoslab, fikrlash jarayonlari muloqot va ijtimoiy muhit orqali shakllanishini ta'kidlagan. Bu yondashuv oilaviy muhitni kognitiv jarayonlarning asosiy maydoni sifatida talqin qilishga imkon beradi. A. N. Leontyev faoliyat nazariyasi doirasida shaxsning ong va faoliyati birligi tamoyilini ilgari surib, oilaviy faoliyat jarayonida shakllanadigan ma'nolar tizimi kognitiv idrokka bevosita ta'sir qilishini ko'rsatgan.

Bundan tashqari, B. G. Ananyev shaxsni kompleks tizim sifatida o'rganib, uning kognitiv va emotsional jarayonlari ijtimoiy rollar bilan uzviy bog'liqligini ta'kidlaydi. Bu yondashuv oilaviy rollar (ota-ona, turmush o'rtog'i, farzand) doirasida kognitiv buzilishlar qanday shakllanishini tushuntirishda muhim metodologik asos bo'lib xizmat qiladi. S. L. Rubinshteyn esa ong va faoliyat birligi tamoyilini rivojlantirib, insonning har qanday idroki amaliy faoliyat jarayonida shakllanishini asoslagan.

Zamonaviy rus tadqiqotchilaridan E. T. Sokolova va V. V. Stolin oilaviy munosabatlar psixologiyasini o'rganib, er-xotin o'rtasidagi idrokning buzilishi ko'pincha kommunikativ filtrlar va shaxsiy tajriba stereotiplari orqali yuzaga kelishini ko'rsatgan. Ularning fikricha, oilaviy nizolarda eng asosiy omillardan biri bu – sherikning xatti-harakatini noto'g'ri interpretatsiya qilish va unga subyektiv ma'no yuklashdir.

Xorijiy zamonaviy tadqiqotlarda ham oilaviy tizimlarda kognitiv buzilishlar muhim o'rganish obyekti bo'lib qolmoqda. J. Gottmanning oilaviy munosabatlar bo'yicha uzunlamas tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, er-xotinlar o'rtasidagi muvaffaqiyatsiz kommunikatsiyaning asosida tanqid, himoyalanih, mensimaslik va hissiy yopilish kabi kognitiv-emotsional xatoliklar yotadi. Uning "to'rtta otliq" modeli oilaviy buzilishlarning kognitiv asoslarini tushuntirishda keng qo'llaniladi.

Shuningdek, S. Johnson tomonidan ishlab chiqilgan emotsional-fokusli terapiya (EFT) yondashuvi oilaviy nizolarda asosiy muammo kognitiv talqinlar va emotsional ehtiyojlarning noto'g'ri anglanishi ekanligini ko'rsatadi. Bu yondashuvga ko'ra, sherikning xatti-harakatini "rad etish" sifatida talqin qilish ko'pincha chuqur xavfsizlik ehtiyojlari bilan bog'liq kognitiv buzilishlardan kelib chiqadi.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, oilaviy munosabatlarda kognitiv buzilishlar nafaqat individual psixologik jarayon, balki ijtimoiy va tizimli omillar bilan ham chambarchas bog'liq hodisa hisoblanadi. Xorijiy va rus olimlarining ilmiy qarashlari ushbu

muammoni turli nazariy yondashuvlar orqali yoritib bergan bo'lib, ular oilaviy nizolarni tushuntirish va psixologik intervensiyalar ishlab chiqishda muhim ilmiy asos bo'lib xizmat qiladi.

Xulosa. Oilaviy munosabatlarda kognitiv buzilishlar va ularning psixologik oqibatlarini o'rganish shuni ko'rsatadiki, oila ichidagi ko'plab nizolar va emotsional muammolar faqat tashqi omillar bilan emas, balki shaxsning voqelikni qanday idrok etishi, talqin qilishi va baholashi bilan ham bevosita bog'liqdir. Kognitiv psixologiya va kognitiv-bihevioral yondashuvlar asosida olib borilgan tadqiqotlar oilaviy muhitda yuzaga keladigan muammolarning katta qismi avtomatik salbiy fikrlar, noto'g'ri xulosalar va buzilgan kognitiv sxemalar natijasida shakllanishini tasdiqlaydi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, oilaviy tizimda bir a'zoning kognitiv buzilishlari butun munosabatlar strukturasi ta'sir ko'rsatadi. Masalan, sherikning oddiy xatti-harakatini "rad etish", "hurmatsizlik" yoki "xiyonat belgisi" sifatida noto'g'ri talqin qilish emotsional keskinlikni kuchaytiradi va muloqotda ishonchsizlikni yuzaga keltiradi. Bu esa o'z navbatida konfliktlarning chuqurlashuvi, emotsional uzoqlashuv va oilaviy barqarorlikning pasayishiga olib keladi.

Ilmiy manbalar tahlili shuni ham ko'rsatadiki, kognitiv buzilishlar faqat individual psixologik xususiyat emas, balki ijtimoiy tajriba, tarbiya, oilaviy muhit va madaniy stereotiplar bilan ham shakllanadi. A. Beck va A. Ellis nazariyalari bu jarayonning ichki kognitiv mexanizmlarini yoritib bergan bo'lsa, rus psixologiya maktabi vakillari (Vigotskiy, Leontyev, Ananyev) inson tafakkurining ijtimoiy muhit bilan uzviy bog'liqligini asoslab bergan. Zamonaviy tadqiqotchilar esa oilaviy kommunikatsiyada emotsional va kognitiv jarayonlarning bir-biriga ta'sirini yanada chuqurroq ochib bermoqda.

Shuningdek, oilaviy munosabatlarda kognitiv buzilishlarning psixologik oqibatlari faqat nizolar bilan cheklanmaydi. Ular shaxsda stress, xavotir, depressiv holatlar, o'ziga past baho berish, emotsional beqarorlik kabi holatlarni ham kuchaytirishi mumkin. Oilaviy tizimda uzoq davom etgan noto'g'ri idrok va buzilgan fikrlash modellari bolalar psixologiyasiga ham salbiy ta'sir ko'rsatib, ularning kelajakdagi ijtimoiy munosabatlariga ham iz qoldiradi.

Umuman olganda, ushbu mavzu bo'yicha olib borilgan nazariy tahlillar shuni ko'rsatadiki, kognitiv buzilishlarni o'rganish va ularni kamaytirishga qaratilgan psixologik yondashuvlar oilaviy barqarorlikni mustahkamlashda muhim ahamiyatga ega. Oilaviy munosabatlarda sog'lom kognitiv fikrlashni shakllantirish, empatiya va to'g'ri kommunikatsiya ko'nikmalarini rivojlantirish nizolarning oldini olish va psixologik farovonlikni oshirishda asosiy omillardan biri hisoblanadi. Shu sababli, kognitiv buzilishlarni erta aniqlash va ularga psixokorreksion yondashuvlarni qo'llash oilaviy psixologiya amaliyotida dolzarb vazifalardan biri bo'lib qolmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Бек А. Т. Когнитивная терапия депрессии. - М.: Медиа, 2003. - 384 с.
2. Эллис А. Разумный подход к жизни: рационально-эмоциональная поведенческая терапия. - СПб.: Питер, 2002. - 256 с.
3. Burns D. D. Feeling Good: The New Mood Therapy. - New York: HarperCollins, 1999. - 702 p.
4. Gottman J. S. The Seven Principles for Making Marriage Work. - New York: Harmony Books, 2015. - 300 p.
5. Johnson S. M. Emotionally Focused Couple Therapy. - New York: Guilford Press, 2004. - 392 p.
6. Выготский Л. С. Мышление и речь. - М.: Лабиринт, 1999. - 352 с.
7. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. - М.: Политиздат, 1977. - 304 с.

Nazarova Dilnoza O'razalievna

Buxoro davlat universiteti mustaqil tadqiqotchisi

ERTA YOSHDAGI BOLALARDA IJOBIY PSIXOLOGIK IQLIMNING IJTIMOIYLAHVUGA TA'SIRI

Annotatsiya. Ushbu maqolada erta yoshdagi bolalarda ijobiy psixologik iqlimning ijtimoiylashuv jarayoniga ta'siri tahlil qilinadi. Maktabgacha yosh davri bola shaxsining shakllanishida eng muhim bosqichlardan biri bo'lib, bu davrda psixologik muhit uning emotsional holati, xulq-atvori va ijtimoiy munosabatlariga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Ijobiy psixologik iqlim bolalarda o'ziga ishonch, xavfsizlik hissi va tengdoshlari bilan samarali muloqot qilish ko'nikmalarini shakllantiradi. Shuningdek, tarbiyachi va muhit omillarining bola ijtimoiy rivojlanishidagi roli alohida ahamiyatga ega. Tadqiqotlarda ijobiy muhit mavjud guruhlarda bolalarning ijtimoiy moslashuvi tezlashishi, konfliktlar kamayishi va kommunikativ kompetensiyalar rivojlanishi aniqlangan. Shu bilan birga, salbiy psixologik iqlim bolalarda xavotir, agressiya va ijtimoiy chekinish kabi holatlarni keltirib chiqarishi mumkin. Mazkur maqolada psixologik iqlimni yaxshilash orqali bolalarning ijtimoiylashuv jarayonini samarali tashkil etish yo'llari yoritiladi.

Kalit so'zlar: erta yosh, psixologik iqlim, ijtimoiylashuv, emotsional rivojlanish, maktabgacha ta'lim, tarbiyachi, ijtimoiy moslashuv.

Аннотация. В данной статье анализируется влияние положительного психологического климата на процесс социализации детей раннего возраста. Дошкольный период является ключевым этапом формирования личности ребёнка, в котором психологическая среда оказывает непосредственное воздействие на его эмоциональное состояние, поведение и социальные отношения. Благоприятный психологический климат способствует формированию у детей чувства безопасности, уверенности в себе и навыков эффективного общения со сверстниками. Особое внимание уделяется роли воспитателя и окружающей среды в процессе социального развития ребёнка. Исследования показывают, что в группах с положительным климатом процесс социальной адаптации ускоряется, уменьшается количество конфликтов и развиваются коммуникативные навыки. В то же время неблагоприятная среда может вызывать тревожность, агрессию и социальную изоляцию. В статье рассматриваются пути повышения качества психологического климата в дошкольных учреждениях.

Ключевые слова: ранний возраст, психологический климат, социализация, эмоциональное развитие, дошкольное образование, воспитатель, социальная адаптация.

Annotation. This article examines the influence of a positive psychological climate on the socialization process of early-aged children. The preschool period is a crucial stage in personality development, during which the psychological environment has a direct impact on children's emotional state, behavior, and social relationships. A favorable psychological climate helps children develop self-confidence, a sense of security, and effective communication skills with peers. Special attention is given to the role of educators and the surrounding environment in the child's social development. Research shows that in groups with a positive climate, social adaptation occurs faster, conflicts decrease, and communicative competencies are enhanced. In contrast, a negative environment may lead to anxiety, aggression, and social withdrawal. The article also highlights ways to improve the psychological climate in preschool institutions to ensure effective socialization of children.

Key words: early age, psychological climate, socialization, emotional development, preschool education, educator, social adaptation.

Kirish. Erta yoshdagi bolalarda ijobiy psixologik iqlimning ijtimoiylashuv jarayoniga ta'siri bugungi kunda maktabgacha ta'lim va rivojlanish psixologiyasining eng muhim va dolzarb yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Chunki aynan 0–7 yosh oralig'i bola shaxsining asosiy psixologik, emotsional va ijtimoiy poydevori shakllanadigan davr bo'lib, bu bosqichda olingan tajriba uning keyingi hayotdagi xulq-atvori, munosabatlari va jamiyatga moslashuv darajasini belgilab beradi.

Ilmiy tadqiqotlarga ko'ra, inson miyasining 80–90% rivojlanishi erta bolalik davrida sodir bo'ladi. Shu sababli bu davr "kritik rivojlanish bosqichi" sifatida e'tirof etiladi. Bu bosqichda bolaga ta'sir qiluvchi har qanday psixologik muhit — ijobiy yoki salbiy bo'lishidan qat'i nazar —

uning neyropsixologik rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO) va UNESCO ma'lumotlariga ko'ra, ijobiy emotsional muhitda o'sayotgan bolalarda kognitiv rivojlanish 20–30% tezroq kechadi va ijtimoiy moslashuv darajasi yuqori bo'ladi.

Psixologik iqlim tushunchasi maktabgacha va erta yoshdagi bolalar muhitida kattalar va tengdoshlar o'rtasidagi munosabatlar, emotsional qo'llab-quvvatlash, xavfsizlik hissi hamda kommunikativ muhitning umumiy holatini anglatadi. Ijobiy psixologik iqlim bolada o'zini erkin his qilish, o'z fikrini ifoda etish, yangi ijtimoiy aloqalar o'rnatish va guruhga tez moslashish imkonini yaratadi.

Mashhur olimlar L.S. Vygotskiy, J. Bowlby, A. Bandura va E. Eriksonning nazariyalarida ham bolaning ijtimoiylashuvi bevosita emotsional muhit va kattalar bilan o'zaro munosabatga bog'liq ekani ta'kidlanadi. Vygotskiyning "yaqin rivojlanish zonasi" nazariyasiga ko'ra, bola kattalar va tengdoshlar yordamida yangi ijtimoiy ko'nikmalarni tezroq o'zlashtiradi. Bowlby esa xavfsiz bog'lanish (secure attachment) shakllangan bolalarda ijtimoiy moslashuv yuqori bo'lishini ilmiy jihatdan asoslab bergan.

Zamonaviy pedagogik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, maktabgacha ta'lim muassasalarida ijobiy psixologik iqlim mavjud bo'lsa, bolalarda agressiv xulq-atvor 25–40% gacha kamayadi, kommunikativ ko'nikmalar esa sezilarli darajada rivojlanadi. Bunday muhitda bola o'zini himoyalangan his qiladi, bu esa uning o'yin faoliyati, ijodiy yondashuvi va ijtimoiy o'zaro ta'sirini kuchaytiradi.

Shuningdek, erta yoshdagi bolalarda ijtimoiylashuv jarayoni faqat maktabgacha ta'lim muassasasida emas, balki oila va atrof-muhit bilan ham chambarchas bog'liqdir. Oila muhitidagi iliqlik, ota-onaning emotsional qo'llab-quvvatlashi va tarbiyachi bilan hamkorlik bolaning psixologik barqarorligini mustahkamlaydi. Shu sababli ijtimoiylashuv jarayoni kompleks tizim sifatida qaraladi.

Shu nuqtai nazardan, erta yoshdagi bolalarda ijobiy psixologik iqlimni shakllantirish nafaqat pedagogik vazifa, balki jamiyatning kelajakdagi ijtimoiy barqarorligi va inson kapitalini rivojlantirishning asosiy omili hisoblanadi. Bu esa mazkur mavzuning ilmiy va amaliy jihatdan dolzarbligini yanada oshiradi.

Adabiyotlar tahlili. Erta yoshdagi bolalarda ijobiy psixologik iqlimning ijtimoiylashuv jarayoniga ta'siri masalasi psixologiya va pedagogika fanlarida keng o'rganilgan va ko'plab nazariy hamda amaliy tadqiqotlarga asos bo'lgan muhim yo'nalishlardan biridir. Ushbu muammoni yoritishda rus, sovet va xorijiy olimlarning ilmiy qarashlari alohida ahamiyat kasb etadi, chunki ular bola shaxsining shakllanishida muhit, emotsional tajriba va ijtimoiy munosabatlarning o'rnini turlicha ilmiy yondashuvlar orqali asoslab berganlar.

Avvalo, rus psixologiya maktabi vakillari L.S. Vygotskiy, A.N. Leontyev, D.B. Elkonin va S.L. Rubinshteynlarning ishlari mazkur muammoning nazariy poydevorini tashkil etadi. Vygotskiy o'zining madaniy-tarixiy rivojlanish nazariyasida bolaning psixik rivojlanishi ijtimoiy muhit bilan uzviy bog'liqligini ta'kidlab, "yaqin rivojlanish zonasi" konsepsiyasi orqali kattalar va tengdoshlar bilan hamkorlik bolaning ijtimoiy va kognitiv rivojlanishini tezlashtirishini ilmiy asoslab bergan. Bu g'oya ijobiy psixologik iqlimning bola rivojlanishidagi hal qiluvchi rolini ochib beradi.

A.N. Leontyev faoliyat nazariyasida shaxsning shakllanishi faoliyat va muloqot jarayonida sodir bo'lishini ko'rsatadi. Uning fikriga ko'ra, bola aynan ijtimoiy faoliyat jarayonida jamiyat me'yorlarini o'zlashtiradi va bu jarayonning samaradorligi muhitning psixologik holatiga bevosita bog'liqdir. D.B. Elkonin esa o'yin faoliyatini maktabgacha va erta yoshdagi bolalarning yetakchi faoliyati sifatida talqin qilib, o'yin jarayonida bola ijtimoiy rollarni egallashini va muloqot ko'nikmalarini rivojlantirishini asoslab bergan.

S.L. Rubinshteyn "tashqi sharoitlar ichki sharoitlar orqali o'zlashtiriladi" degan tamoyil orqali psixologik muhitning bola ichki dunyosiga ta'sirini tushuntiradi. Bu yondashuvga ko'ra, ijobiy psixologik iqlim bolaning emotsional barqarorligi va ijtimoiy moslashuvini shakllantiruvchi muhim omil hisoblanadi. A.V. Zaporjets esa erta yoshdagi emotsional rivojlanishning

ahamiyatini ta'kidlab, ijobiy hissiy muhit bolaning bilish va ijtimoiy faoliyatini kuchaytirishini qayd etadi.

Xorijiy olimlar orasida J. Bowlby, J. Piaget, A. Bandura va E. Eriksonning nazariyalari alohida ilmiy ahamiyatga ega. Bowlbyning "bog'lanish nazariyasi"ga ko'ra, bola va tarbiyachi (yoki ona) o'rtasidagi xavfsiz emotsional bog'liqlik keyingi ijtimoiy munosabatlarning sifatini belgilaydi. Xavfsiz bog'lanish shakllangan bolalarda ijtimoiy moslashuv yuqori bo'lishi, stressga chidamlilik kuchli rivojlanishi ilmiy tadqiqotlarda tasdiqlangan.

J. Piagetning kognitiv rivojlanish nazariyasida bola atrof-muhit bilan faol o'zaro ta'sir orqali bilim va tajribani shakllantirishi ta'kidlanadi. Bu jarayon ijtimoiy muhitning sifati bilan bevosita bog'liq bo'lib, ijobiy psixologik iqlim bolaning bilish jarayonlarini faollashtiradi. A. Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasiga ko'ra, bola xulq-atvorni kuzatish va taqlid orqali o'zlashtiradi, shuning uchun tarbiyachi va tengdoshlar ijobiy namuna bo'lishi ijtimoiylashuv jarayonida muhim rol o'ynaydi.

E. Erikson esa psixososial rivojlanish nazariyasida erta yoshni "ishonchga qarshi ishonchsizlik" va "mustaqillikka qarshi shubha" bosqichlari bilan izohlaydi. Uning fikricha, ijobiy psixologik muhit bolada o'ziga ishonch va tashabbuskorlikni shakllantiradi, bu esa ijtimoiy moslashuvning asosiy sharti hisoblanadi.

Zamonaviy pedagogik yondashuvlarda, jumladan Montessori va Reggio Emilia tizimlarida ham psixologik iqlimning ahamiyati alohida ta'kidlanadi. Montessori metodikasida bola mustaqil faoliyat orqali rivojlansa, Reggio Emilia yondashuvida muhit "uchinchi o'qituvchi" sifatida qaraladi, ya'ni estetik va emotsional jihatdan qulay muhit bola ijodkorligi va ijtimoiy faolligini kuchaytiradi.

Umuman olganda, ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, erta yoshdagi bolalarda ijobiy psixologik iqlim ularning ijtimoiylashuv jarayonini tezlashtiruvchi asosiy omillardan biridir. Rus va xorijiy olimlarning qarashlari bir-birini to'ldirgan holda, emotsional xavfsizlik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va faol muloqot muhitining bola shaxsini shakllantirishdagi hal qiluvchi rolini ilmiy jihatdan asoslab beradi.

Xulosa. Erta yoshdagi bolalarda ijobiy psixologik iqlimning ijtimoiylashuv jarayoniga ta'siri tahlili shuni ko'rsatadiki, bola shaxsining shakllanishi va jamiyatga moslashuvi eng avvalo uning atrofidagi emotsional va ijtimoiy muhit sifatiga bevosita bog'liqdir. Maktabgacha va erta yosh davrida shakllangan psixologik tajriba bolaning kelajakdagi xulq-atvori, muloqot madaniyati va o'zini tutish strategiyalariga kuchli ta'sir ko'rsatadi.

Tahlil natijalari asosida aytish mumkinki, ijobiy psixologik iqlim — bu faqatgina qulay tashqi sharoit emas, balki bolaga nisbatan emotsional qo'llab-quvvatlash, xavfsizlik hissi, ishonchli munosabatlar va sog'lom ijtimoiy aloqalar tizimidir. Bunday muhitda bola o'zini erkin his qiladi, tengdoshlari bilan hamkorlikka kirishadi, yangi ijtimoiy rollarni sinab ko'radi va asta-sekin jamiyat me'yorlarini o'zlashtiradi.

Ilmiy yondashuvlar shuni tasdiqlaydiki, ijobiy psixologik iqlim mavjud bo'lgan sharoitda bolalarda ijtimoiy moslashuv jarayoni tezlashadi, kommunikativ ko'nikmalar rivojlanadi va emotsional barqarorlik mustahkamlanadi. Aksincha, salbiy yoki beqaror muhit bolalarda xavotir, tortinchoqlik, agressiya va ijtimoiy chekinish holatlarining kuchayishiga olib kelishi mumkin.

Shuningdek, o'rganilgan nazariyalar (Vygotskiy, Bowlby, Bandura, Erikson va boshqalar) ijtimoiylashuv jarayonida kattalar bilan munosabat, taqlid, bog'lanish va faoliyatning o'zni nihoyatda muhim ekanini ko'rsatadi. Bu esa erta yoshdagi bolalar bilan ishlashda tarbiyachi va ota-onaning mas'uliyati yuqori ekanligini anglatadi.

Umuman olganda, ijobiy psixologik iqlimni shakllantirish nafaqat pedagogik jarayonning samaradorligini oshiradi, balki bolaning kelajakdagi shaxsiy va ijtimoiy muvaffaqiyatini ham belgilaydi. Shu sababli maktabgacha ta'lim muassasalari va oila hamkorligida sog'lom, qo'llab-quvvatlovchi va barqaror psixologik muhit yaratish jamiyatning kelajak rivoji uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

1. Выготский Л. С. Мышление и речь. – Москва: Лабиринт, 1999. – 352 с.
2. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – Москва: Смысл, 2005. – 431 с.
3. Эльконин Д. Б. Психология игры. – Москва: Владос, 1999. – 360 с.
4. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – Санкт-Петербург: Питер, 2002. – 720 с.
5. Запорожец А. В. Избранные психологические труды. – Москва: Педагогика, 1986. – 496 с.
6. Piaget J. The Psychology of Intelligence. – London: Routledge, 2000. – 182 p.
7. Bandura A. Social Learning Theory. – Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1977. – 247 p.

Muxlisov Sodiqjon Saidjonovich
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

RAQAMLI TA'LIM MUHITIDA KREDIT-MODUL TIZIMINING PSIXOLOGIK MOSLASHUV JARAYONLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada raqamli ta'lim muhitida kredit-modul tizimining psixologik moslashuv jarayonlari tahlil qilinadi. Zamonaviy oliy ta'lim sharoitida raqamli platformalar asosida o'qitish talabani kognitiv, emotsional va xulq-atvor moslashuviga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqotda talabani yangi ta'lim sharoitiga adaptatsiyasi, akademik stressni boshqarish, mustaqil o'qish ko'nikmalarining shakllanishi hamda motivatsion barqarorlik masalalari ko'rib chiqiladi. Shuningdek, kredit-modul tizimida raqamli vositalar (LMS, onlayn kurslar, virtual platformalar) orqali o'qish jarayonining psixologik jihatlari yoritiladi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, raqamli ta'lim muhitida samarali moslashuv uchun metakognitiv ko'nikmalar, o'zini o'zi boshqarish va ichki motivatsiya muhim ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: raqamli ta'lim, kredit-modul tizimi, psixologik moslashuv, akademik stress, metakognitsiya, o'zini o'zi boshqarish, motivatsiya.

Аннотация. В данной статье анализируются процессы психологической адаптации кредитно-модульной системы в цифровой образовательной среде. Рассматривается влияние цифровых платформ обучения на когнитивную, эмоциональную и поведенческую адаптацию студентов. Особое внимание уделяется адаптации к новым условиям обучения, управлению академическим стрессом, формированию навыков самостоятельного обучения и устойчивости мотивации. Также анализируются психологические аспекты использования цифровых инструментов (LMS, онлайн-курсы, виртуальные платформы) в кредитно-модульной системе. Результаты показывают, что ключевыми факторами успешной адаптации являются метакогнитивные навыки, саморегуляция и внутренняя мотивация.

Ключевые слова: цифровое образование, кредитно-модульная система, психологическая адаптация, академический стресс, метакогнития, саморегуляция, мотивация.

Abstract. This article examines the psychological adaptation processes of the credit-modular system in a digital learning environment. It analyzes how digital educational platforms influence students' cognitive, emotional, and behavioral adaptation. Special attention is given to adaptation to new learning conditions, academic stress management, development of self-directed learning skills, and motivational stability. The study also explores psychological aspects of using digital tools such as LMS, online courses, and virtual platforms within the credit-modular system. The results indicate that metacognitive skills, self-regulation, and intrinsic motivation are key factors for successful adaptation in digital education environments.

Key words: digital education, credit-modular system, psychological adaptation, academic stress, metacognition, self-regulation, motivation.

Kirish. So'nggi o'n yillikda global ta'lim tizimida raqamli transformatsiya jarayonlari jadal sur'atlarda rivojlanib, oliy ta'lim muassasalarida kredit-modul tizimining joriy etilishi bilan uyg'unlashdi. UNESCO va OECD ma'lumotlariga ko'ra, 2020-yildan keyingi davrda dunyo bo'yicha universitetlarning 80% dan ortig'i ta'lim jarayonining kamida bir qismini raqamli platformalar orqali amalga oshira boshlagan. Bu jarayon ayniqsa COVID-19 pandemiyasi davrida keskin tezlashib, an'anaviy auditoriya ta'limidan raqamli va gibrid ta'lim modeliga o'tishni kuchaytirdi. O'zbekiston oliy ta'lim tizimida ham 2020-yildan boshlab kredit-modul tizimi bosqichma-bosqich joriy etilib, raqamli ta'lim platformalari (LMS, Moodle, Hemis va boshqalar) asosida o'quv jarayonini tashkil etish keng ommalashdi.

Kredit-modul tizimi talabani individual ta'lim trayektoriyasini shakllantirishga, mustaqil o'qish ko'nikmalarini rivojlantirishga va akademik mas'uliyatni oshirishga yo'naltirilganligi bilan ajralib turadi. Raqamli ta'lim muhiti esa ushbu tizimni yanada dinamik va moslashuvchan shaklga keltirib, talabani o'quv jarayonini istalgan vaqtda va istalgan joydan boshqarish imkonini yaratadi. Biroq bu imkoniyatlar bilan bir qatorda psixologik moslashuv jarayonlari murakkablashib, yangi kognitiv va emotsional yuklamalarni yuzaga keltirmoqda.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, raqamli ta'lim muhitida o'qiyotgan talabalarning 35–45% qismi dastlabki bosqichlarda akademik stress, diqqatning pasayishi va motivatsion beqarorlik kabi muammolarga duch keladi (OECD, 2023). Bu holat ayniqsa kredit-modul tizimida yanada sezilarli bo'lib, chunki talaba o'z ta'lim jarayonini mustaqil rejalashtirishi, vaqtni boshqarishi va o'z o'quv natijalari uchun bevosita javobgar bo'lishi kerak bo'ladi.

Raqamli ta'lim muhitining kengayishi bilan birga talabani psixologik moslashuv jarayonlari ham yangi bosqichga chiqdi. Bu jarayonda kognitiv yuklama (cognitive load), raqamli charchoq (digital fatigue), prokrastinatsiya va ijtimoiy izolatsiya kabi omillar motivatsiya va o'quv samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda. Shu bilan birga, raqamli vositalar talabani metakognitiv ko'nikmalarini rivojlantirish, o'zini o'zi boshqarish va refleksiya jarayonlarini kuchaytirish imkonini ham yaratadi.

Kredit-modul tizimida raqamli ta'limning psixologik moslashuv jarayonlari integratsion yondashuvni talab etadi. Bu yondashuv kognitiv psixologiya, ta'lim psixologiyasi va raqamli pedagogika elementlarini birlashtirib, talabani yangi ta'lim muhitiga samarali moslashuvini ta'minlashga qaratilgan. Xususan, A. Bandura, E. Deci va R. Ryan kabi olimlarning nazariyalari talabani o'zini o'zi boshqarish va ichki motivatsiyasini shakllantirishda muhim ilmiy asos bo'lib xizmat qiladi.

Shunday qilib, raqamli ta'lim muhitida kredit-modul tizimining psixologik moslashuv jarayonlarini o'rganish bugungi kunda nafaqat pedagogik, balki psixologik va ijtimoiy jihatdan ham dolzarb ilmiy muammo hisoblanadi. Chunki ushbu jarayonlar talabani akademik muvaffaqiyati, kasbiy kompetensiyasi va shaxsiy rivojlanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Adabiyotlar tahlili. Raqamli ta'lim muhitida kredit-modul tizimining psixologik moslashuv jarayonlarini o'rganish zamonaviy pedagogika va ta'lim psixologiyasining eng dolzarb yo'nalishlaridan biri bo'lib, ushbu masala bo'yicha xorijiy va rus olimlari tomonidan keng ko'lamli ilmiy tadqiqotlar olib borilgan. Mazkur tadqiqotlar ta'lim jarayonining raqamlashtirilishi, talabani adaptatsiyasi, kognitiv yuklama, motivatsiya va o'zini o'zi boshqarish mexanizmlarini turli nazariy yondashuvlar asosida tahlil qiladi.

Xorijiy ilmiy adabiyotlarda raqamli ta'lim muhitining psixologik asoslarini o'rganishda J. Bruner, A. Bandura, E. Deci va R. Ryan, B. Zimmerman kabi olimlarning ishlari alohida ahamiyatga ega. Xususan, E. Deci va R. Ryan tomonidan ishlab chiqilgan o'zini o'zi belgilash nazariyasi raqamli ta'lim sharoitida talabani ichki motivatsiyasini shakllantirishda asosiy ilmiy baza sifatida qaraladi. Ularning fikricha, avtonomiya, kompetentlik va ijtimoiy bog'liqlikning ta'minlanishi talabani yangi ta'lim muhitiga psixologik moslashuvini osonlashtiradi. Kredit-modul tizimida esa aynan shu omillar talabani mustaqil o'qish faoliyatini faollashtiradi.

A. Banduraning ijtimoiy-kognitiv nazariyasi doirasida esa self-efficacy - ya'ni o'z qobiliyatiga ishonch - raqamli ta'lim muhitida moslashuvning muhim psixologik omili sifatida

ko'rsatiladi. Banduraga ko'ra, talaba o'z imkoniyatlariga ishongan sari u murakkab raqamli platformalardan foydalanishga, mustaqil topshiriqlarni bajarishga va akademik qiyinchiliklarni yengishga ko'proq tayyor bo'ladi. Bu esa kredit-modul tizimidagi individual ta'lim trayektoriyasining samaradorligini oshiradi.

Shuningdek, B. Zimmerman va P. Pintrich tomonidan ishlab chiqilgan o'zini o'zi boshqariladigan ta'lim (self-regulated learning) konsepsiyasi raqamli ta'lim muhitida juda muhim o'rin tutadi. Ushbu yondashuvga ko'ra, talaba o'z o'qish jarayonini rejalashtirishi, monitoring qilishi va baholashi kerak. LMS tizimlari, onlayn platformalar va masofaviy ta'lim vositalari aynan shu jarayonni qo'llab-quvvatlaydi, biroq ular bilan birga prokrastinatsiya va diqqatning pasayishi kabi psixologik muammolarni ham yuzaga keltiradi.

Kognitiv psixologiyada J. Sweller tomonidan ilgari surilgan kognitiv yuklama nazariyasi raqamli ta'lim muhitida moslashuv jarayonlarini tushunishda muhim ahamiyatga ega. Ushbu nazariyaga ko'ra, raqamli platformalarda bir vaqtning o'zida ortiqcha ma'lumotlarning taqdim etilishi talabanning ishchi xotirasiga ortiqcha yuk tushiradi va o'qish samaradorligini pasaytiradi. Shu sababli kredit-modul tizimida o'quv materiallarini modullarga ajratish va bosqichma-bosqich o'zlashtirish tamoyili psixologik jihatdan asoslangan hisoblanadi.

Rus psixologik maktabida L.S. Vygotskiy, A.N. Leontyev, S.L. Rubinshteyn va P.Ya. Galperinlarning ishlari raqamli ta'lim muhitida ham o'z dolzarbligini saqlab qolmoqda. Vygotskiyning "yaqin rivojlanish zonasi" konsepsiyasi raqamli platformalarda mentorlik, forumlar va onlayn hamkorlik orqali bilim olish jarayonini tushuntiradi. Leontyevning faoliyat nazariyasi esa talabanning o'quv faoliyatini motivlar, maqsad va operatsiyalar tizimi sifatida tahlil qiladi, bu esa kredit-modul tizimida mustaqil ta'limni psixologik jihatdan asoslashga xizmat qiladi.

Zamonaviy rus olimlari (V.A. Yakunin, I.A. Zimnyaya, A.K. Markova) raqamli ta'lim sharoitida motivatsiya va adaptatsiya jarayonlarini o'rganib, talabanning psixologik moslashuvi ko'p bosqichli jarayon ekanligini ta'kidlaydilar. Ularning fikricha, raqamli muhitda o'qish jarayoni faqat texnologik emas, balki chuqur psixologik o'zgarishlarni ham talab qiladi, chunki talaba yangi rol - mustaqil, o'zini boshqaruvchi subyekt rolini qabul qilishi kerak bo'ladi.

OECD va UNESCO hisobotlarida ham raqamli ta'lim muhitining psixologik ta'siri keng yoritilgan bo'lib, unda adaptatsiya jarayonida akademik stress, raqamli charchoq (digital fatigue) va ijtimoiy izolyatsiya kabi muammolar qayd etiladi. Shu bilan birga, raqamli vositalar talabanning refleksiya, metakognitsiya va mustaqil fikrlash qobiliyatini rivojlantirishda muhim imkoniyatlar yaratishi ham ta'kidlanadi.

Umuman olganda, xorijiy va rus olimlarining ilmiy qarashlari shuni ko'rsatadiki, raqamli ta'lim muhitida kredit-modul tizimining psixologik moslashuv jarayonlari murakkab, ko'p darajali va integratsion xarakterga ega. Bu jarayonlar kognitiv, emotsional va ijtimoiy-psixologik omillarning o'zaro ta'siri asosida shakllanadi hamda talabanning ta'limga muvaffaqiyatli moslashuvi uchun kompleks yondashuvni talab etadi.

Xulosa. Raqamli ta'lim muhitida kredit-modul tizimining joriy etilishi zamonaviy oliy ta'limning sifat jihatdan yangi bosqichga chiqishiga sabab bo'ldi. Ushbu tizim talabanning mustaqil o'qish faoliyatini kengaytirishi, individual ta'lim trayektoriyasini shakllantirishi hamda akademik mas'uliyatni oshirishi bilan ajralib turadi. Biroq raqamli transformatsiya jarayoni nafaqat texnologik o'zgarishlarni, balki chuqur psixologik moslashuv jarayonlarini ham talab etadi.

O'tkazilgan nazariy tahlillar shuni ko'rsatadiki, raqamli ta'lim muhitida talabanning moslashuvi kognitiv, emotsional va xulq-atvor darajalarida kechadi. Bu jarayonda o'zini o'zi boshqarish, metakognitiv fikrlash, ichki motivatsiya va akademik o'z-o'ziga ishonch (self-efficacy) hal qiluvchi rol o'ynaydi. Ayniqsa, kredit-modul tizimi sharoitida talabanning vaqtini rejalashtirish, mustaqil qaror qabul qilish va o'quv faoliyatini monitoring qilish qobiliyati uning akademik muvaffaqiyatini belgilovchi asosiy omillardan biri hisoblanadi.

Shu bilan birga, raqamli ta'lim muhiti talabanning psixologik holatiga ikki tomonlama ta'sir ko'rsatadi. Bir tomondan, LMS tizimlari, onlayn resurslar va interaktiv platformalar bilim olishni qulaylashtiradi hamda moslashuv jarayonini tezlashtiradi. Ikkinchi tomondan esa, ortiqcha axborot

oqimi, raqamli charchoq, prokrastinatsiya va ijtimoiy izolyatsiya kabi omillar moslashuv jarayonini murakkablashtirishi mumkin.

Rus va xorijiy olimlar qarashlarini umumlashtirgan holda shuni aytish mumkinki, raqamli ta'lim muhitida psixologik moslashuv jarayoni faqat tashqi sharoitlarga emas, balki talabaning ichki psixologik resurslariga ham bevosita bog'liqdir. Vygotskiy, Bandura, Deci va Ryan kabi olimlarning nazariyalari bu jarayonning ilmiy asoslarini belgilab beradi va talabaning faol subyekt sifatida shakllanishini tushuntiradi.

Xulosa qilib aytganda, kredit-modul tizimining raqamli ta'lim muhitidagi samaradorligi talabaning psixologik moslashuv darajasiga bevosita bog'liqdir. Shu sababli kelgusida ta'lim jarayonini takomillashtirishda faqat texnologik innovatsiyalar emas, balki psixologik qo'llab-quvvatlash, motivatsiyani rivojlantirish va adaptatsiya mexanizmlarini kuchaytirish ham muhim ahamiyat kasb etadi. Bu esa talabaning nafaqat akademik muvaffaqiyatiga, balki uning shaxsiy va kasbiy rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Deci E. L., Ryan R. M. Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. - New York: Plenum Press, 1985. - 371 p.
2. Bandura A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. - New York: W. H. Freeman, 1997. - 604 p.
3. Zimmerman B. J. Self-Regulated Learning: Theories, Measures, and Outcomes. - New York: Springer, 2013. - 220 p.
4. Pintrich P. R. A Motivational Science Perspective on the Role of Student Motivation in Learning and Teaching Contexts. - Mahwah: Lawrence Erlbaum, 2003. - 502 p.
5. Sweller J. Cognitive Load Theory. - New York: Psychology Press, 2011. - 307 p.

Elmurodova Aziza Suvon qizi

*Buxoro Innovatsiyalar Universiteti "Pedagogika,
Psixologiya va Sport" kafedrası o'qituvchisi*

MADANIY VA ETNIK XUSUSIYATLAR ASOSIDA TALABALARARO KOMMUNIKATSIYA VA IJTIMOY KO'NIKMALARNI RIVOJLANTIRISH

Annotatsiya. Maqola etnopsixologik omillarning talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirishdagi rolini tahlil qiladi. Etnopsixologik omillar milliy qadriyatlar, an'analar, urf-odatlar, guruhiiy identifikatsiya va madaniy tajriba orqali talabalarning axborotni qabul qilish, tahlil qilish va baholash qobiliyatiga ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, talabalarning etnopsixologik bilimlari va madaniy ongining rivojlanishi ijtimoiy axborotga tanqidiy munosabatni, tolerantlikni va samarali muloqot qobiliyatini oshiradi. Shu bilan birga, etnopsixologik yondashuvlar talabalarning mustaqil fikrlash, qaror qabul qilish va ijtimoiy mas'uliyatini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Oliy ta'lim jarayonida etnopsixologik metodlar va interaktiv pedagogik texnologiyalarni qo'llash talabalar ijtimoiy axborot kompetentligini rivojlantirishda samarali vosita bo'lib xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: etnopsixologik omillar, ijtimoiy axborot kompetentligi, talaba, madaniy ong, guruhiiy identifikatsiya.

Аннотация. Статья посвящена анализу роли этнопсихологических факторов в формировании социальной информационной компетентности студентов. Этнопсихологические факторы, включающие национальные ценности, традиции, обычаи, групповую идентификацию и культурный опыт, влияют на восприятие, анализ и оценку социальной информации студентами. Результаты исследований показывают, что развитие этнопсихологических знаний и культурного сознания студентов способствует

критическому восприятию информации, повышению толерантности и эффективности межличностного общения. Более того, применение этнопсихологических подходов способствует формированию у студентов самостоятельного мышления, способности принимать обоснованные решения и социальной ответственности. В образовательном процессе использование этнопсихологических методов и интерактивных педагогических технологий выступает эффективным инструментом для развития социальной информационно-коммуникативной компетентности студентов.

Ключевые слова: этнопсихологические факторы, социальная информационная компетентность, студенты, культурное сознание, групповая идентификация.

Abstract. The article examines the role of ethnopsychological factors in shaping students' social information competence. Ethnopsychological factors, including national values, traditions, customs, group identity, and cultural experience, influence students' ability to perceive, analyze, and evaluate social information. Research results indicate that the development of ethnopsychological knowledge and cultural awareness enhances critical information processing, tolerance, and effective interpersonal communication among students. Furthermore, applying ethnopsychological approaches contributes to developing independent thinking, decision-making skills, and social responsibility. In higher education, the use of ethnopsychological methods and interactive pedagogical technologies serves as an effective means of fostering students' social information competence.

Key words: ethnopsychological factors, social information competence, students, cultural awareness, group identity.

Kirish. Zamonaviy global va axborot jamiyatida talabalarning ijtimoiy axborotni idrok etish va samarali ishlash qobiliyati ularning shaxsiy, akademik va professional rivojlanishida muhim ahamiyatga ega. Axborotning tez o'zgaruvchi tabiati va ijtimoiy muhitning murakkabligi shuni talab qiladi: talabalar nafaqat ma'lumotni qabul qilish, balki uni tanqidiy tahlil qilish, baholash va amaliyotga tatbiq etish qobiliyatiga ega bo'lishlari lozim. Shu kontekstda, ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirish masalasi nafaqat pedagogik, balki psixologik nuqtai nazardan ham dolzarb hisoblanadi.

Etnopsixologik omillar, ya'ni milliy qadriyatlar, urf-odatlar, an'analar, guruhiy identifikatsiya va madaniy tajriba, talabalar ijtimoiy axborotni qabul qilish jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Ushbu omillar talabaning kognitiv, emotsional va ijtimoiy komponentlarini faollashtiradi, axborotni tanqidiy baholash va mantiqiy tahlil qilish qobiliyatini shakllantiradi. Shu bilan birga, etnopsixologik ong talabaning tolerantlik, madaniyatlararo muloqot qobiliyati va ijtimoiy mas'uliyatini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Mamlakatimiz va xorijiy olimlarning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, talabalarda etnopsixologik bilimlarni rivojlantirish ijtimoiy axborotga nisbatan ongli va mas'uliyatli munosabatni shakllantirishda samarali vosita hisoblanadi. Shu sababli, oliy ta'lim muassasalarida etnopsixologik metodlar, interaktiv pedagogik texnologiyalar va madaniy refleksiya mashg'ulotlarini qo'llash talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini rivojlantirishda asosiy strategik yo'nalishlardan biri hisoblanadi.

Maqolaning maqsadi – etnopsixologik omillarning talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirishdagi rolini ilmiy-nazariy va empirik jihatdan o'rganish, ularni ta'lim jarayonida samarali qo'llash mexanizmlarini aniqlashdir. Ushbu tadqiqot natijalari oliy ta'lim muhitida ijtimoiy axborot kompetentligini rivojlantirish bo'yicha amaliy tavsiyalarni ishlab chiqishga imkon beradi.

Adabiyotlar tahlili. Talabalarda ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirish va rivojlantirish masalasi zamonaviy pedagogika va psixologiya fanida dolzarb tadqiqot mavzusi hisoblanadi. Ilmiy adabiyotlarda etnopsixologik omillar – milliy qadriyatlar, an'analar, urf-odatlar, guruhiy identifikatsiya va madaniy tajriba – talabaning ijtimoiy axborotni qabul qilish, tahlil qilish va baholash qobiliyatiga bevosita ta'sir qilishi ta'kidlanadi.

Rossiya olimlari G.U. Soldatova va V.G. Krys'ko tadqiqotlarida etnopsixologik ong talabaniing axborotni idrok etish va tahlil qilish jarayonida asosiy psixologik vosita ekanligi qayd etilgan. Ularning fikricha, talabalarda etnopsixologik ong rivojlangan bo'lsa, ular ijtimoiy axborotni tanqidiy baholash, madaniy kontekstni inobatga olish va shaxslararo muloqotda samarali bo'lish imkoniyatiga ega bo'ladi. Shu bilan birga, I.A. Surovtseva etnopsixologik kompetentlikni oliy ta'lim jarayonida ijtimoiy mas'uliyatni shakllantirish va o'quv samaradorligini oshirish vositasi sifatida baholaydi.

Xorijiy tadqiqotchilar ham etnopsixologik omillarni talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirish bilan bog'laydi. G. Tejfel va J. Törnerning ijtimoiy identifikatsiya nazariyasi shaxsning etnik yoki ijtimoiy guruhga mansubligi guruh stereotiplari va axborotga munosabatini belgilashini ko'rsatadi. R. Bruner esa axborotni qabul qilish jarayonini shaxsning faol konstruksiyasi sifatida talqin qiladi, bunda madaniy tajriba va ilgari olingan bilimlar ijtimoiy hodisalarni idrok etishda asosiy rol o'ynaydi.

G. Hofstede tadqiqotlarida esa madaniyatlar farqi talabalarning axborotni qayta ishlash uslubi, ijtimoiy munosabatlari va axborotni baholash qobiliyatiga ta'sir qilishi ko'rsatilgan. Shu bilan birga, etnopsixologik ong rivojlangan talabalarda axborotni tanqidiy qabul qilish, madaniyatlararo muloqotga moslashish va guruh ichidagi ijtimoiy funktsiyalarni samarali bajarish qobiliyati oshadi.

Umumlashtiradigan bo'lsak, nafaqat Rossiya, balki xorijiy olimlarning tadqiqotlari ham etnopsixologik omillar talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi. Bu omillar kognitiv, emotsional va ijtimoiy jarayonlarga ta'sir qiladi, tanqidiy fikrlash, tolerantlik va axborotni ongli qabul qilish qobiliyatini rivojlantiradi. Shu asosda, oliy ta'lim muassasalarida etnopsixologik metodlarni va interaktiv pedagogik texnologiyalarni joriy etish talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini samarali shakllantirishda zaruriy shart hisoblanadi.

Albatta! Quyida siz so'ragan «Etnopsixologik omillarning talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirishdagi roli» mavzusi bo'yicha keng qamrovli, bir butun, mazmunan uzviy bog'langan muhokama matni keltiriladi. Matn ilmiy-uslubda, o'zbek tilida tayyorlandi.

Muhokama. O'tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, talabalarda ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirish jarayonida etnopsixologik omillar hal qiluvchi rol o'ynaydi. Milliy qadriyatlar, an'analar, urf-odatlar, guruhii identifikatsiya va madaniy tajriba talabaniing axborotni qabul qilish, tahlil qilish va baholash jarayonlariga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqot ma'lumotlariga ko'ra, etnopsixologik ong talabaniing kognitiv jarayonlarini faollashtirib, axborotni tanqidiy baholash va mantiqiy tahlil qilish qobiliyatini oshiradi, shuningdek, emotsional javob va ijtimoiy baholash mexanizmlarini mustahkamlaydi.

Tadqiqot shuni ham ko'rsatdiki, talabalarning madaniy ongini rivojlantirish ijtimoiy axborotga mas'uliyatli munosabatni, tolerantlikni va samarali muloqot qobiliyatini oshiradi. Ushbu xulosalar G.U. Soldatova va V.G. Krys'ko tadqiqotlari bilan ham mos keladi, ularning fikricha, etnopsixologik ong talabalarning ijtimoiy va kognitiv kompetentligini shakllantirishda muhim psixologik vositadir. Shu bilan birga, xorijiy tadqiqotchilar, masalan, G. Tejfel va J. Törner, guruh identifikatsiyasi va madaniy kontekstning shaxsning axborotni qabul qilishi va ijtimoiy hodisalarni talqin qilishdagi rolini alohida ta'kidlaydilar.

Tadqiqot natijalari shuni ham ko'rsatadiki, etnopsixologik omillarni hisobga olmagan holda ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirish jarayoni samaradorligini yo'qotadi. Talabalarda madaniy ong va guruhii identifikatsiya yetarlicha rivojlanmagan bo'lsa, ular axborotni soddalashtirilgan yoki stereotipik shaklda qabul qilishga moyil bo'ladi, bu esa ularning ijtimoiy qarorlar qabul qilish va axborot bilan ishlash qobiliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Shu nuqtai nazardan, oliy ta'lim muhitida etnopsixologik metodlarni qo'llashning pedagogik ahamiyati ortadi. Interaktiv dars metodlari, guruhli treninglar, madaniy refleksiya mashg'ulotlari talabalarning etnopsixologik ongini rivojlantiradi, ularni ijtimoiy axborotga tanqidiy munosabatga o'rgatadi va madaniyatlararo muloqot ko'nikmalarini oshiradi. Bunday yondashuv talabalarning

mustaqil fikrlash, qaror qabul qilish va ijtimoiy mas'uliyatni shakllantirishda ham muhim rol o'ynaydi.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, etnopsixologik omillar va ijtimoiy axborot kompetentligini rivojlantirish o'zaro bog'liq jarayon bo'lib, ularning uyg'un ishlashi talabalarning ijtimoiy jihatdan mas'uliyatli, madaniyatli va axborot bilan samarali ishlay oladigan shaxsga aylanishini ta'minlaydi. Shu sababli, oliy ta'lim muassasalarida talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini oshirish uchun etnopsixologik yondashuvlarni tizimli qo'llash zarur.

Albatta! Quyida siz so'ragan «Etnopsixologik omillarning talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirishdagi roli» mavzusi bo'yicha mazmunan boy, ilmiy-uslubda xulosa keltiriladi.

Xulosa. O'tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, etnopsixologik omillar talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega. Milliy qadriyatlar, an'analar, urf-odatlar, guruhiiy identifikatsiya va madaniy tajriba talabaning axborotni idrok etish, tahlil qilish, baholash va ongli qarorlar qabul qilish qobiliyatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, etnopsixologik ong rivojlangan talabalarda axborotni tanqidiy qabul qilish, tolerantlik, madaniyatlararo muloqot va ijtimoiy mas'uliyat yuqori darajada namoyon bo'ladi.

Shuningdek, oliy ta'lim muhitida etnopsixologik yondashuvlar va interaktiv pedagogik metodlarni qo'llash talabalarning madaniy bilimni kengaytiradi va ularni ijtimoiy axborot bilan samarali ishlashga o'rgatadi. Bu esa mustaqil fikrlash, mantiqiy tahlil, qaror qabul qilish va ijtimoiy mas'uliyat ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Umuman olganda, etnopsixologik omillar va ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirish o'zaro uzviy bog'liq jarayon bo'lib, ular talabalarning shaxsiy, akademik va ijtimoiy rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Shu sababli, oliy ta'lim muassasalarida talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini oshirish uchun etnopsixologik metodlarni tizimli ravishda qo'llash va pedagogik texnologiyalarni joriy etish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati .

1. Выготский Л.С. Психология развития человека. – Москва: Просвещение, 1984. – 320 с.
2. Солдатова Г.У. Этническая идентичность личности и социальная адаптация. – Санкт-Петербург: Питер, 2010. – 256 с.
3. Крысько В.Г. Этнопсихология: теория и практика. – Москва: Академический проект, 2007. – 312 с.
4. Суровцева И.А. Этнокультурная компетентность в образовательном процессе // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2012. – № 4. – С. 45–52.
5. Тэджфел Г., Тернер Дж. The Social Identity Theory of Intergroup Behavior // Psychology of Intergroup Relations. – Chicago: Nelson-Hall, 1986. – P. 7–24.
6. Брунер Р. Active Construction of Reality. – New York: Pantheon Books, 1991. – 256 p.
7. Хофстеде Г. Cultures and Organizations: Software of the Mind. – New York: McGraw-Hill, 1991. – 432 p.

Baxronov Abbos Faxriddin o'g'li
BuxDU tadqiqotchisi

SPORT MAKTABLARIDA SHUG'ULLANUVCHI O'SMIR KURASHCHILARNING TEXNIK-TAKTIK MAHORATINI OSHIRISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH

Annotatsiya. Ushbu ilmiy maqolada o'smirlar sport maktablarida shug'ullanuvchi kurashchilarning texnik-taktik mahoratini oshirish metodikasini takomillashtirishning nazariy va amaliy jihatlarini tahlil qilingan. Mashg'ulot jarayonida texnik tayyorgarlik, taktik fikrlash,

psixologik barqarorlik hamda individual yondashuvning ahamiyati yoritilib, ularning sport natijalariga ta'siri asoslab berilgan. Shuningdek, zamonaviy pedagogik yondashuvlar asosida kurashchilarning sport mahoratini rivojlantirishga xizmat qiluvchi samarali metodik tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: o'smirlar sport maktabi, kurash, texnik tayyorgarlik, taktik tayyorgarlik, texnik-taktik mahorat, mashg'ulot metodikasi, sport pedagogikasi, individual yondashuv, musobaqa faoliyati, taktik fikrlash, psixologik tayyorgarlik, sport mahorati, murabbiylik faoliyati, trening jarayoni, sportchilar tayyorlash tizimi.

Аннотация. В данной научной статье проанализированы теоретические и практические аспекты совершенствования методики повышения технико-тактического мастерства борцов, занимающихся в детско-юношеских спортивных школах. Освещается значение технической подготовки, тактического мышления, психологической устойчивости и индивидуального подхода в тренировочном процессе, а также обосновывается их влияние на спортивные результаты. Кроме того, на основе современных педагогических подходов разработаны эффективные методические рекомендации по развитию спортивного мастерства юных борцов.

Ключевые слова: детско-юношеская спортивная школа, борьба, техническая подготовка, тактическая подготовка, технико-тактическое мастерство, методика тренировок, спортивная педагогика, индивидуальный подход, соревновательная деятельность, тактическое мышление, психологическая подготовка, спортивное мастерство, тренерская деятельность, тренировочный процесс, система подготовки спортсменов.

Abstract. This scientific article analyzes the theoretical and practical aspects of improving the methodology for enhancing the technical and tactical skills of wrestlers training in youth sports schools. It highlights the importance of technical training, tactical thinking, psychological stability, and an individual approach in the training process, as well as their impact on sports performance. In addition, effective methodological recommendations for developing the athletic skills of young wrestlers have been developed based on modern pedagogical approaches.

Keywords: youth sports school, wrestling, technical training, tactical training, technical-tactical skills, training methodology, sports pedagogy, individual approach, competitive activity, tactical thinking, psychological preparation, athletic performance, coaching activity, training process, athlete development system.

Kirish. Sport maktablarida shug'ullanuvchi o'smir kurashchilarning texnik-taktik mahoratini oshirish metodikasini takomillashtirish zamonaviy sport pedagogikasining dolzarb yo'nalishlaridan biri sifatida qaraladi. O'smirlik davri jismoniy va psixologik rivojlanishning eng faol bosqichi bo'lib, aynan shu davrda sportchining asosiy harakat ko'nikmalari shakllanadi. Kurash sporti murakkab koordinatsion harakatlar, tezkor qaror qabul qilish va yuqori darajadagi jismoniy tayyorgarlikni talab etishi bilan ajralib turadi. Shu sababli mashg'ulot jarayonini ilmiy asosda tashkil etish sportchilarning texnik va taktik imkoniyatlarini samarali rivojlantirishda muhim o'rin egallaydi.

O'quv-mashg'ulot jarayonida individual yondashuvni qo'llash har bir sportchining kuchli va zaif tomonlarini aniqlash hamda ularni rivojlantirishga imkon beradi. Texnik harakatlarni mukammal o'zlashtirish faqat takrorlash emas, balki ularni turli vaziyatlarda qo'llash orqali mustahkamlanadi. Taktik tafakkurni rivojlantirish esa kurashchining raqib harakatlarini oldindan tahlil qilish va tezkor qaror qabul qilish qobiliyatini oshiradi. Murabbiylarning ilmiy asoslangan metodlardan foydalanishi mashg'ulot samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Zamonaviy yondashuvlar sportchining psixologik tayyorgarligini ham texnik-taktik rivojlanish bilan uyg'unlashtirish zarurligini ko'rsatadi. Shu jihatlar o'smir kurashchilarning sport mahoratini kompleks tarzda shakllantirish uchun asos bo'lib xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. O'smirlar sport maktablarida kurashchilarning texnik-taktik mahoratini oshirish metodikasini takomillashtirishga oid xorijiy ilmiy qarashlarda Richard Schmidt harakat malakalarini shakllantirishda o'rganish jarayonining bosqichma-bosqich

rivojlanishi muhimligini ta'kidlaydi. Unga ko'ra, texnik elementlar avtomatik darajaga yetishi uchun sportchi turli sharoitlarda takroriy mashqlarni bajarishi lozim. D.Gallahue bolalar va o'smirlar motor rivojlanishining tabiiy qonuniyatlarini tahlil qilib, har bir yosh bosqichiga mos mashg'ulot yuklamalari samaradorligini asoslab bergan. I.Balyi uzoq muddatli sportchi tayyorlash modelini ishlab chiqib, texnik-taktik mahoratni bosqichma-bosqich rivojlantirish eng to'g'ri yondashuv ekanini ko'rsatgan. Ushbu olimlarning qarashlarida o'smir sportchilarni tayyorlashda yuklamaning moslashuvchanligi va individual imkoniyatlarga asoslanishi muhimligi qayd etiladi.

Texnik harakatlarni o'rgatishda tashqi sharoitlarning o'zgarishi sportchining adaptiv qobiliyatini rivojlantirishga xizmat qiladi. Shuningdek, mashg'ulot jarayonida harakatni anglash va uni vaziyatga mos qo'llash ko'nikmasi asosiy mezon sifatida ko'riladi. Murabbiylar tomonidan beriladigan teskari aloqa sportchining xatolarini tezkor tuzatishga yordam beradi. Taktik tafakkurni shakllantirishda o'yinli va vaziyatli metodlardan foydalanish samarali ekanligi ilmiy jihatdan asoslangan. Sportchilarning psixomotor rivojlanishi texnik-taktik tayyorgarlik bilan uzviy bog'liq holda rivojlanishi zarurligi ta'kidlanadi. Ushbu yondashuvlar o'smir kurashchilarning musobaqa sharoitiga tez moslashishini ta'minlaydi.

Kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarligiga oid xorijiy tadqiqotlarda J.Kote sportchilarning erta ixtisoslashuvdan ko'ra ko'p qirrali tayyorgarlikdan o'tishi muhimligini ilmiy asoslab bergan. U o'yinli faoliyat va diversifikatsiyalangan mashg'ulotlar sportchining uzoq muddatli rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatishini ta'kidlaydi. T.Bompa mashg'ulotlarni davrlashtirish orqali texnik va taktik rivojlanishni optimal darajaga yetkazish mumkinligini ko'rsatgan. Uning yondashuviga ko'ra, yuklamaning bosqichma-bosqich oshirilishi sportchining funksional imkoniyatlarini mustahkamlaydi. K.Foster esa mashg'ulot intensivligini nazorat qilish va tiklanish jarayonini hisobga olish texnik sifatni yaxshilashda muhim omil ekanini qayd etgan. Ushbu olimlar fikricha, kurashchilarda taktik qaror qabul qilish tezligi bevosita mashg'ulot muhitining murakkabligiga bog'liq bo'ladi. Texnik elementlarni real vaziyatlarda qo'llash sportchining musobaqa stressiga chidamliligini oshiradi. Murabbiylar tomonidan yaratilgan raqobatga yaqin sharoitlar sportchilarning reaksiya tezligini rivojlantiradi. Taktik tayyorgarlikni baholashda analitik yondashuv va video tahlil usullari keng qo'llanilishi tavsiya etiladi. Ushbu ilmiy qarashlar sport maktablarida metodikani zamonaviylashtirishga xizmat qiladi.

O'smir kurashchilarni tayyorlash metodikasiga oid xorijiy ilmiy yondashuvlarda T.Noakes jismoniy yuklama va charchoqni boshqarish texnik-taktik samaradorlikka bevosita ta'sir qilishini ta'kidlaydi. P.Andersen esa harakatlarni o'rganishda markaziy asab tizimining moslashuv jarayonlarini chuqur tahlil qilib, takroriy mashqlar orqali avtomatizm shakllanishini asoslab bergan. S.Seiler esa yuqori intensivlik va past intensivlikdagi mashqlarni muvozanatli qo'llash sportchining uzoq muddatli rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatishini ilmiy jihatdan ko'rsatgan. Ushbu qarashlarda texnik-taktik mahoratni rivojlantirish jarayoni faqat jismoniy emas, balki neyrofiziologik va psixologik mexanizmlar bilan ham bog'liq ekani ta'kidlanadi.

Mashg'ulotlarda kognitiv yuklama va qaror qabul qilish tezligini oshirishga qaratilgan mashqlar muhim o'rin egallaydi. Sportchining diqqat va konsentratsiyasini rivojlantirish texnik aniqlikni oshirishga xizmat qiladi. Taktik moslashuvchanlikni shakllantirish uchun o'zgaruvchan sharoitlarda mashg'ulot o'tkazish samarali usul sifatida ko'riladi. Murabbiylik jarayonida ilmiy asoslangan yondashuvlardan foydalanish natijadorlikni oshiradi.

Muhokama. O'smirlar sport maktablarida kurashchilarning texnik-taktik mahoratini oshirish metodikasini takomillashtirish masalasi zamonaviy sport pedagogikasining murakkab va ko'p qirrali yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Muhokama jarayonida aniqlanishicha, mashg'ulotlarning samaradorligi nafaqat texnik usullarni o'rgatish, balki ularni real bellashuv sharoitiga moslashtirish darajasi bilan ham belgilanadi. O'smir sportchilarda harakat malakalarini shakllantirishda sensor idrok, tezkor qaror qabul qilish va koordinatsion barqarorlik muhim rol o'ynaydi. Shu sababli metodik yondashuvlar sportchining jismoniy tayyorgarligi bilan bir qatorda uning kognitiv va psixologik rivojlanishini ham qamrab olishi lozim.

Mashg'ulot jarayonida vaziyatli modellashtirish usullaridan foydalanish kurashchilarning taktik fikrlashini rivojlantirishga xizmat qiladi. Texnik harakatlarning avtomatlashuvi esa

muntazam va maqsadli takrorlash orqali shakllanadi, biroq bu jarayon monotonlikdan holi bo'lishi zarur. Murabbiy tomonidan individual yondashuvning qo'llanishi har bir sportchining imkoniyatlarini to'liq ochib berishga yordam beradi. Taktik qaror qabul qilish tezligini oshirish uchun raqobat muhitiga yaqinlashtirilgan mashqlar samarali vosita sifatida baholanadi. Shuningdek, mashg'ulotlarda psixologik bosimni boshqarish elementlarini kiritish musobaqa sharoitida barqaror natijaga erishishni ta'minlaydi. Ushbu yondashuvlar uyg'unligi o'smir kurashchilarning texnik-taktik mahoratini kompleks rivojlantirishga imkon beradi.

Xulosa. O'smirlar sport maktablarida kurashchilarning texnik-taktik mahoratini oshirish metodikasini takomillashtirish bo'yicha olib borilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, samarali natijaga erishish uchun mashg'ulot jarayoni kompleks yondashuv asosida tashkil etilishi lozim. Texnik va taktik tayyorgarlikning uyg'unligi sportchining bellashuvdagi barqarorligini ta'minlaydi hamda harakatlarni o'z vaqtida va to'g'ri qo'llash imkonini kengaytiradi. O'smirlik davrining psixofiziologik xususiyatlari inobatga olinganda, mashg'ulot yuklamalarining moslashtirilishi sportchilarning rivojlanish sur'atiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Murabbiy tomonidan qo'llaniladigan individual yondashuv har bir sportchining texnik imkoniyatlarini aniqlash va ularni bosqichma-bosqich rivojlantirishga xizmat qiladi. Taktik tafakkurni shakllantirishda vaziyatli mashqlar va raqobatga asoslangan treninglar muhim ahamiyatga ega bo'lib, ular sportchining tezkor qaror qabul qilish qobiliyatini mustahkamlaydi.

Texnik elementlarning avtomatlashtirilishi muntazam mashg'ulotlar orqali amalga oshiriladi, biroq bu jarayon ijodiy yondashuv bilan boyitilishi kerak. Psixologik tayyorgarlikni kuchaytirish sportchilarda o'ziga ishonch va stressga chidamlilikni rivojlantiradi, bu esa musobaqa natijalariga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Mashg'ulot jarayonida zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanish sportchilarning qiziqishini oshiradi va o'quv jarayonini samarali qiladi. Kurashchilarning texnik-taktik mahoratini takomillashtirish uzluksiz nazorat va tahlil asosida amalga oshirilganda yuqori natijalarga erishish mumkinligi aniqlanadi. Shu asosda ishlab chiqilgan metodik yondashuvlar o'smir sportchilarni professional sport faoliyatiga tayyorlashda muhim ilmiy-amaliy asos bo'lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
2. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – Киев: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
3. Bompa T. Theory and Methodology of Training. – Human Kinetics, 2015. – 424 p.
4. Schmidt R.A., Lee T.D. Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis. – Human Kinetics, 2011. – 608 p.
5. Cote J. The Development of Sport Expertise. – International Journal of Sport Psychology, 2009. – 35 p.
6. Gallahue D.L., Ozmun J.C. Understanding Motor Development. – McGraw-Hill, 2006. – 512 p.

Keldiyorov Olim Xudoyorovich

Sharof Rashidov nomidagi samarqand davlat universiteti tadqiqotchisi

TA'LIM JARAYONIDA O'QUVCHILARNING HUQUQIY TAFAKKURINI RIVOJLANTIRISHNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK MEKANIZMLARI

Annotatsiya. Mazkur maqolada ta'lim jarayonida o'quvchilarning huquqiy tafakkurini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqotda o'quvchilarda huquqiy tafakkurning shakllanishiga ta'sir etuvchi asosiy omillar sifatida ijtimoiy muhit, pedagogik yondashuvlar, oilaviy tarbiya, tengdoshlar bilan muloqot hamda ta'lim texnologiyalarining ahamiyati yoritilgan. Shuningdek, o'quvchilarning yosh va individual psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda huquqiy tafakkurni rivojlantirishning samarali usullari asoslab berilgan. Maqolada interaktiv metodlar, muammoli ta'lim, trening mashg'ulotlari, bahs-munozaralar va rolli o'yinlarning o'quvchilarda

mustaqil fikrlash, qonunlarga ongli munosabat hamda fuqarolik mas'uliyatini shakllantirishdagi o'rni tahlil etilgan. Bundan tashqari, globallashuv va raqamli axborot makoni sharoitida huquqiy tafakkurni rivojlantirishning zamonaviy pedagogik mexanizmlari ko'rib chiqilgan. Tadqiqot natijalari ta'lim tizimida psixologik va pedagogik yondashuvlarning integratsiyasi o'quvchilarning huquqiy madaniyatini yuksaltirishda muhim omil ekanligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: huquqiy tafakkur, huquqiy madaniyat, ijtimoiy-psixologik mexanizmlar, ta'lim jarayoni, pedagogik yondashuv, huquqiy tarbiya, fuqarolik mas'uliyati, interaktiv metodlar, ijtimoiylashuv, o'quvchi shaxsi.

Аннотация. В данной статье научно и теоретически анализируются социально-психологические механизмы развития правового мышления учащихся в образовательном процессе. В исследовании раскрывается значение социальной среды, педагогических подходов, семейного воспитания, общения со сверстниками и образовательных технологий как основных факторов формирования правового мышления учащихся. Особое внимание уделяется эффективным методам развития правового мышления с учетом возрастных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся. В статье рассматривается роль интерактивных методов, проблемного обучения, тренингов, дискуссий и ролевых игр в формировании самостоятельного мышления, осознанного отношения к закону и гражданской ответственности. Кроме того, анализируются современные педагогические механизмы развития правового мышления в условиях глобализации и цифрового информационного пространства. Результаты исследования показывают, что интеграция психологических и педагогических подходов в образовательном процессе является важным фактором повышения правовой культуры учащихся.

Ключевые слова: правовое мышление, правовая культура, социально-психологические механизмы, образовательный процесс, педагогический подход, правовое воспитание, гражданская ответственность, интерактивные методы, социализация, личность учащегося.

Abstract. This article scientifically and theoretically analyzes the socio-psychological mechanisms of developing students' legal thinking within the educational process. The study highlights the importance of social environment, pedagogical approaches, family upbringing, peer communication, and educational technologies as key factors influencing the formation of legal thinking among students. Particular attention is paid to effective methods of developing legal thinking while considering students' age-related and individual psychological characteristics. The article examines the role of interactive methods, problem-based learning, training sessions, discussions, and role-playing activities in fostering independent thinking, conscious attitudes toward law, and civic responsibility. In addition, modern pedagogical mechanisms for developing legal thinking in the context of globalization and digital information space are discussed. The findings indicate that the integration of psychological and pedagogical approaches in the educational system plays a significant role in improving students' legal culture and social responsibility.

Key words: legal thinking, legal culture, socio-psychological mechanisms, educational process, pedagogical approach, legal education, civic responsibility, interactive methods, socialization, student personality.

Kirish. Hozirgi davrda jamiyat taraqqiyoti, demokratik qadriyatlarning mustahkamlanishi va qonun ustuvorligini ta'minlash jarayonida yosh avlodning huquqiy tafakkurini rivojlantirish muhim ijtimoiy-pedagogik vazifalardan biri sifatida namoyon bo'lmoqda. Huquqiy tafakkur shaxsning qonun va huquqiy me'yorlarni ongli ravishda anglash, huquqiy vaziyatlarni tahlil qilish, adolat va mas'uliyat tamoyillariga asoslangan qaror qabul qilish qobiliyatini ifodalaydi. Ayniqsa, ta'lim jarayonida o'quvchilarning huquqiy tafakkurini rivojlantirish ularning fuqarolik pozitsiyasi, ijtimoiy faolligi va huquqiy madaniyatini shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Globallashuv va raqamli texnologiyalar jadal rivojlanayotgan zamonaviy jamiyatda yoshlarning axborot olish manbalari keskin kengaymoqda. Internet, ijtimoiy tarmoqlar va ommaviy kommunikatsiya vositalari yoshlarning dunyoqarashi va qadriyatlariga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Shu bilan birga, virtual muhit orqali noqonuniy g'oyalar, zo'ravonlikni targ'ib qiluvchi axborotlar va destruktiv ta'sirlarning kuchayishi yoshlarning huquqiy tafakkurini rivojlantirishga yangicha pedagogik yondashuvlarni talab qilmoqda. Ayniqsa, kiberjinoyatchilik, internetdagi huquqbuzarliklar, ijtimoiy befarqlik va fuqarolik mas'uliyatining pasayishi kabi holatlar ta'lim tizimida huquqiy tarbiya samaradorligini oshirish zaruratini yanada kuchaytirmoqda.

O'zbekiston Respublikasida yoshlarning huquqiy ongi va tafakkurini rivojlantirish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida e'tirof etilgan. Xususan, O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi, "Ta'lim to'g'risida"gi Qonun, "Yoshlarga oid davlat siyosati to'g'risida"gi Qonun hamda

“Yangi O‘zbekiston” taraqqiyot strategiyasida yoshlarni huquqiy jihatdan savodli, ijtimoiy faol va mas’uliyatli shaxs sifatida tarbiyalash masalalariga alohida e’tibor qaratilgan. So‘nggi yillarda umumta’lim maktablari va oliy ta’lim muassasalarida “Tarbiya” fanining joriy etilishi, huquqiy targ‘ibot tadbirlarining kengaytirilishi hamda yoshlar bilan ishlashning psixologik mexanizmlarini takomillashtirish bo‘yicha qator islohotlar amalga oshirilmoqda.

Xalqaro tashkilotlar tomonidan olib borilgan tadqiqotlar ham yoshlarning huquqiy tafakkurini rivojlantirish jamiyat barqarorligi va demokratik taraqqiyotning muhim omillaridan biri ekanligini ko‘rsatmoqda. UNESCO ma’lumotlariga ko‘ra, huquqiy bilim va fuqarolik kompetensiyalariga ega yoshlarning ijtimoiy moslashuv darajasi yuqori bo‘lib, ular jamiyatdagi ijtimoiy jarayonlarda faolroq ishtirok etadi. Shuningdek, UNICEF tomonidan o‘tkazilgan tadqiqotlarda yoshlarning huquqiy savodxonligi zo‘ravonlik, huquqbuzarlik va deviant xulq-atvorning oldini olishda muhim omil sifatida baholangan.

Psixologik nuqtai nazardan, huquqiy tafakkur shaxsning ijtimoiylashuv jarayonida shakllanadigan murakkab psixik tizim hisoblanadi. O‘quvchilarda huquqiy tafakkurning rivojlanishi motivatsiya, qadriyatlar tizimi, emotsional barqarorlik, mustaqil fikrlash va ijtimoiy tajriba bilan chambarchas bog‘liqdir. Ayniqsa, o‘smirlik davrida shaxsning o‘zini anglash, tanqidiy fikrlash va ijtimoiy identifikatsiyasi faol rivojlanishi sababli huquqiy tarbiya jarayoni katta ahamiyat kasb etadi. Shu bois ta’lim jarayonida interaktiv metodlar, muammoli ta’lim, trening texnologiyalari, bahs-munozaralar va rolli o‘yinlardan foydalanish o‘quvchilarning huquqiy tafakkurini rivojlantirishning samarali vositalaridan biri hisoblanadi.

Mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi ta’lim jarayonida o‘quvchilarning huquqiy tafakkurini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini ilmiy jihatdan tahlil qilish, huquqiy tafakkur shakllanishiga ta’sir etuvchi omillarni aniqlash hamda zamonaviy pedagogik yondashuvlarning amaliy samaradorligini yoritishdan iboratdir.

Adabiyotlar tahlili. Ta’lim jarayonida o‘quvchilarning huquqiy tafakkurini rivojlantirish masalasi zamonaviy pedagogika, psixologiya, sotsiologiya va huquqshunoslik fanlarining kesishgan nuqtasida shakllangan dolzarb ilmiy yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Ilmiy manbalarda huquqiy tafakkur shaxsning huquqiy hodisa va jarayonlarni ongli ravishda idrok etishi, qonun va ijtimoiy me’yorlarni tahlil qila olishi, huquqiy vaziyatlarda mustaqil qaror qabul qilish qobiliyati bilan bog‘liq murakkab psixologik jarayon sifatida talqin qilinadi. Tadqiqotchilar huquqiy tafakkurning shakllanishi shaxsning ijtimoiylashuvi, axloqiy rivojlanishi va pedagogik ta’sirlar bilan chambarchas bog‘liq ekanligini ta’kidlaydilar. Shu sababli mazkur masalani o‘rganishda ko‘plab xorijiy va rus olimlarining nazariy qarashlari muhim metodologik asos bo‘lib xizmat qiladi.

Xorijiy psixologiya maktabi vakillari orasida shaxsning axloqiy va ijtimoiy rivojlanishiga oid tadqiqotlar huquqiy tafakkur muammosini o‘rganishda alohida ahamiyatga ega. Jumladan, Jean Piaget bolaning kognitiv va axloqiy rivojlanish nazariyasida huquqiy tafakkur elementlari inson tafakkurining bosqichma-bosqich rivojlanishi bilan bog‘liqligini asoslab bergan. Olimning fikricha, bolalar dastlab qoidalarga tashqi talab sifatida bo‘ysunsa, keyinchalik ularning mohiyatini anglash va mustaqil baholash qobiliyatiga ega bo‘ladi. Piagetning ushbu qarashlari o‘quvchilarda huquqiy tafakkurni rivojlantirishda yosh va individual xususiyatlarni hisobga olish zarurligini ko‘rsatadi.

Amerikalik olim Lawrence Kohlberg esa axloqiy rivojlanish nazariyasi orqali huquqiy tafakkurning bosqichli rivojlanishini ilmiy jihatdan asoslab berdi. Uning tadqiqotlariga ko‘ra, shaxsning qonunlarga munosabati dastlab jazodan qochish motivi bilan shakllansa, keyinchalik jamiyat manfaatlar va universal axloqiy qadriyatlarni anglash darajasiga yetadi. Kohlberg o‘quvchilarda huquqiy tafakkurni rivojlantirish uchun muammoli vaziyatlarni tahlil qilish, bahs-munozaralar va axloqiy tanlovga asoslangan metodlardan foydalanish samarali ekanligini ta’kidlaydi. Mazkur yondashuv bugungi ta’lim tizimida interaktiv metodlarning keng qo‘llanilishiga ilmiy asos yaratgan.

Shuningdek, Albert Bandura tomonidan ilgari surilgan ijtimoiy o‘rganish nazariyasi ham huquqiy tafakkur shakllanishini tushuntirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Bandura inson xulq-atvori kuzatish, taqlid qilish va ijtimoiy rag‘batlantirish orqali shakllanishini asoslab, o‘quvchilarning huquqiy qarashlari oiladagi, maktabdagi va ijtimoiy muhitdagi namunaviy xulq-atvorga bog‘liqligini ko‘rsatadi. Olimning fikricha, pedagog va ota-onalarning ijobiy shaxsiy namunasi yoshlarning qonunlarga ongli munosabatini rivojlantirishda hal qiluvchi rol o‘ynaydi.

Rus psixologiya maktabi vakillari ham huquqiy tafakkurning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini chuqur o‘rganganlar. Lev Vygotsky madaniy-tarixiy rivojlanish nazariyasida shaxs tafakkuri va ijtimoiy qarashlarining shakllanishi muloqot va ta’lim jarayonida amalga oshirishini asoslab bergan. Uning fikricha, o‘quvchilarning mustaqil fikrlashi va huquqiy tafakkuri pedagogik hamkorlik hamda ijtimoiy muhit

ta'sirida rivojlanadi. Vygotskiyning "yaqin rivojlanish zonasi" haqidagi qarashlari o'quvchilarning huquqiy vaziyatlarni tahlil qilish ko'nikmalarini bosqichma-bosqich rivojlantirish zarurligini ko'rsatadi.

Rus pedagog olimi Anton Makarenko yoshlarni jamoa asosida tarbiyalash konsepsiyasini ishlab chiqib, huquqiy tafakkur shakllanishida jamoaviy munosabatlar va ijtimoiy mas'uliyatning ahamiyatini asoslab bergan. Uning fikricha, intizom, jamoaga foyda keltirish va mas'uliyat hissini rivojlantirish orqali yoshlarda qonunlarga hurmat va fuqarolik pozitsiyasini shakllantirish mumkin. Makarenkoning pedagogik qarashlari hozirgi davrda ham huquqiy tarbiya va profilaktik faoliyatni tashkil etishda muhim metodik asos bo'lib xizmat qilmoqda.

Bundan tashqari, Vasily Sukhomlinsky ta'limning insonparvarlik tamoyillariga asoslanishi o'quvchilarda huquqiy tafakkurni rivojlantirishda muhim omil ekanligini ta'kidlagan. Olim bolalarda qonunlarga hurmat va fuqarolik mas'uliyatini shakllantirish uchun avvalo ularning shaxsiy qadr-qimmatini hurmat qilish, ijobiy psixologik muhit yaratish va mustaqil fikrlashni rag'batlantirish zarurligini qayd etadi. Shu bois u huquqiy tarbiya jarayonida majburlash emas, balki ongli tushuntirish va ishonchga asoslangan pedagogik yondashuvni samarali deb hisoblaydi.

Zamonaviy ilmiy tadqiqotlarda huquqiy tafakkur masalasi globallashtirish va raqamli texnologiyalar sharoitida yanada kengroq o'rganilmoqda. Xorijiy olimlar internet va ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar tafakkuriga kuchli ta'sir ko'rsatishini qayd etib, media savodxonlik va huquqiy tafakkurni integratsiyalash zarurligini ta'kidlamodalar. Ayniqsa, kiberjinoatchilik, internetdagi manipulyativ axborotlar va virtual zo'ravonlik holatlarining ortishi yoshlarning huquqiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirishni zamonaviy pedagogikaning ustuvor yo'nalishlaridan biriga aylantirmoqda. Shu sababli ta'lim jarayonida innovatsion texnologiyalar, interaktiv metodlar, treninglar va muammoli vaziyatlarga asoslangan ta'lim usullaridan foydalanish huquqiy tafakkurni rivojlantirishning samarali vositasi sifatida e'tirof etilmoqda.

Umuman olganda, tahlil qilingan ilmiy adabiyotlar o'quvchilarning huquqiy tafakkurini rivojlantirish ko'p omilli va murakkab psixologik-pedagogik jarayon ekanligini ko'rsatadi. Mazkur jarayonda ijtimoiy muhit, pedagogik ta'sir, oilaviy tarbiya, shaxsning psixologik rivojlanish xususiyatlari va zamonaviy axborot makoni muhim rol o'ynaydi. Shu bois ta'lim jarayonida huquqiy tafakkurni rivojlantirish masalasiga integrativ yondashuv asosida qarash, milliy va xalqaro tajribalarni uyg'unlashtirish dolzarb ilmiy-amaliy vazifa hisoblanadi.

Xulosa. Tadqiqot natijalari ta'lim jarayonida o'quvchilarning huquqiy tafakkurini rivojlantirish zamonaviy jamiyat taraqqiyoti va huquqiy davlat qurilishining muhim omillaridan biri ekanligini ko'rsatdi. Huquqiy tafakkur o'quvchilarning qonun va ijtimoiy me'yorlarni ongli ravishda anglash, huquqiy vaziyatlarni tahlil qilish, adolat tamoyillariga asoslangan qaror qabul qilish hamda fuqarolik mas'uliyatini his etish qobiliyatlari bilan chambarchas bog'liq ekanligi aniqlandi. Shu sababli yosh avlodda huquqiy tafakkurni rivojlantirish nafaqat huquqiy bilimlarni o'rgatish, balki ularda mustaqil fikrlash, tanqidiy yondashuv va ijtimoiy mas'uliyatni shakllantirishni ham talab qiladi.

Tahlillar davomida huquqiy tafakkurning shakllanishi o'quvchilarning psixologik rivojlanishi, ijtimoiy muhiti, oilaviy tarbiyasi va pedagogik yondashuvlar bilan uzviy bog'liqligi kuzatildi. Ayniqsa, oila va ta'lim muassasalarining hamkorligi, pedagoglarning shaxsiy namunasi hamda ijobiy psixologik muhit o'quvchilarning qonunlarga bo'lgan munosabatini shakllantirishda muhim omil sifatida namoyon bo'ldi. Shu bilan birga, tengdoshlar guruhi, jamoaviy faoliyat va ijtimoiy muloqot ham yoshlarning huquqiy qarashlari hamda fuqarolik pozitsiyasiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi aniqlandi.

Tadqiqot natijalari interaktiv pedagogik metodlar, muammoli ta'lim, trening mashg'ulotlari, bahs-munozaralar va rolli o'yinlarga asoslangan yondashuvlar huquqiy tafakkurni rivojlantirishda yuqori samaradorlikka ega ekanligini tasdiqladi. Bunday metodlar o'quvchilarning huquqiy vaziyatlarni tahlil qilish, o'z fikrini asoslash va qonuniy qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantiradi. Ayniqsa, o'quvchilarning yosh va individual psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda tashkil etilgan mashg'ulotlar huquqiy tarbiya samaradorligini sezilarli darajada oshirishi kuzatildi.

Shuningdek, zamonaviy raqamli axborot makonining kengayishi o'quvchilarning huquqiy tafakkuriga ijobiy va salbiy ta'sir ko'rsatayotgani aniqlandi. Internet va ijtimoiy tarmoqlar huquqiy bilimlarni kengaytirish imkoniyatini yaratishi bilan birga, turli manipulyativ axborotlar, noqonuniy g'oyalar va virtual zo'ravonliklarning tarqalishiga ham sabab bo'lmoqda. Shu bois ta'lim jarayonida media savodxonlik va huquqiy tafakkurni integratsiyalash, o'quvchilarda tanqidiy fikrlash va axborotni tahlil qilish ko'nikmalarini rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Umuman olganda, o'quvchilarning huquqiy tafakkurini rivojlantirish uzluksiz, tizimli va ko'p omilli pedagogik jarayon hisoblanadi. Mazkur jarayonda psixologik va pedagogik yondashuvlarning uyg'unligi, innovatsion ta'lim texnologiyalaridan samarali foydalanish hamda ijtimoiy muhitning ijobiy tashkil etilishi muhim rol o'ynaydi. Huquqiy tafakkuri rivojlangan, ijtimoiy faol va mas'uliyatli yoshlarni tarbiyalash

orqali jamiyatda qonun ustuvorligini mustahkamlash, huquqbuzarliklarning oldini olish va demokratik qadriyatlarga sodiq barkamol avlodni voyaga yetkazish mumkin bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Выготский Л.С. Мышление и речь. – Москва: Лабиринт, 1999. – 352 с.
2. Макаренко А.С. Книга для родителей. – Москва: Просвещение, 1985. – 287 с.
3. Сухомлинский В.А. О воспитании. – Москва: Политиздат, 1982. – 270 с.
4. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. – Санкт-Петербург: Питер, 2008. – 398 с.
5. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – Москва: Смысл, 2005. – 352 с.
6. Piaget J. The Moral Judgment of the Child. – New York: Free Press, 1965. – 416 p.
7. Kohlberg L. Essays on Moral Development. Vol. 1: The Philosophy of Moral Development. – San Francisco: Harper & Row, 1981. – 441 p.
8. Bandura A. Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory. – New Jersey: Prentice Hall, 1986. – 617 p.

Axmedova Moxira Sultanbayevna
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

YOSHLAR ORASIDA IJTIMOIIY BEGONALASHUV HOLATLARINING PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI

Annotatsiya. Mazkur maqolada yoshlar orasida ijtimoiy begonalashuv holatlarining psixologik determinantlari ilmiy jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqotda ijtimoiy begonalashuvning yuzaga kelishiga ta'sir etuvchi asosiy omillar sifatida shaxsiy psixologik xususiyatlar, emotsional barqarorlik darajasi, motivatsiya tizimi, o'ziga bo'lgan ishonch hamda ijtimoiy muhitning ta'siri o'rganilgan. Shuningdek, oilaviy muhit, tengdoshlar guruhi, ta'lim tizimi va raqamli axborot muhitining yoshlar psixologik holatiga ta'siri tahlil qilingan. Natijalarga ko'ra, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash yetarli bo'lmagan yoshlar orasida begonalashuv, depressiv holatlar va ijtimoiy faollikning pasayishi ko'proq kuzatiladi. Maqolada yoshlar orasida ijtimoiy begonalashuvni kamaytirish uchun psixologik treninglar, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash dasturlari va profilaktik chora-tadbirlarning ahamiyati asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: ijtimoiy begonalashuv, yoshlar, psixologik determinantlar, motivatsiya, emotsional barqarorlik, ijtimoiy muhit, depressiya, ijtimoiy faollik.

Аннотация. В данной статье научно анализируются психологические детерминанты социальной отчужденности среди молодежи. В исследовании рассматриваются основные факторы, влияющие на возникновение социальной изоляции, включая личностные психологические особенности, уровень эмоциональной устойчивости, систему мотивации, самооценку и влияние социальной среды. Особое внимание уделено роли семейной среды, групп сверстников, системы образования и цифровой информационной среды в формировании психологического состояния молодежи. Результаты показывают, что среди молодежи с недостаточным уровнем социальной поддержки чаще наблюдаются отчуждение, депрессивные состояния и снижение социальной активности. В статье обоснована важность психологических тренингов, программ социальной поддержки и профилактических мер.

Ключевые слова: социальная отчужденность, молодежь, психологические детерминанты, мотивация, эмоциональная устойчивость, социальная среда, депрессия, социальная активность.

Abstract. This article scientifically analyzes the psychological determinants of social alienation among youth. The study examines key factors contributing to social isolation, including individual psychological characteristics, emotional stability, motivation system, self-esteem, and the influence of the social environment. Special attention is given to the role of family environment, peer groups, educational systems, and the digital information environment in shaping youth

psychological conditions. The findings indicate that young people with insufficient social support more frequently experience alienation, depressive states, and reduced social activity. The article emphasizes the importance of psychological training, social support programs, and preventive measures in reducing social alienation among youth.

Key words: social alienation, youth, psychological determinants, motivation, emotional stability, social environment, depression, social activity.

Kirish. Yoshlar orasida ijtimoiy begonalashuv (alienatsiya) zamonaviy jamiyatda tobora dolzarb ijtimoiy-psixologik muammolardan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Global ijtimoiy o'zgarishlar, raqamli texnologiyalarning tez sur'atlarda rivojlanishi, mehnat bozori transformatsiyasi hamda qadriyatlar tizimining o'zgarishi yoshlarning jamiyatga integratsiya jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda. Natijada ayrim yoshlar ijtimoiy muhitdan uzoqlashish, o'zini jamiyatdan ajratilgan his qilish va ijtimoiy faollikning pasayishi kabi holatlarga duch kelmoqda.

Statistik va sotsiologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, yoshlar jamiyatning eng faol, biroq ayni paytda eng sezgir qatlamlaridan biri hisoblanadi. Ularning psixologik holati va ijtimoiy moslashuvi bevosita oilaviy muhit, ta'lim sifati, iqtisodiy sharoitlar hamda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlariga bog'liq. Ayniqsa, ishsizlik, ta'limdan uzilish, ijtimoiy tengsizlik va migratsiya jarayonlari yoshlar orasida begonalashuv riskini kuchaytiruvchi asosiy omillar sifatida qayd etiladi.

Ijtimoiy begonalashuv psixologik nuqtayi nazardan shaxsning jamiyat bilan emotsional, kognitiv va xulqiy aloqalarining zaiflashuvi sifatida tushuntiriladi. Bu holat odatda motivatsiyaning pasayishi, o'ziga ishonchsizlik, depressiv holatlar, ijtimoiy faollikning kamayishi va kommunikativ qiyinchiliklar bilan namoyon bo'ladi. Ilmiy adabiyotlarda ta'kidlanishicha, begonalashuv faqat individual psixologik muammo emas, balki ijtimoiy tizimdagi muvozanatsizlik natijasidir.

Uy sharoiti va oilaviy muhit yoshlar psixologiyasida muhim rol o'ynaydi. Barqaror, qo'llab-quvvatlovchi oilada ulg'aygan yoshlar ijtimoiy jihatdan faolroq va adaptivroq bo'lishi aniqlangan. Aksincha, oilaviy nizolar, emotsional beqarorlik va e'tiborsizlik sharoitida voyaga yetgan yoshlar orasida begonalashuv holatlari ko'proq kuzatiladi. Bu esa shaxsning o'zini jamiyatda kerakli va qadrlangan a'zo sifatida his qilishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Shuningdek, tengdoshlar guruhi va ijtimoiy muhit ham begonalashuv jarayonida muhim omil hisoblanadi. Ijobiy ijtimoiy aloqalar shaxsning o'zini anglashini kuchaytirs, salbiy yoki konfliktli muhit ijtimoiy izolyatsiyani kuchaytirishi mumkin. Ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlar va raqamli muhitning kengayishi yoshlarning real hayotdagi muloqotini qisqartirib, ayrim hollarda emotsional uzoqlashuvni kuchaytirishi kuzatilmoqda.

Shu bilan birga, ishsizlik va iqtisodiy imkoniyatlarning cheklanganligi ham yoshlar orasida begonalashuvni kuchaytiruvchi muhim ijtimoiy omillardan biri hisoblanadi. Mehnat faoliyatiga jalb etilmagan yoshlar o'zini jamiyat uchun foydasiz deb his qilish ehtimoli yuqori bo'lib, bu psixologik stress va ijtimoiy passivlikka olib keladi.

Shu sababli yoshlar orasida ijtimoiy begonalashuv holatlarining psixologik determinantlarini o'rganish nafaqat ilmiy, balki amaliy jihatdan ham muhim ahamiyatga ega. Ushbu muammoni chuqur tahlil qilish orqali psixologik profilaktika, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash dasturlari va yoshlar siyosatini takomillashtirishga yo'naltirilgan samarali mexanizmlar ishlab chiqish mumkin bo'ladi.

Adabiyotlar tahlili. Yoshlar orasida ijtimoiy begonalashuv holatlarining psixologik determinantlari muammosi zamonaviy psixologiya, sotsiologiya va pedagogika fanlarida keng o'rganilayotgan dolzarb yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Ilmiy adabiyotlarda ijtimoiy begonalashuv shaxsning jamiyatdan emotsional, kognitiv va xulqiy jihatdan uzoqlashishi, ijtimoiy aloqalarning zaiflashuvi hamda ijtimoiy normalarga moslashuv darajasining pasayishi sifatida talqin etiladi. Ushbu jarayonning yuzaga kelishi ko'plab psixologik va ijtimoiy omillar bilan bog'liq bo'lib, olimlar bu hodisani turli nazariy yondashuvlar asosida izohlaydilar.

Rossiya psixologiya maktabida ijtimoiy rivojlanishning asosiy mexanizmlari Lev Vygotskiy tomonidan ishlab chiqilgan madaniy-tarixiy nazariya orqali asoslab beriladi. Unga ko'ra, shaxs psixikasi ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'sir jarayonida shakllanadi va rivojlanadi. Vygotskiy konsepsiyasiga tayanib aytish mumkinki, ijtimoiy aloqalardan uzilish yoki ularning yetarli darajada bo'lmashligi yoshlar orasida psixologik rivojlanishning sekinlashuvi va begonalashuvga olib kelishi mumkin.

Alexei Leontievning faoliyat nazariyasida shaxs rivojlanishi uning faoliyati bilan bevosita bog'liq ekanligi ta'kidlanadi. Muloqot va ijtimoiy faoliyatdan chetda qolgan yoshlar motivatsion tizimida buzilishlar yuzaga kelishi, bu esa ijtimoiy begonalashuvning kuchayishiga olib kelishi ilmiy jihatdan asoslab berilgan. Shu bilan birga, Sergey Rubinstein shaxs va faoliyat birligini ta'kidlab, insonning ijtimoiy muhitdan uzilishi uning psixologik barqarorligiga salbiy ta'sir ko'rsatishini ko'rsatib beradi.

Boris Ananyev tadqiqotlarida yosh davrlar psixologiyasi alohida o'rganilib, ayniqsa o'smirlik va yoshlik davrida ijtimoiy muhitning ta'siri kuchli bo'lishi qayd etiladi. Unga ko'ra, ushbu davrda ijtimoiy aloqalarning yetishmasligi shaxsning o'zini anglash jarayonini qiyinlashtiradi va begonalashuvga moyillikni oshiradi.

G'arb psixologik nazariyalarida Urie Bronfenbrennerning ekologik tizimlar modeli muhim o'rin tutadi. U shaxs rivojlanishini mikro, mezo va makro tizimlarning o'zaro ta'siri sifatida tushuntiradi. Ushbu yondashuvga ko'ra, oilaviy muhit, ta'lim tizimi va ijtimoiy institutlar o'rtasidagi uzilishlar yoshlar orasida ijtimoiy begonalashuvni kuchaytiradi.

Abraham Maslow ehtiyojlar ierarxiyasi nazariyasida insonning ijtimoiy ehtiyojlari - tegishlilik, hurmat va o'zini anglash - qondirilmasa, shaxsda ichki psixologik muvozanatsizlik yuzaga kelishi ta'kidlanadi. Bu holat ijtimoiy izolyatsiya va begonalashuv uchun asos yaratadi. Carl Rogers esa shaxs rivojlanishi uchun empatiya va ijobiy qabul qiluvchi muhit muhimligini ta'kidlab, salbiy ijtimoiy muhitda o'zini anglashning buzilishi mumkinligini asoslab beradi.

Zamonaviy tadqiqotlarda ijtimoiy begonalashuvga raqamli muhitning ta'siri ham alohida o'rganilmoqda. Sherry Turkle virtual kommunikatsiyaning ortishi real ijtimoiy aloqalarning zaiflashishiga olib kelishi mumkinligini ta'kidlaydi. Bu holat ayniqsa ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi past bo'lgan yoshlar uchun xavfli hisoblanadi.

Daniel Golemaning emotsional intellekt konsepsiyasiga ko'ra, o'z hissiyotlarini boshqarish va boshqalarning hissiyotlarini tushunish qobiliyati past bo'lgan yoshlar ijtimoiy moslashuvda qiyinchiliklarga duch keladi va begonalashuvga ko'proq moyil bo'ladi.

Umuman olganda, ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy begonalashuv murakkab ko'p omilli psixologik jarayon bo'lib, uning shakllanishida individual xususiyatlar bilan bir qatorda ijtimoiy muhitning sifati hal qiluvchi rol o'ynaydi. Rossiya va xorijiy olimlarning tadqiqotlari bir-birini to'ldirgan holda, yoshlar orasida begonalashuvning oldini olish uchun kompleks psixologik va ijtimoiy yondashuv zarurligini tasdiqlaydi.

Xulosa. Yoshlar orasida ijtimoiy begonalashuv holatlarining psixologik determinantlarini tahlil qilish natijasida ushbu jarayonning murakkab va ko'p omilli xususiyatga ega ekanligi aniqlandi. Begonalashuv faqat individual psixologik muammo sifatida emas, balki shaxs va ijtimoiy muhit o'rtasidagi o'zaro ta'sirning buzilishi natijasi sifatida shakllanishi ilmiy jihatdan asoslangan.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, yoshlarning jamiyatdan uzoqlashishiga bir qator psixologik omillar - motivatsiyaning pasayishi, o'ziga ishonchsizlik, emotsional beqarorlik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi hamda kommunikativ ko'nikmalarning zaifligi - bevosita ta'sir ko'rsatadi. Ushbu omillar o'zaro bog'liq holda shaxsning ijtimoiy faolligini kamaytiradi va uning jamiyatga integratsiya jarayonini murakkablashtiradi.

Shuningdek, oilaviy muhit, tengdoshlar bilan munosabatlar, ta'lim tizimi va raqamli axborot muhitining sifati yoshlar psixologik holatini shakllantirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligi aniqlandi. Ijobiy va qo'llab-quvvatlovchi ijtimoiy muhit shaxsda barqarorlik, ijtimoiy faollik va o'zini anglashni rivojlantirsa, salbiy yoki beqaror muhit begonalashuv jarayonini kuchaytiradi.

Alohida ta'kidlash joizki, zamonaviy raqamli muhit yoshlar hayotida ikki tomonlama ta'sirga ega. Bir tomondan u kommunikatsiya va axborot almashinuvi imkoniyatlarini kengaytirsa, ikkinchi tomondan real ijtimoiy aloqalarning kamayishiga va emotsional izolyatsiyaning kuchayishiga olib kelishi mumkin. Bu holat ayniqsa ijtimoiy jihatdan zaif guruhlar uchun begonalashuv xavfini oshiradi.

Umuman olganda, ijtimoiy begonalashuvning oldini olish va kamaytirish uchun kompleks yondashuv zarur bo'lib, u psixologik qo'llab-quvvatlash, ta'lim tizimini takomillashtirish, oilaviy tarbiyani mustahkamlash hamda yoshlarni ijtimoiy faoliyatga keng jalb etishni o'z ichiga olishi lozim. Shu asosda yoshlarning jamiyatga muvaffaqiyatli integratsiyasini ta'minlash va ularning psixologik barqarorligini oshirish mumkin bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Daniel Goleman Emotsional intellekt. - Moskva: AST, 2013. - 480 b.
2. Sherry Turkle Birgalikda yolg'izlik. - Moskva: Corpus, 2015. - 384 b.
3. Anthony Giddens Zamonaviylik va o'zlik. - Moskva: Vse Mir, 2005. - 320 b.
4. World Health Organization O'smirlar ruhiy salomatligi. - Jeneva: WHO, 2020. - 95 b.
5. United Nations Children's Fund Yoshlar rivojlanishi va ijtimoiy integratsiya. - Nyu-York: UNICEF, 2021. - 118 b.
6. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization Global ta'lim monitoringi hisobotlari. - Parij: UNESCO, 2021. - 420 b.

Habibov Yashin Xayrullayevich
BuxDU mustaqil tadqiqotchisi

KADASTR XODIMLARIDA EMPATIYA OMILLARINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada kadastr xodimlarida empatiya omillarining shakllanishiga ta'sir etuvchi psixologik determinantlar tahlil qilingan bo'lib, ularning kasbiy faoliyatdagi ahamiyati ilmiy jihatdan asoslab berilgan. Empatiyaning rivojlanishida emotsional intellekt, ijtimoiy tajriba va tashkiliy muhit kabi omillarning o'zaro ta'siri yoritilgan. Tadqiqot natijalari empatiya darajasining yuqoriligi kadastr tizimida fuqarolar bilan samarali muloqot va xizmat sifati oshirishga xizmat qilishini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: empatiya, kadastr xodimlari, psixologik determinantlar, emotsional intellekt, ijtimoiy tajriba, kasbiy muloqot, xizmat sifati.

Аннотация. В данной статье были проанализированы психологические детерминанты, влияющие на формирование факторов эмпатии у сотрудников кадастра, и их значение в профессиональной деятельности было научно обосновано. Было рассмотрено взаимодействие таких факторов, как эмоциональный интеллект, социальный опыт и организационная среда в развитии эмпатии. Результаты исследования показали, что высокий уровень эмпатии способствует эффективному общению с гражданами и повышению качества обслуживания в кадастровой системе.

Ключевые слова: эмпатия, сотрудники кадастра, психологические детерминанты, эмоциональный интеллект, социальный опыт, профессиональное общение, качество обслуживания.

Abstract. This article analyzed the psychological determinants influencing the formation of empathy factors among cadastral employees, and their importance in professional activity was scientifically justified. The interaction of factors such as emotional intelligence, social experience, and organizational environment in the development of empathy was examined. The results of the

study showed that a high level of empathy contributes to effective communication with citizens and improves service quality in the cadastral system.

Keywords: *empathy, cadastral employees, psychological determinants, emotional intelligence, social experience, professional communication, service quality.*

Kirish. Kadastr xodimlarida empatiya omillarining shakllanishi psixologik determinantlar bilan chambarchas bog'liq murakkab jarayon bo'lib, u shaxsning ichki emotsional tuzilmasi va ijtimoiy muhit ta'sirida rivojlanadi. Empatiya kasbiy faoliyatda fuqarolar bilan samarali muloqot o'rnatish va ularning ehtiyojlarini to'g'ri anglashda muhim rol o'ynaydi. Psixologik determinantlar sifatida shaxsning emotsional intellekti, kognitiv idroki va ijtimoiy tajribasi alohida ahamiyat kasb etadi. Kadastr tizimida faoliyat yurituvchi xodimlar turli ijtimoiy guruh vakillari bilan ishlagani sababli, ularning psixologik moslashuvchanligi yuqori bo'lishi zarur.

Tashkiliy muhit ham empatiyaning shakllanishida muhim omil bo'lib, qo'llab-quvvatlovchi va ochiq kommunikatsiyaga asoslangan tizim xodimlarda ijobiy hissiy holatni kuchaytiradi. Stress va bosim ostida ishlash holatlari empatiya darajasiga bevosita ta'sir ko'rsatishi mumkin, shuning uchun psixologik barqarorlik muhim ahamiyatga ega. Shuningdek, kasbiy tajriba ortishi bilan xodimlarning boshqalarga nisbatan tushunish qobiliyati ham rivojlanib boradi. Empatiya nafaqat individual sifat, balki ijtimoiy va tashkiliy jarayonlar mahsuli sifatida shakllanadi. Bu jarayon kadastr tizimida xizmat sifati va fuqarolar ishonchini oshirishga xizmat qiladi. Shu jihatdan empatiya psixologik determinantlari zamonaviy boshqaruv tizimlarida dolzarb ilmiy yo'nalishlardan biri hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Kadastr xodimlarida empatiya omillarining shakllanishi psixologik determinantlar nuqtai nazaridan ko'plab zamonaviy tadqiqotlarda yoritilgan murakkab jarayon hisoblanadi, bu yo'nalishda Ch. Darvin empatiya ildizlarini evolyutsion moslashuv va hissiy ifodalar rivoji bilan bog'lab tushuntiradi. Uning qarashlari kadastr xodimlarida tabiiy hamdardlik reaksiyalarining biologik asosini anglashga yordam beradi. V. Jeyms esa emotsiyalarni tajriba va tana reaksiyalari birligi sifatida ko'rib, empatiya hissiy idrok bilan bevosita bog'liqligini ta'kidlaydi. Bu yondashuv xizmat jarayonida tezkor psixologik moslashuvni tushuntiradi. G. H. Mid empatiyani "boshqaning rolini qabul qilish" orqali ijtimoiy ong shakllanishi bilan bog'laydi. Bu kadastr tizimida fuqarolar bilan o'zaro tushunishni kuchaytiradi. E. Gofman esa ijtimoiy interaksiyani "rol o'ynash" modeli orqali izohlab, empatiya kommunikativ kontekstda shakllanishini ko'rsatadi. Bu xodimlarning turli fuqarolar bilan moslashuvchan muloqotini tushuntiradi. U. Bronfenbrenner ekologik tizimlar nazariyasida shaxs rivojlanishi ko'p qatlamli muhitga bog'liqligini ta'kidlaydi. Bu empatiyaning tashkiliy va ijtimoiy muhitda shakllanishini asoslaydi. Empatiya shu tariqa biologik, ijtimoiy va kommunikativ determinantlar uyg'unligida rivojlanadi. Natijada kadastr xizmatlarida insoniy yondashuv kuchayadi.

L. Vigotskiy ijtimoiy-madaniy nazariyada empatiya til, muloqot va ijtimoiy o'rganish orqali shakllanishini asoslab bergan. Bu kadastr xodimlarining fuqarolar bilan kommunikativ kompetensiyasini rivojlantiradi. A. Bandura esa ijtimoiy o'rganish nazariyasida kuzatish va taqlid empatiya rivojida muhim rol o'ynashini ko'rsatadi. Bu xodimlarning kasbiy xulqini shakllantirishda muhim determinant hisoblanadi. R. Lazarus stress va kognitiv baholash nazariyasida emotsional reaksiyalar vaziyatni baholashga bog'liqligini ta'kidlaydi. Bu kadastr xodimlarining murakkab vaziyatlarda empatik munosabatni saqlashiga yordam beradi. A. Bek kognitiv terapiya asoschisi sifatida fikrlash tuzilmalari hissiy reaksiyalarni belgilashini ko'rsatadi. Bu empatiyaning kognitiv boshqaruvini tushuntiradi. A. Maslou ehtiyojlar iyerarxiyasi nazariyasida insonning ijtimoiy ehtiyojlari empatiya rivojiga turtki bo'lishini ta'kidlaydi. Bu kadastr tizimida insoniy munosabatlarning muhimligini ochib beradi. Empatiya shu tarzda psixologik, kognitiv va ijtimoiy determinantlar asosida shakllanadi. Natijada xizmat sifati va fuqarolar ishonchi ortadi.

K. Levin maydon nazariyasida xulq-atvor shaxs va muhit o'zaro ta'siri natijasi ekanini ko'rsatadi. Bu kadastr xodimlarida empatiya ish muhiti bilan bevosita bog'liqligini tushuntiradi.

S. Asch ijtimoiy idrok va konformizm tadqiqotlarida guruh bosimi shaxs qarorlariga ta'sir qilishini ko'rsatgan. Bu empatiyaning jamoaviy muhitda shakllanishini izohlaydi. S. Shaxter emotsiya ikki faktorli nazariyasida hissiyot fiziologik qo'zg'alish va kognitiv talqindan iborat ekanini ta'kidlaydi. Bu empatiyaning ichki mexanizmlarini tushuntiradi. P. Zimbardo ijtimoiy psixologiyada vaziyat ta'sirining kuchini ko'rsatib, shaxs xulqi kontekstga bog'liqligini isbotlagan. Bu kadastr xodimlarining turli fuqarolar bilan munosabatini izohlaydi. E. Loftus xotira va idrokning moslashuvchanligini o'rganib, inson tajribasi empatiyani shakllantirishini ko'rsatadi. Bu kasbiy tajribaning ahamiyatini oshiradi. Empatiya shu tariqa kognitiv, ijtimoiy va vaziyatli determinantlar orqali rivojlanadi. Natijada kadastr tizimida samarali va insonparvar xizmat shakllanadi.

Muhokama. Kadastr xodimlarida empatiya omillarini shakllantirishning psixologik determinantlari murakkab ijtimoiy-psixologik tizim sifatida shaxsning ichki emotsional jarayonlari, kognitiv idroki va tashqi muhit ta'siri uyg'unligida yuzaga keladi. Empatiya xodimning fuqarolar bilan muloqotida ularning holatini tushunish va mos javob qaytarish qobiliyatini belgilovchi asosiy psixologik omil hisoblanadi. Bu jarayonda shaxsning emotsional sezgirligi va o'zini boshqaning o'rniga qo'yish qobiliyati muhim determinant sifatida namoyon bo'ladi.

Kadastr tizimida xizmat ko'rsatish jarayonining murakkabligi empatiyaning doimiy ravishda rivojlanishini talab qiladi. Tashkiliy muhit, rahbarlik uslubi va jamoaviy munosabatlar xodimlarda empatik xulqning shakllanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Stressli vaziyatlarda psixologik barqarorlikni saqlash empatiyaning buzilmasdan ishlashini ta'minlaydi. Shuningdek, kasbiy tajriba ortishi bilan xodimlarda ijtimoiy sezgirlik va insoniy yondashuv kuchayib boradi.

Empatiya faqat individual xususiyat emas, balki o'rganish, kuzatish va ijtimoiy muhit orqali shakllanadigan murakkab psixologik mexanizmdir. Bu holat kadastr xodimlarining fuqarolar bilan ishonchli va samarali muloqotini ta'minlashga xizmat qiladi. Shu tariqa empatiya psixologik determinantlar tizimida kasbiy samaradorlik va xizmat madaniyatini belgilovchi asosiy omil sifatida namoyon bo'ladi.

Xulosa. Kadastr xodimlarida empatiya omillarini shakllantirishning psixologik determinantlari bo'yicha olib borilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, bu jarayon shaxsning emotsional, kognitiv va ijtimoiy rivojlanish darajasi bilan bevosita bog'liqdir. Empatiya kasbiy faoliyatda fuqarolarning ehtiyojlarini to'g'ri anglash va ularga mos yondashuvni tanlash imkonini beruvchi asosiy psixologik mexanizm sifatida namoyon bo'ladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, emotsional intellektning yuqori darajasi empatik xulqni kuchaytiradi va xodimlarning murakkab vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilishiga yordam beradi. Shuningdek, ijtimoiy tajriba va kasbiy amaliyot ortishi bilan empatiya darajasi ham bosqichma-bosqich rivojlanib boradi. Kadastr tizimida xizmat ko'rsatishning o'ziga xosligi xodimlardan doimiy psixologik moslashuvchanlikni talab qiladi. Tashkiliy muhitning sog'lomligi va jamoaviy qo'llab-quvvatlash empatiyaning barqaror shakllanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Stressli ish sharoitlarida empatik yondashuvni saqlab qolish kasbiy samaradorlikni oshiruvchi muhim omil hisoblanadi. Empatiya nafaqat individual xususiyat, balki ijtimoiy o'rganish va tajriba orqali shakllanadigan murakkab tizimdir. Shu sababli kadastr xodimlarida empatiya rivoji xizmat sifatining oshishi va fuqarolar bilan ishonchli munosabatning mustahkamlanishiga olib keladi. Umuman olganda, psixologik determinantlar empatiya shakllanishining asosiy tayanch omillari sifatida muhim ahamiyat kasb etadi.

Kadastr xodimlarida empatiya omillarining shakllanishi bo'yicha yakuniy tahlillar shuni anglatadiki, bu jarayon uzluksiz rivojlanadigan psixologik tizim bo'lib, u shaxsiy va tashkiliy omillar uyg'unligiga tayanadi. Empatiya fuqarolar bilan muloqot jarayonida ularning hissiy holatini tushunish va mos reaksiyalar berish qobiliyatini shakllantiradi. Kasbiy faoliyatda empatiyaning yuqori darajasi nizoli vaziyatlarni kamaytirish va xizmat samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Shaxsning ichki motivatsiyasi va jamiyatga foyda keltirish istagi empatik xulqning mustahkamlanishida muhim rol o'ynaydi. Kadastr tizimida inson omilining ustuvorligi empatiyani professional kompetensiya sifatida rivojlantirish zaruratini kuchaytiradi. O'qitish, amaliy tajriba

va psixologik treninglar empatiya ko'nikmalarini shakllantirishda samarali vosita bo'lib xizmat qiladi. Rahbarlik madaniyati va tashkilot ichidagi kommunikatsiya sifati ham ushbu jarayonning muhim determinantlaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. – М.: АСТ, 2013. – 560 с.
2. Майер Дж. Д., Саловей П. Эмоциональный интеллект // Психологический журнал. – 2000. – Т. 21. – № 2. – С. 5–17.
3. Барон-Коэн С. Нулевая степень эмпатии: новая теория аутизма и человеческого развития. – М.: Альпина нон-фикшн, 2012. – 320 с.
4. Дэвис М. Х. Измерение индивидуальных различий в эмпатии // Journal of Personality and Social Psychology. – 2000. – Т. 44. – № 1. – С. 113–126.
5. Декети Ж., Джексон П. Л. Функциональная архитектура эмпатии человека // Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews. – 2004. – Т. 3. – № 2. – С. 71–100.
6. Хоффман М. Л. Эмпатия и моральное развитие. – Кембридж: Cambridge University Press, 2000. – 342 с.
7. Брэккет М. А., Риверс С. Э., Саловей П. Эмоциональный интеллект и его последствия // Personality and Individual Differences. – 2004. – Т. 36. – № 2. – С. 123–134.
8. Лазарус Р. Стресс, оценка и копинг. – М.: Медиа, 2010. – 456 с.
9. Бек А. Когнитивная терапия и эмоциональные расстройства. – СПб.: Питер, 2012. – 400 с.
10. Зимбардо Ф. Социальная психология. – СПб.: Питер, 2003. – 800 с.

Ummatov Baxtiyor Toshqo'zi o'g'li

Buxoro Innovatsiyalar universiteti

Axborot texnologiyalari va tillar kafedrası oqituvchisi

RAQAMLI PEDAGOGIKA SHAROITIDA BO'LAJAK O'QITUVCHILARNING KASBIY KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISH MODELİ

Annotatsiya. Ushbu maqolada raqamli pedagogika sharoitida bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish modeli tahlil qilinadi. Zamonaviy ta'lim tizimida raqamli texnologiyalar o'qituvchining kasbiy faoliyatini tubdan o'zgartirib, uning pedagogik, metodik va axborot-kommunikatsion kompetensiyalarini rivojlantirishni talab etmoqda. Tadqiqotda raqamli pedagogika tushunchasi, uning asosiy tamoyillari hamda bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyalarini shakllantirishdagi o'rni yoritiladi. Shuningdek, kompetensiyalarni rivojlantirish modeli tarkibiy qismlari - maqsad, mazmun, metod, vosita va natija komponentlari asosida ko'rib chiqiladi. Mazkur model bo'lajak o'qituvchilarning raqamli muhitda samarali pedagogik faoliyat yuritishiga xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: raqamli pedagogika, kasbiy kompetensiya, bo'lajak o'qituvchi, pedagogik model, raqamli ta'lim, metodika.

Аннотация. В данной статье анализируется модель развития профессиональных компетенций будущих учителей в условиях цифровой педагогики. В современной системе образования цифровые технологии существенно изменяют профессиональную деятельность педагога, требуя развития его педагогических, методических и информационно-коммуникационных компетенций. Рассматривается понятие цифровой педагогики, её основные принципы и роль в формировании профессиональных компетенций будущих учителей. Также анализируется структура модели развития компетенций, включающая цели, содержание, методы, средства и результат. Данная модель способствует эффективной педагогической деятельности будущих учителей в цифровой образовательной среде.

Ключевые слова: цифровая педагогика, профессиональная компетенция, будущий учитель, педагогическая модель, цифровое образование, методика.

Abstract. This article analyzes the model for developing professional competencies of pre-service teachers in the context of digital pedagogy. In modern education systems, digital technologies significantly transform teachers' professional activities, requiring the development of pedagogical, methodological, and information-communication competencies. The study examines the concept of digital pedagogy, its main principles, and its role in shaping the professional competencies of future teachers. It also analyzes the structure of the competency development model, including goals, content, methods, tools, and outcomes. This model supports effective teaching practice of pre-service teachers in digital educational environments.

Key words: digital pedagogy, professional competence, pre-service teacher, pedagogical model, digital education, methodology.

Kirish. Hozirgi globallashuv va raqamli transformatsiya jarayonida ta'lim tizimi tubdan yangilanib, an'anaviy pedagogik yondashuvlar o'rnini raqamli pedagogika asosidagi innovatsion modellar egallamoqda. UNESCO va OECD tashkilotlarining so'nggi hisobotlarida ta'limni raqamlashtirish o'qitish sifatini oshirish, o'quvchilarning mustaqil o'rganish qobiliyatini rivojlantirish hamda individual ta'lim trayektoriyasini shakllantirishda muhim omil sifatida e'tirof etilgan. Xususan, raqamli texnologiyalar (LMS tizimlari, sun'iy intellektga asoslangan platformalar, virtual laboratoriyalar va interaktiv resurslar) zamonaviy pedagogik jarayonning ajralmas qismiga aylanib bormoqda.

Yevropa Komissiyasining DigCompEdu modeli hamda UNESCOning ICT in Education bo'yicha tavsiyalari o'qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini rivojlantirishni kasbiy kompetensiyaning muhim tarkibiy qismi sifatida belgilaydi. Ushbu hujjatlarga ko'ra, zamonaviy o'qituvchi nafaqat raqamli vositalardan foydalanishi, balki ularni pedagogik maqsadga yo'naltirgan holda samarali ta'lim muhitini loyihalash qobiliyatiga ega bo'lishi zarur.

Jahon tajribasida so'nggi yillarda ta'limning raqamli shakllariga o'tish jarayoni keskin tezlashdi. Xususan, pandemiya davrida (COVID-19) 190 dan ortiq davlatlar masofaviy ta'lim tizimiga o'tishga majbur bo'ldi va bu holat raqamli pedagogika hamda o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyalariga bo'lgan talabni keskin oshirdi. Natijada, o'qituvchilarning raqamli muhitda ishlash, pedagogik texnologiyalarni loyihalash va innovatsion yondashuvlarni qo'llash ko'nikmalari dolzarb kasbiy zaruratga aylandi.

O'zbekiston Respublikasida ham "Raqamli O'zbekiston – 2030" strategiyasi doirasida ta'lim tizimini raqamlashtirish, elektron platformalarni keng joriy etish va o'qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini rivojlantirish ustuvor yo'nalishlardan biri sifatida belgilangan. Shu bilan birga, oliy ta'lim tizimida bo'lajak o'qituvchilarni zamonaviy raqamli muhitga tayyorlash masalasi ham alohida ahamiyat kasb etmoqda.

Shu nuqtayi nazardan, raqamli pedagogika sharoitida bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish modeli ishlab chiqish dolzarb ilmiy-amaliy muammo hisoblanadi. Bunday model ta'lim jarayonini tizimli tashkil etish, kompetensiyalarni bosqichma-bosqich rivojlantirish va zamonaviy raqamli ta'lim talablariga mos mutaxassislarni tayyorlash imkonini beradi.

Adabiyotlar tahlili. Raqamli pedagogika sharoitida bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish modeli masalasi zamonaviy pedagogika va raqamli ta'lim tadqiqotlarining eng muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Ushbu yo'nalish bo'yicha ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish jarayoni raqamli texnologiyalar, pedagogik dizayn va kompetensiyaviy yondashuvlarning integratsiyasiga asoslanadi.

Xorijiy ilmiy manbalarda ushbu masala avvalo kompetensiya va texnologik integratsiya nazariyalari bilan bog'liq holda o'rganilgan. P. Mishra va M. Koehler tomonidan ishlab chiqilgan TPACK (Technological Pedagogical Content Knowledge) modeli o'qituvchining texnologik, pedagogik va mazmuniy bilimlarini uyg'unlashtirish orqali samarali ta'lim jarayonini tashkil etish

imkonini beradi. Ushbu model raqamli pedagogika sharoitida kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirishning asosiy nazariy asoslaridan biri sifatida keng e'tirof etilgan. Shuningdek, J. Voogt va G. Knezek tadqiqotlarida o'qituvchilarning raqamli kompetensiyalari uzluksiz rivojlanadigan jarayon sifatida talqin qilinib, ularning kasbiy faoliyatda texnologiyalardan samarali foydalanish qobiliyati muhim omil sifatida ko'rsatiladi.

A. Ferrari tomonidan ishlab chiqilgan DIGCOMP modeli va C. Redeckerning DigCompEdu konsepsiyasi raqamli kompetensiyalarni tizimli baholash va rivojlantirishga yo'naltirilgan eng muhim xalqaro yondashuvlardan biri hisoblanadi. Ushbu modellarda o'qituvchining raqamli muhitda ishlash, raqamli kontent yaratish, kommunikatsiya qilish va muammolarni hal etish kompetensiyalari alohida komponentlar sifatida ajratilgan. UNESCO tomonidan ishlab chiqilgan hisobotlarda esa raqamli pedagogika sharoitida o'qituvchilarning kasbiy tayyorgarligi ta'lim sifatini belgilovchi asosiy omillardan biri sifatida baholanadi.

Rossiya ilmiy maktabida ham raqamli pedagogika va kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish masalasi keng tadqiq etilgan. I. V. Robert axborot-kommunikatsion texnologiyalarni ta'lim jarayoniga integratsiya qilishni zamonaviy pedagogikaning asosiy yo'nalishi sifatida ko'rib chiqadi va o'qituvchilarning AKT kompetensiyasini kasbiy faoliyatning ajralmas qismi deb hisoblaydi. V. V. Grinshkun va A. A. Andreev tadqiqotlarida raqamli ta'lim resurslarining didaktik imkoniyatlari va ularni pedagogik jarayonga samarali integratsiya qilish masalalari yoritilgan. S. V. Zenkina esa bo'lajak o'qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini rivojlantirishda amaliyotga yo'naltirilgan ta'limning ahamiyatini ta'kidlaydi.

Shuningdek, E. I. Kuzmin va boshqa rus olimlarining ishlarida raqamli transformatsiya jarayoni pedagogik tizimni tubdan o'zgartiruvchi omil sifatida tahlil qilinib, o'qituvchilarning yangi raqamli sharoitlarga moslashuvi zarurligi asoslab berilgan. Ularning fikricha, raqamli pedagogika sharoitida kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish faqat nazariy bilimlar bilan emas, balki amaliy, reflektiv va innovatsion faoliyat bilan uzviy bog'liq bo'lishi kerak.

Umumiy tahlil shuni ko'rsatadiki, xorijiy va rus ilmiy manbalarida raqamli pedagogika sharoitida kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish modeli ko'p komponentli tizim sifatida qaraladi. Bunda texnologik bilimlar, pedagogik mahorat va raqamli muhitda ishlash ko'nikmalari integratsiyasi asosiy o'rin egallaydi. Biroq mavjud adabiyotlarda ushbu kompetensiyalarni aynan model asosida bosqichma-bosqich rivojlantirish masalasi yetarli darajada tizimlashtirilmagan bo'lib, bu yo'nalishda qo'shimcha tadqiqotlar olib borish zarurligini ko'rsatadi.

Muhokama. Raqamli pedagogika sharoitida bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish modeli masalasi bugungi kunda pedagogik ta'lim tizimining eng muhim yo'nalishlaridan biri sifatida qaraladi, chunki raqamli transformatsiya jarayoni o'qituvchining kasbiy faoliyatini tubdan o'zgartirib, undan nafaqat an'anaviy pedagogik bilimlar, balki raqamli muhitda samarali ishlash va innovatsion yondashuvlarni qo'llash ko'nikmalarini ham talab qilmoqda. Zamonaviy ta'limda raqamli texnologiyalar, xususan LMS platformalari, sun'iy intellekt vositalari, interaktiv resurslar va virtual o'quv muhitlari o'qitish jarayonining ajralmas qismiga aylangan bo'lib, bu holat o'qituvchining kasbiy kompetensiyasini yangi darajaga olib chiqmoqda.

Xalqaro tajriba shuni ko'rsatadiki, DigCompEdu, TPACK va UNESCOning raqamli ta'lim bo'yicha konsepsiyalari o'qituvchining kasbiy kompetensiyalarini integratsiyalashgan tizim sifatida ko'rib chiqadi. Bu yondashuvlarda texnologik, pedagogik va metodik bilimlar uyg'unligi asosiy omil sifatida belgilangan bo'lib, raqamli pedagogika sharoitida samarali faoliyat yuritish aynan shu integratsiyaga bog'liqdir. Shu bilan birga, kompetensiyalarni rivojlantirish jarayoni uzluksiz va bosqichma-bosqich amalga oshirilishi zarurligi ta'kidlanadi, chunki raqamli muhit doimiy ravishda yangilanib boradi.

Amaliy kuzatuvlar shuni ko'rsatadiki, bo'lajak o'qituvchilar raqamli vositalardan foydalanish bo'yicha bazaviy ko'nikmalarga ega bo'lsalar-da, ularni pedagogik maqsadga yo'naltirish, dars jarayonini innovatsion dizayn asosida tashkil etish va raqamli resurslardan samarali foydalanish darajasi har doim ham yetarli emas. Bu esa nazariy tayyorgarlik bilan amaliy kompetensiyalar o'rtasida ma'lum tafovut mavjudligini ko'rsatadi.

Shu nuqtayi nazardan, kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish modeli nafaqat bilim berishga, balki amaliy faoliyat, refleksiya va innovatsion fikrlashni shakllantirishga yo'naltirilgan bo'lishi lozim. Model tarkibida raqamli pedagogik dizayn, interaktiv o'qitish usullari, loyihaviy yondashuv va real pedagogik vaziyatlarni modellashtirish kabi elementlarning bo'lishi uning samaradorligini oshiradi. Bunday yondashuv bo'lajak o'qituvchilarda moslashuvchanlik, ijodkorlik va mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini rivojlantiradi.

Umuman olganda, raqamli pedagogika sharoitida kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish modeli o'qituvchini zamonaviy ta'lim muhitiga tayyorlashning kompleks mexanizmi bo'lib, u ta'lim sifatini oshirish, innovatsion pedagogik amaliyotni rivojlantirish va milliy ta'lim tizimini global raqamli standartlarga moslashtirishga xizmat qiladi.

Xulosa. Raqamli pedagogika sharoitida bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish modeli zamonaviy ta'lim tizimining eng muhim va strategik yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. O'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, raqamli transformatsiya jarayoni o'qituvchining kasbiy faoliyatini tubdan o'zgartirib, undan nafaqat pedagogik bilim va ko'nikmalar, balki raqamli muhitda samarali ishlash, innovatsion yondashuvlarni qo'llash va ta'lim jarayonini texnologiyalar asosida loyihalash kompetensiyalarini ham talab etmoqda.

Tadqiqot natijalari asosida aytish mumkinki, kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish modeli tizimli, bosqichma-bosqich va integratsiyalashgan yondashuvga asoslanishi lozim. Bunda texnologik, pedagogik va metodik komponentlarning uyg'unligi muhim ahamiyat kasb etadi. Xalqaro tajriba (TPACK, DigCompEdu, UNESCO yondashuvlari) ham ushbu kompetensiyalarni kompleks tizim sifatida shakllantirish samarali natija berishini tasdiqlaydi.

Shuningdek, amaliy tahlillar bo'lajak o'qituvchilarda raqamli vositalardan foydalanish ko'nikmalari mavjud bo'lsa-da, ularni pedagogik jarayonga innovatsion tarzda integratsiya qilish darajasi hali yetarli emasligini ko'rsatadi. Bu esa ta'lim dasturlarini takomillashtirish, amaliy mashg'ulotlar ulushini oshirish va raqamli pedagogik dizayn asosida o'qitishni kuchaytirish zarurligini anglatadi.

Umuman olganda, ishlab chiqilgan model bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy tayyorgarligini oshirish, ularning raqamli kompetensiyalarini rivojlantirish hamda zamonaviy ta'lim muhitiga moslashuvchan, innovatsion fikrlaydigan pedagog kadrlarni tayyorlashga xizmat qiladi. Bu esa milliy ta'lim tizimini global raqamli rivojlanish jarayonlariga samarali integratsiya qilish imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. UNESCO. ICT Competency Framework for Teachers. – Paris: UNESCO, 2018. – 95 p.
2. UNESCO. Reimagining Our Futures Together: A New Social Contract for Education. – Paris: UNESCO, 2021. – 240 p.
3. European Commission. DigCompEdu: European Framework for the Digital Competence of Educators. – Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2017. – 95 p.
4. Ferrari A. Digital Competence in Practice: An Analysis of Frameworks. – Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2012. – 92 p.
5. Mishra P., Koehler M. Technological Pedagogical Content Knowledge: A Framework for Teacher Knowledge // Teachers College Record. – 2006. – Vol. 108(6). – P. 1017–1054.
6. Voogt J., Knezek G. International Handbook of Information Technology in Primary and Secondary Education. – New York: Springer, 2008. – 1230 p.
7. Redecker C. European Framework for the Digital Competence of Educators (DigCompEdu). – Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2017. – 95 p.

MUNDARIJA:

I SHO'BA. ZAMONAVIY PSIXOLOGIK TADQIQOT METODOLOGIYASI VA SUN'IY INTELLEKT

NAZAROV AKMAL MARDONOVICH, Zamonaviy tadqiqotlarda yuzaga kelayotgan muammolar va ularni hal qilishda an'anaviy va innovatsion usullardan foydalanish	5
RUSTAMOV SHAVKAT SHUXRATOVICH, Talabalarda innovatsion kompetentlikni shakllantiruvchi psixologik omillar va ularning namoyon bo'lish xususiyatlari	8
АХМАДОВ НАЗИР РАХМАТОВИЧ Психологические механизмы формирования конструктивного поведения у подростков	11
MAMATRAYIMOV JUMANAZAR MAMATMUROD O'G'LI O'smirlar orasida ekstremistik qarashlarning oldini olishda ijtimoiy-psixologik omillar va profilaktika strategiyalar	13
TURAXONOV ABDUKARIM ESHKUZIYEVICH Umumiy o'rta ta'lim muassasalari rahbarlarining boshqaruv kompetensiyalarini shakllantirishda ijtimoiy-psixologik omillarning ahamiyati	16
BOLTAYEVA GULRUX MUXAMADSAIDOVA Talabalarda tolerantlikni rivojlantirishga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar va ularning namoyon bo'lish xususiyatlari	19
SHAROFIDDINOVA ZEBINISO SHEROZ QIZI Sanogen tafakkurni rivojlantiruvchi psixologik omillar va ularni talabalarda qo'llab-quvvatlash usullari	22
RAZAKOV FARXOD KUVONDIKOVICH Talabalarning mustaqil ta'lim jarayonida prokrastinatsiya holatining psixologik sabablari va bartaraf etish strategiyalari	25
NUSRATOVA MEXRINISO BAXSHILLOYEVNA Talabalarda altruistik yo'nalishni rivojlantirishda pedagogik empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning o'zaro ta'siri	28
SHODIYEV FERUZ Kichik maktab yoshidagi bolalarda muloqotga kirishish ko'nikmalarini rivojlantirishning psixologik asoslari	31
MUXLISOV SODIQJON SAIDJONOVICH Bo'lajak informatika o'qituvchilarining raqamli pedagogik kompetentligini shakllantirishda zamonaviy texnologiyalarning roli	34
BOLTABOYEV ABDUG'ANI MAMIROVICH, O'quvchilarda vatanparvarlikni rivojlantirishning psixologik omillari va mexanizmlari	36
FAYZIYEVA UMIDA ASADOVNA, Bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy sifatlarni shakllantirishda ijtimoiy-psixologik omillarning o'rni	39
MAMAYUSUPOV TIMUR ALISHEROVICH, Filologiya yo'nalishi talabalarida lingvistik refleksiya shakllanishiga ta'sir etuvchi psixologik omillar	42
RASULOV MO'MINMIRZO RUSTAMOVICH, Prokuratura xodimlarida qaror qabul qilish jarayonining psixologik asoslari va mexanizmlari	45

SAYFULLAYEVA SHAHINABONU G'AYRAT QIZI, Emotsional intellekt va uning hayot sifatiga ta'siri	48
Rustamov Shavkat Shuhratovich, Axtamova Ferangzi G'ayrat qizi Raqamli muhitda o'smirlarning agressivlik darajasi: kiberagressiya va uning psixologik oqibatlar	51
II SHO'BA. PSIXOLOGIK XIZMAT KO'RSATISH VA ZAMONAVIY PSIXOTERAPIYA USULLARI	
Tilavov Muxtor Hasan o'g'li Ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlarning samaradorligini baholash me'zonlari	56
SARIYEVA E'TIBOR MATCHANBOYEVNA, Madaniy turizm faoliyatida milliy qadriyatlar mazmunini yoshlar ongiga singdirish usullari	59
NASRIDDINOV ULUG'BEK SADRIDDINOVICH, Migratsiyadan qaytgan yoshlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	62
RO'ZIYEV UMAR MUZAFFAROVICH, RO'ZIYEV ULUG'BEK MUZAFFAROVICH, Ijtimoiy fobiya ijtimoiy tashvish va ularni oldini olish va psixokorreksiyasi	65
OZODOV SARVAR, Turli yosh davrlarida xavotirlanishning o'ziga xosligi	68
OSTANOV SHUXRAT SHARIFOVICH, O'smirlarda kreativ fikrlashni takomillashtirishning o'ziga xos psixologik xususiyatlari	71
PULATOVA FIRANGIS NAIMOVNA, Yoshlarda autentifikativ xususiyatlarni shakllantiruvchi ijtimoiy-psixologik omillar	74
Nazarov Akmal Mardonovich, Rahimova Adolatxon Alisherovna Talabalarda internetga tobelikning psixodiagnostikasi	75
ZARIFOVA OYGUL SHAVKAT QIZI, Talabalarda ruhiy salomatlikni mustahkamlashning psixologik xususiyatlari	79
УСМАНОВА МАНЗУРА НАИМОВНА Особенности организации и развития коммуникативной сферы студентов-психологов	83
QODIROVA DILNOZA MURTAZOYEVNA Talabalarda professional identifikatsiya jarayonining psixologik determinantalari	87
Qosimova Sarvinov Baxtiyorovna, Axmedova Salima Aladin qizi Talabalar akademik o'zlashtirishning psixologik xususiyatlari	91
BARNOYEV BEKZOD BAXROM O'G'LI Talabalarda izolyatsiya holatini o'rganishning psixodiagnostik asoslari	95
HAMROYEVA DILFUZA RAXMATULLAYEVNA O'smirlarda addiktiv xulqning psixologik profilaktikasi	99
RUSTAMOV SHAVKAT SHUHRATOVICH, NIYOZOVA ZARINA Talabalar orasida manipulyatsiya qurboni bo'lganlarga psixologik yordam ko'rsatishning samarali yondashuvlari	101
XUSEYNOVA ABIRA AMONOVNA, MAXKAMOVA RISOLAT BADRIDDINOVNA, Talabalarda liderlik shakllanishining psixologik xususiyatlari	104
OLIMOV LAZIZ YARASHOVICH, TOSHPO'LATOVA MA'RIFAT BAXROM QIZI, Talaba qizlarning oilaviy hayotdagi o'zgarishlarga moslashishidagi ijtimoiy va psixologik determinatlar	107
AHMADJONOVA NARGIZAXON ADILJANOVNA, YULCHIYEVA SHOXSANAM DILSHOD QIZI	112

Harbiy xizmatchi shaxsidagi vatanparvarlik his-tuyg'ularini ijtimoiy-psixologik tahlili	
TOIROVA MUNAVVAR MURODULLAYEVNA	
Globallashuv sharoitida o'smirlar shaxsida milliy identiklikni shakllantirishning psixologik mexanizmlari	115
RAJABOV PAHLAVON,	
Yoshlarda milliy tarbiya shakllanishining ijtimoiy-psixologik omillari	117
ISMATOVA DILAFRUZ TUYMURATOVNA, TURSUNOVA MOHINUR BAHODIR QIZI,	
Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda kreativlik xususiyatini shakllantirishning psixologik jihatlari	120
ASHUROV RAMZIDIN RAMAZONOVICH,	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarini intellectual rivojlantirish ta'limning muhim omili sifatida	123
KALANDAROVA MADINA BAXADIROVNA, RADJAPOVA DILNURA ANVARBEKOVNA,	
O'quvchilar shaxsiy sifatlarida tortinchoqlikning namoyon bo'lishi va uning salbiy oqibatlari	126
KAMOLOVA SABRINA HABIBOVNA,	
O'smirlarda tanqidiy fikrlashni rivojlantirish usullari	128
XUSEYNOVA ABIRA AMONOVNA, TOLIBOVA MARJONA TOLIB QIZI	
Deviant xulqli o'smirlarda kasb tanlash motivatsiyaning namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari	131
XASANOVA GULNOZA RAXATJANOVNA,	
Mustaqil ta'lim jarayonida talabalarda kasbiy kompetentsiyalarni shakllantirishning pedagogik xususiyatlari	135
ERKAYEVA DILFUZA MUXTOR QIZI,	
Boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini rivojlantirishning nazariy jihatlari	138
ISMATOVA DILAFRUZ TUYMURATOVNA, KARIMOVA NILUFAR ZOHIDJON QIZI,	
Boshlang'ich ta'limda sog'lom psixologik muhitni yaratishda pedagoglarning roli	142
YUSUPOVA MAXMUDAXON EGAMNAZAROVNA,	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda tafakkur operatsiyalarining rivojlanish bosqichlari	144
SHADIYEV FERUZ DJAXONOVICH, FATTOYEVA MASHHURA BAHODIR QIZI,	
Maktabgacha yoshdagi bolalar nutqiy rivojlanishida ijtimoiy-psixologik omillarning ta'siri	147
G'AYBULLAYEV ALISHER ASADOVICH,	
Maktab o'quvchilarida zo'ravonlik (bulling) xulq-atvorining ijtimoiy-psixologik omillari	151
III SHO'BA OILALARNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLARIVA SOG'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHDA ZAMONAVII TEXNOLOGIYALARNI QO'LLASH	
XUSEYNOVA ABERA AMANOVNA	
Yangi o'zbekiston sharoitida xotin-qizlar faolligini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari	156
ISMATOVA DILAFRUZ TUYMURATOVNA, SUNNATOVA XURSHIDA ZAFAR QIZI,	
Oilaga psixologik xizmat ko'rsatish usullarini takomillashtirish mexanizmlari	159

ADIZOVA GULNAVOZ FARHODOVNA Noto'liq oila farzandlarida koping xulq-atvor namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari	162
BOTIROVA MAXLIYO BOTIR QIZI Oilalarda nizolarni oldini olishning pedagogik va psixologik choralari	166
УБАЙДУЛЛАЕВА НАЗИРАХАН ФАЗЛИДДИНОВНА Путь к осмысленной жизни: научные решения логотерапии в преодолении стресса у студентов	168
ISMATOVA DILAFRUZ TUYMURATOVNA, JONPO'LATOVA MANZURA JAHONOVNA, Ota-onalik ma'suliyatining farzand tarbiyasidagi ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini tadqiq qilish usullari	172
BEGMANOVA GULSARA SHANJAROVNA ASADOVA URAZGUL KENGES QIZI Talabalarda kommunikativ ijodkorligini rivojlantirishning pedagogik-psixologik asoslari	175
IV SHO'BA. ZAMONAVIY SHAXS PSIXOLOGIIYASI: MUAMMO VA YECHIMLAR	
ATABAYEVA NARGIS BATIROVNA, Shaxsda altruistik motivlarni rivojlanshida kitobxonlik madaniyatining o'rni	179
DILFUZA ABIDOVNA SOLIYEVA, Harakat koordinatsiyasi komponentlarining (kinestetik farqlash, murakkab reaksiya, muvozanat) neyrofiziologik asoslari va ularning amaliy ahamiyati	182
SULTANOV ALIJON QUZIYEVICH, Uyushmagan yoshlar o'rtasida ijtimoiy psixologik moslashuv mexanizmlari	184
XASANOVA REYMAJON MASHARIPOVNA, Boshlang'ich sinf o'quvchilarining o'quv faoliyatidagi psixologik muammolari va ularni bartaraf etish yo'llari	188
QOSIMOVA SARVINOZ BAXTIYOROVNA, INOYATOVA MARJONA SALIMJON QIZI, O'smirlarda ijtimoiy identifikatsiya va affiliatsiya motivini shakllantirishning psixologik asoslari	190
GANJIYEV FERUZ FURQATOVICH, MARDONOVA MARJONA ORIF QIZI, O'smirlar orasida agressiv xulq-atvor va tajovuzkorlikning ijtimoiy tarmoqlar orqali shakllanishi: psixologik va ijtimoiy omillar tahlili	193
BOBOMURODOVA SEVARA AXTAMOVNA O'smirlik davrining o'ziga xos xususiyatlari va o'zbekistonda yoshlar bilan ishlash borasidagi o'zgarishlar	196
JUMAYEVA MARXABO ERKINOVNA O'smirlar o'zlarining kelajakdagi hayot va faoliyatlarini o'z orzularida loyihalashtirishdagi psixologik jarayonlar	199
V SHO'BA PSIXOLOGIK XIZMATKO'RSATISH VA ZAMONAVIY PSIXOTERAPIYA USULLARI	
САИДЗОДА ДИЛОВАР АБДУЛАХАД Основные вопросы и направления развития дипломатических отношений таджикистана и узбекистана	202
ЛУФОВ МАНСУРБАЙ ТУЙМУРАТОВИЧ, МЕН СИЯНКАЙ Формирование понятия «социально-психологическая адаптация» на основе теоретического анализа психолого-педагогической литературы в современной психологии	208

SAYITOVA UMIDA HIKMATILLO QIZI, ALIMOV ULMASJON ISMAT O'G'LI	
Bo'lajak pedagoglarda deontologik madaniyatni shakllantirish usullari	211
SATTOROV MEHRIDDIN RUSTAMOVICH	
Klasster yondashuvi asosida umumta'lim maktablarida sinf rahbarlari faoliyatini innovatsion rivojlantirish pedagogik muammo sifatida	214
BOBOYOROV SHERZOD SHUXRATOVICH	
Bo'lajak sport murabbiylarida kognitiv qobiliyatlarni rivojlantirishning pedagogik-psixologik xususiyatlari	216
AKBAROVA MAFTUNA ERKINJON QIZI	
Tibbiyot xodimlarida kasbiy so'nish muammosi	219
MUSSAYEVA MUXLISA G'AYBULLAYEVNA	
O'smirlarda affilyatsiya motivining psixologik asoslari	222
ASHRAPOV NODIRBEK NAMOZ O'G'LI	
O'spirinlarda kognitiv jihatlarni shakllantirishning psixologik mexanizmlari	225
XAYRULLAYEVA MARJONA HAYOT QIZI	
O'smirlarda islohotlarga dahldorlik fenomenini shakllantirishning psixologik asoslari	228
LATIPOVA CHINNIGUL NASRIDDINOVNA	
O'smirlarda virtual muhitning ijobiy va salbiy tomonlarining yoritilishi	232
Nusratova Mexriniso Baxshilloevna, Zaripova Oysanam Oybek qizi	
Yoshlarda milliy qadriyat shakllanishining psixologik jihatlari	234
XAYRIYEVA MAXTOBXON FARXODOVNA	
O'smirlar orasida stressga qarshi kurashish ko'nikmalarini shakllantirishda psixologik treninglarning roli	237
NIYOZOVA NILUFAR	
Onkologik kasallikka chalingan bemorlarda o'zigaishonchini oshirishning psixologik xususiyatlari	239
JUMAYEV ULUG'BEK SATTOROVICH,	
Madaniy normalar va ularning madaniyatdagi rolining ijtimoiy psixologik xususiyatlari	243
SALIXOV SHOXRUX MANSUROVICH	
Bo'lajak jismoniy madaniyat fani o'qituvchilari shaxsiy sifatlarini shakllantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	247
MAXMUDOVA ZULFIYA MEXMONOVNA, OLIMOV LAZIZ YARASHOVICH	
Qo'riqlash xizmati xodimlari kasbiy kompetentligi takomillashuvining ijtimoiy-psixologik mexanizmlari	251
QULIEV YORQIN KARIMOVICH	
Daxldorlik xodimlarni boshqarishda motivatsiya elementi sifatida	256
AXATOV YO'LDOSHJON HAMZAYEVICH,	
Ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirishda irodaviy sifatarning o'rni	260
AXADOVA GULNOZA SAID QIZI,	
Professional ta'lim o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishda innovatsion pedagogik texnologiyalarning o'rni	262
ISMATOVA HALOVAT BAXTIYOROVNA	
O'smirlar orasida destruktiv xatti-harakatlarning shakllanishiga sabab bo'luvchi psixologik omillar	265
VOXOBOV NURIDDIN G'OFURJON O'G'LI	
Integrativ pedagogik yondashuv yordamida bo'lajak ofitserlarning profayling kompetensiyasini shakllantirishning innovatsion metodikasi	268
ISKANDAROVA NODIRA SANJAROVNA	271

O'yin faoliyatining bolalar psixologik rivojlanishiga ta'siri	
N.S. MURODOVA	
Talabalarining dizaynerlik qobiliyatlarini rivojlantirishda dasturiy vositalar tizimini tanlovi va ularni o'qitish metodologiyasi	275
BERDIYEVA GULMIRA JURAYEVNA	
Kichik maktab yoshidagi bolalarda bullingning oldini olishda o'qituvchining psixologik savodxonligini shakllantirishning ahamiyati	278
SHERNAZAROV ZUXRIDDIN ZULFIDDIN O'G'LI	
O'smirlarning qadriyatlarini anglash jarayonini rivojlantirishda muhim pedagogik va psixologik determinantlar	281
ЗАЙТМЕТОВ ХУСАН АВАСХОHOVИЧ	
Роль внутренних и внешних мотивов в формирование творческих способностей мышление	284
ЗАЙТМЕТОВА МУХЛИСА АБДИХИДИРКИЗИ	
Педагогические условия формирования творческих способностей через учебную мотивацию	288
ISMATOVA DILAFRUZ TO'YMURADOVNA, IBODOVA DILNOZA SHARIPOVNA	
Bolani tarbiyalashda ijtimoiy psixologik munosabatlarning ta'siri	293
DADABOYEVA NAZOKAT	
Tolerantlik va etnik tolerantlikning ijtimoiy-falsafiy manbalardagi talqini	297
AXTAMOVA FERANGIZ G'AYRAT QIZI,	
Abdurauf Fitrat asarlarida milliy o'zlik va shaxsiy taraqqiyot g'oyalarining psixologik tahlili	299
TESHAYEV SOBIT SODIK OG'LI	
Oila va kasb o'rtasidagi muvozanatni ta'minlashda ayol rahbarlarning psixologik kompetensiyasi	303
МАХМУДОВА САИДАПОШШОХОН ЗИЁВИДДИНОВНА	
Семейная жизнь и ее влияние на психическое здоровье человека	308
МАХМУДОВА САИДАПОШШОХОН ЗИЁВИДДИНОВНА	
Адаптация семейной жизни в современном обществе	313
SHUKURULLAYEV XAMIDULLA NURILLA O'G'LI	
Talabalar jamoasida shaxslararo munosabatlarni takomillashtirishning muhim amaliy jihatlari	316
ISMOILOVA Z.S	
O'smirlarda xulqiy og'ishlar namoyon etilishini o'rganishning o'ziga xos xususiyatlari	318
RAJABBOYEV ASROR ALISHEROVICH	
Zamonaviy axborot texnologiyalari va ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlar agressiyasiga ta'siri	322
ҚАЙУМОВА АЗИЗА	
Ибн халдун буюк инсоншунос мутафаккир	327
MADJIDOVA MARVARID XAKIMOVNA	
Talabalarda alturistik xulq motivlarini takomillashtirishning pedagogik psixologik xususiyatlari	329
JABBOROV XAZRAT XUSENOVICH	
Yoshlar xulq atvorida milliy qadriyatlarni shakllantirishning raqamli vizual texnologiyalarining ijtimoiy-psixologik omillari	333
КЛЫЧЕВА МАРХАБО АБДУРАХМАНОВНА	
Социально-психологические особенности зависимых и созависимых членов семьи при аддиктивном поведении подростков	336
SAIDOVA OZODA TOHIROVA	344

Bo'lajak o'qituvchilarda pedagogik imidjning shakllanishida kommunikativ kompetensiyalarning o'rni	
Miralimov Mirjamol Yuldashevich	
O'smirlarning jinoyatga moyillik omillarini aniqlash va ularni psixologik korreksiya qilish yo'llari	348
HAFIZOVA FIRUZA BAXTIYOROVNA	
Talabalarda konfliktologik madaniyatni shakllantirishda empatiya va kommunikativ kompetensiyaning roli	352
NURULLAYEV FIRUZ FAYZILLOYEVICH	
Kasbiy o'zlikni anglash va uning motivatsiyaga ta'siri: shaxsning professional rivojlanishidagi psixologik omillar	356
ODINAYEV TOLIBJON TOYIROVICH	
Kasbiy identifikatsiyaning tibbiyot hamshiralari ish samaradorligi va stressga chidamliligiga psixologik ta'siri	359
ABDUSALOMOV ULUG'BEK SATTAROVICH	
Chaqiriqqacha harbiy ta'limda talabalarining irodaviy sifatlarini shakllantirishda sport psixologiyasi yondashuvlari	363
ARZIQULOV HASAN NORMUROD O'GLI	
Ta'lim jarayonida talabalarda ijtimoiy kompetensiyalarni rivojlantirishning psixologik asoslari	365
BAHODIROVA SITORA NODIROVNA	
Kasb ta'limida emotsional intellektni rivojlantirish: psixologik va pedagogik integratsiyasi	369
ISROILOVA SAIDA ERKINOVNA	
Oilaviy zo'ravonlikning ayollar psixikasiga ta'siri va ularning moslashuv strategiyalari: ijtimoiy-psixologik tahlil	372
ИСАБАЕВ АБДУКАРИМ КОМИЛЖОНОВИЧ	
Психологические особенности проявления тревожности как личностного фактора у сотрудников правоохранительных органов	375
КОДИРКУЛОВ АЗИЗЖОН САИДКУЛ УГЛИ	
Организационная культура как компонент контрпродуктивного поведения сотрудников органов внутренних дел республики Узбекистан	379
MARDONOVA ISMIGUL DILSHOD QIZI	
Raqamli texnologiyalarning boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijodiy fikrlashni rivojlantirishdagi ahamiyati	381
HAFIZOVA FIRUZA BAXTIYOROVNA	
Konfliktologik madaniyatni shakllantirishning psixologik jihatlari	384
ABDUVOHIDOVA SABINA ZOKIR QIZI	
Bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirishning pedagogik psixologik xususiyatlari	389
КЛЫЧЕВА МАРХАБО АБДУРАХМАНОВНА	
Социально-психологические особенности зависимых и созависимых членов семьи при аддиктивном поведении подростков	394
РАХМОНОВУ МУХТАРАМ ЭРГАШЕВНУ	
Пути совершенствования воспитательных технологий при работе с подростками, страдающими в социальной адаптации	401
XASANOV BOBUR RAXIMBERGANOVICH	
O'smirlarning kasb tanlash qarorlariga kognitiv uslublarning ta'siri: individual-psixologik yondashuv	406
QO'SHSHAEV UMID TOHIROVICH	
Tashkilotlarda rahbar kadrlar barqarorligiga ta'sir etuvchi psixologik stress omillari va ularning boshqaruv samaradorligiga ta'siri	410

DJADIGEROVA GULNAZ MARATOVNA Ta'lim muassasalarida psixologik xizmat modelini takomillashtirish: individual yondashuv va pedagogik hamkorlik asosida	414
MASHARIPOVA SAIDA RAHIMOVNA Er-xotin munosabatlarida emotsional intellekt va psixologik farovonlik o'rtasidagi bog'liqlik	418
JABBOROVA FERUZA MAJIDOVNA Boshlang'ich ta'limda o'qituvchi va ota-ona munosabatlarining emotsional jihatlari	421
MAMATRAYIMOV JUMANAZAR MAMATMUROD O'G'LI O'smirlarning media savodxonligi va destruktiv diniy g'oyalarga psixologik barqarorligi	425
AKBAROVA DILRABO BAXROM QIZI Ekstremal sport turlarida psixologik treninglar samaradorligi: empirik va eksperimental tahlil	428
VAYDULLA MADINABONU MUXTASAM QIZI Oilaviy munosabatlarda kognitiv buzilishlar va ularning psixologik oqibatlari	432
NAZAROVA DILNOZA O'RAZALIEVNA Erta yoshdagi bolalarda ijobiy psixologik iqlimning ijtimoiylashuvga ta'siri	435
MUXLISOV SODIQJON SAIDJONOVICH Raqamli ta'lim muhitida kredit-modul tizimining psixologik moslashuv jarayonlari	438
ELMURODOVA AZIZA SUVON QIZI Madaniy va etnik xususiyatlar asosida talabalararo kommunikatsiya va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish	441
BAXRONOV ABBOS FAXRIDDIN O'G'LI Sport maktablarida shug'ullanuvchi o'smir kurashchilarning texnik-taktik mahoratini oshirish metodikasini takomillashtirish	444
KELDIYOROV OLIM XUDOYOROVICH Ta'lim jarayonida o'quvchilarning huquqiy tafakkurini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari	447
AXMEDOVA MOXIRA SULTANBAYEVNA Yoshlar orasida ijtimoiy begonalashuv holatlarining psixologik determinantlari	451
HABIBOV YASHIN XAYRULLAYEVICH Kadastr xodimlarida empatiya omillarini shakllantirishning psixologik determinantlari	454
UMMATOV BAXTIYOR TOSHQO'ZI O'G'LI Raqamli pedagogika sharoitida bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish modeli	457