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

BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI
1930

"TRANSMILLIY NARKOTAHDIDLARGA QARSHI KURASHISHDA JAMOAT SALOMATLIGI VA XAVFSIZLIGINI MUSTAHKAMLASH" STRATEGIYALARI

MAVZUSIDAGI
RESPUBLIKA ILMIY-AMALIY

KONFERENSIYA

MATERIALLARI TO'PLAMI



Buxoro shahar
2026 yil

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

BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI

PSIXOLOGIYA KAFEDRASI

TRANSMILLIY NARKOTAHDIDLARGA QARSHI KURASHISHDA JAMOAT SALOMATLIGI VA XAVFSIZLIGINI MUSTAHKAMLASH STRATEGIYALARI

respublika ilmiy-amaliy anjuman materiallari

2026-yil, 18-iyun

Buxoro – 2026

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-sonli, 2019-yil 8-oktyabrdagi “O‘zbekiston Respublikasi oliy ta’lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”gi PF-5847-sonli Farmonlari, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 21-iyundagi “Pedagogik ta’lim sifatini oshirish va pedagog kadrlar tayyorlovchi oliy ta’lim muassasalari faoliyatini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi, 2026-yil 16-yanvardagi “2026-yilda xalqaro miqyosida o‘tkaziladigan ilmiy va ilmiy-texnik tadbirlar rejalarini tasdiqlash to‘g‘risida”gi 11-son buyrug‘i asosida tasdiqlangan 2026-yilga mo‘ljallangan xalqaro va respublika miqyosidagi ilmiy va ilmiy-texnik tadbirlarni o’tkazish maqsadida 2026-yilning 18-iyun kuni Buxoro davlat universitetida **“Transmilliy narkotahdidlarga qarshi kurashishda jamoat salomatligi va xavfsizligini mustahkamlash strategiyalari”** mavzusida respublika ilmiy-amaliy anjuman o‘tkaziladi.

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 tadbiq qilish, psixologiya fanlarini o‘qitishda zamonaviy psixologik va information texnologiyalardan samarali foydalanish, yoshlarni milliy g‘urur va ma’naviy fazilatlarga 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. – Buxoro davlat universiteti. Ilmiy ishlar va innovatsiyalar bo‘yicha prorektor. fizika-matematika fanlari doktori, professor

Qahhorov O.S. – Ilmiy tadqiqod va innovatsion faoliyatni rivojlantirish departamenti boshlig‘i i.f.d. (DSc), professor

Nazarov A.M. – Yoshlar masalalari va ma'naviy-ma'rifiy ishlar bo‘yicha birinchi prorektor psixologiya fanlari doktori, professor

Rustamov Sh.Sh. – Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrasi mudiri psixologiya fanlari doktori, professor

Chudakova V.P. – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

Naumenko E.A. – psixologiya fanlari doktori, professor

Xuseynova A.A. – falsafa fanlari doktori, professor

Akramova F.A. – psixologiya fanlari doktori, professor

Saidov A.I. – psixologiya fanlari doktori, professor

Safarov D.X. – psixologiya fanlari doktori, professor

Jumayev U.S. – psixologiya fanlari doktori, professor

Olimov L.Y. – psixologiya fanlari doktori, professor

Usmanova. M.N. –psixologiya fanlari nomzodi, professori

Dehqonboyev Sh.O. – psixologiya kafedrasi o’qituvchisi

Maqolalarning to‘g‘ri va aniqligiga mualliflar mas’uldir.

© TRANSMILLIY NARKOTAHDIDLARGA QARSHI KURASHISHDA JAMOAT SALOMATLIGI VA XAVFSIZLIGINI MUSTAHKAMLASH STRATEGIYALARI

Konferensiya materiallari to‘plami Oliy ta’lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2026-yil 16-yanvardagi 11-son buyrug‘i bilan nashrga tavsiya etilgan.

KIRISH SO‘ZI

Assalomu-aleykum, hurmatli anjuman ishtirokchilari!

Barchangizni **“Transmilliy narkotahdidlarga qarshi kurashishda jamoat salomatligi va xavfsizligini mustahkamlash strategiyalari”** mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy konferensiyada samimiy qutlashdan mamnunman.

Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrasi tashabbusi bilan tashkil etilayotgan mazkur ilmiy-amaliy konferensiya jamiyatimiz uchun nihoyatda dolzarb bo‘lgan muammoga - transmilliy narkotahdidlarga qarshi kurashishda jamoat salomatligi va xavfsizligini mustahkamlash masalasiga bag‘ishlangani bilan alohida ahamiyatga ega. Chunki giyohvandlik va narkojinoyatlar faqat huquqiy yoki tibbiy muammo emas, balki shaxs psixologiyasi, oilaviy muhit, yoshlar tarbiyasi, ijtimoiy nazorat, emotsional barqarorlik va ma’naviy immunitet bilan bevosita bog‘liq murakkab ijtimoiy-psixologik hodisadir.

O‘zbekiston Respublikasida bu masalaga davlat siyosati darajasida e’tibor qaratilmoqda. **2024-yil 6-maydagi PF-73-son** Farmon bilan O‘zbekiston Respublikasida giyohvandlik va narkojinoyatlarga qarshi kurashish bo‘yicha 2024 – 2028-yillarga mo‘ljallangan Milliy strategiya tasdiqlangan bo‘lib, unda aholida, ayniqsa yoshlarda giyohvandlikka qarshi immunitetni shakllantirish ustuvor maqsad sifatida belgilangan. Mazkur strategiyada har bir mahalla va ta’lim muassasasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish, yoshlarni ogohlikka chaqirish, ta’lim jarayoniga ijtimoiy-emotsional tarbiya elementlarini kiritish va profilaktik hamkorlikni kuchaytirish alohida vazifa sifatida ko‘rsatib o‘tilgan.

Rasmiy statistik ma’lumotlar masalaning dolzarbligini yanada yaqqol ko‘rsatadi. O‘zbekiston Respublikasi Milliy statistika qo‘mitasi ma’lumotlariga ko‘ra, mamlakatimizda ro‘yxatga olingan giyohvandlik bilan bog‘liq jinoyatlar soni **2023-yilda 6671 tani, 2024-yilda 9134 tani, 2025-yilda esa 12056 tani tashkil etgan. Bu 2025-yilda 2024-yilga nisbatan qariyb 32 foizga, 2023-yilga nisbatan esa 80 foizdan ortiq** o‘sish kuzatilganini anglatadi. Ushbu raqamlar giyohvandlikka qarshi kurashishda faqat jazolash mexanizmi emas, balki erta ogohlantirish, psixologik profilaktika va ijtimoiy-ma’rifiy ta’sir choralarini kuchaytirish zarurligini ko‘rsatadi.

Bu jarayonlarda Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrasi o‘zining ilmiy va amaliy faoliyati bilan alohida o‘rin egallab kelmoqda. Bugungi kunda kafedraning ilmiy salohiyati **80 foizni** tashkil etib, bu ko‘rsatkich ilmiy maktablar shakllanishi, zamonaviy tadqiqot yo‘nalishlari rivojlanishi hamda ilmiy kadrlar tayyorlash samaradorligini belgilovchi muhim omil hisoblanadi.

2026 yil natijalariga ko‘ra, Psixologiya kafedrasi professor-o‘qituvchilari tomonidan xalqaro ilmiy nashrlarda ham salmoqli natijalarga erishildi. Xususan, **10 ta Scopus bazasining Q1** toifasidagi hamda **14 ta Scopus bazasining Q3 va Q4** toifalaridagi jurnallarda ilmiy maqolalar nashr etildi. Bu ko‘rsatkich kafedraning xalqaro ilmiy maydondagi faolligi va ilmiy tadqiqotlar sifatining ortib borayotganini tasdiqlaydi.

Universitet huzurida faoliyat yuritayotgan **DSc.03/2025.27.12.P.08.10 raqamli ilmiy kengash** psixologiya fanlari bo‘yicha yuqori malakali ilmiy kadrlar tayyorlashda muhim platforma vazifasini bajarmoqda. 2025 yil holatiga ko‘ra, mazkur ilmiy kengashda **28 nafar PhD hamda 7 nafar DSc dissertatsiya himoyalari** muvaffaqiyatli tashkil etildi. Bu natijalar ilmiy kengash faoliyatining barqaror va samarali yo‘lga qo‘yilganini ko‘rsatadi.

Shuningdek, universitetda psixologiya sohasiga ixtisoslashgan **“Psixologiya” ilmiy jurnali** muntazam faoliyat yuritib, respublika va xalqaro miqyosdagi ilmiy maqolalarni chop etish orqali psixologiya fanining ilmiy maydonini kengaytirib kelmoqda.

Bugungi kunda psixologiya yo‘nalishida **824 nafar talaba** kunduzgi, kechki, sirtqi hamda magistratura bosqichlarida tahsil olmoqda. Bu esa psixologiya sohasiga bo‘lgan talab va ehtiyojning ortib borayotganidan dalolat beradi. Talabalar orasida ilmiy faollik va akademik yutuqlar ham izchil rivojlanib bormoqda. Jumladan, psixologiya yo‘nalishida tahsil olayotgan iqtidorli talabalardan **1 nafari universitetning rektor stipendiyasi** sohibi bo‘ldi. Bu natija yoshlarning ilmiy salohiyati va ta’lim sifatining yuqori darajada shakllanayotganini ko‘rsatadi.

Ayniqsa, kafedra huzurida aholiga psixologik xizmat ko‘rsatishga ixtisoslashgan “**psixologik klinika”** faoliyat yuritayotgani muhim amaliy natijalardan biridir. Ushbu klinikada aholining turli

qatlamlariga psixologik maslahat, psixodiagnostik xizmatlar hamda psixokorreksion yordam ko‘rsatilib, psixologiya fanining amaliy yo‘nalishlari bevosita hayotga tatbiq etilmoqda.

Bundan tashqari, Psixologiya kafedrasi huquqni muhofaza qiluvchi organlar bilan ham doimiy hamkorlik olib borib, sud-tergov jarayonlarida “**sud-psixologik ekspertizalar”** tashkil etishda faol ishtirok etib kelmoqda. Mazkur yo‘nalish psixologiyaning huquqiy-amaliy ahamiyatini oshirish, inson omiliga oid murakkab holatlarni ilmiy asosda baholash hamda adolatli qaror qabul qilish jarayonlariga ilmiy ko‘mak berishda muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Psixologiya kafedrasi respublikamizning yetakchi oliy ta’lim muassasalari bilan bir qatorda Buyuk Britaniyaning **Sasseks universiteti,** Rossiyaning **Xalqaro Psixologiya fanlari akademiyasi,** Qozog‘istonning **“Al-Farabi” universiteti, M.Avezov nomidagi Janubiy Qozog‘iston davlat universiteti**, **Qirg‘iziston–Rossiya Slavyan universiteti** hamda **Tojikistonning B. G‘ofurov nomidagi Xo‘jand davlat universiteti** bilan doimiy hamkorlik olib bormoqda. Ushbu anjumanga **300 dan ortiq** ishtirokchilar o‘z maqolalari bilan qatnashmoqda. Xorijiy oliy ta’lim muassasalaridan **10 nafar,** respublika oliy ta’lim muassasalaridan esa **20 nafardan** ortiq psixolog olimlar offlayn va onlayn shaklda ishtirok etishmoqda.

Shu ma’noda, bugungi konferensiya nafaqat ilmiy muloqot maydoni, balki psixologlar, pedagoglar, huquqni muhofaza qiluvchi organlar, tibbiyot xodimlari, mahalla faollari va yoshlar vakillari o‘rtasidagi hamkorlikni yangi bosqichga olib chiqadigan muhim amaliy platforma bo‘lib xizmat qiladi. Buxoro davlat universiteti jamoasi, xususan, Psixologiya kafedrasi bu yo‘nalishda ilmiy tadqiqotlar, psixoprofilaktik dasturlar, talaba-yoshlar bilan ishlashning innovatsion usullari va jamoat salomatligini mustahkamlashga qaratilgan tashabbuslarni qo‘llab-quvvatlashga doimo tayyor.

Ishonchim komilki, bugungi konferensiyada bildiriladigan ilmiy fikrlar, amaliy takliflar va strategik tavsiyalar transmilliy narkotahdidlarga qarshi kurashishda jamoat salomatligi va xavfsizligini mustahkamlashga munosib hissa qo‘shadi. Barchangizga ilmiy izlanishlaringizda muvaffaqiyat, hamkorlikda samarali natijalar va bugungi anjuman ishiga yuksak zafarlar tilayman.

Barchangizga konferensiya ishida muvaffaqiyat, samarali ilmiy muloqot va yangi yutuqlar tilayman.

E’tiboringiz uchun rahmat!

Xamidov Obidjon Xafizovich

Buxoro davlat universiteti rektori, iqtisodiyot fanlari doktori, professor

I SHO‘BA.

YOSHLAR ORASIDA SOG‘LOM TURMUSH TARZINI TARG’IB QILISH VA MA’NAVIY-AXLOQIY TARBIYA

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

GLOBAL NARKOTAHDIDLARGA QARSHI KURASHISHDA XALQARO HAMKORLIK VA JAMOAT XAVFSIZLIGINI TA'MINLASH MASALALARI

Hurmatli ishtirokchilar!

Davlatimiz rahbari Shavkat Mirziyoyev tomonidan aholi salomatligi va millat genofondini giyohvandlik illatidan himoya qilish hamda yo‘l harakati xavfsizligini ta'minlash bo‘yicha imzolangan yangi qonun va ilgari surilgan tashabbuslar, shubhasiz, Yangi O‘zbekistonning barqaror kelajagi yo‘lidagi eng muhim strategik qadamlardan biri bo‘ldi. Bugungi kunda global narkotahdidlar insoniyat oldida turgan eng jiddiy va murakkab muammolardan biri bo‘lib qolmoqda. Bu muammo faqat bir davlat, bir hudud yoki bir tashkilot doirasida hal etiladigan masala emas. Narkotik vositalarning noqonuniy aylanishi xalqaro chegaralarni tan olmaydi, u turli davlatlar xavfsizligi, jamoat salomatligi, yoshlar kelajagi va jamiyat barqarorligiga bevosita xavf tug‘diradi.

Shuni alohida ta'kidlash lozimki, narkotahdidlar bugungi kunda an'anaviy ko‘rinishdan chiqib, zamonaviy texnologiyalar, internet tarmoqlari, yashirin moliyaviy operatsiyalar va transmilliy jinoiy guruhlar faoliyati bilan chambarchas bog‘lanib bormoqda. Bu esa unga qarshi kurashishda faqat ichki choralar bilan cheklanib qolmasdan, xalqaro hamkorlikni kuchaytirish, tezkor axborot almashinuvi, qo‘shma profilaktik tadbirlar va huquqiy mexanizmlarni takomillashtirishni talab etadi. Narkotahdidlarning kuchayishi nafaqat huquqni muhofaza qilish organlari faoliyatiga, balki sog‘liqni saqlash tizimi, ta'lim muassasalari, ijtimoiy himoya, bojxona va chegara nazorati, axborot xavfsizligi hamda xalqaro diplomatik munosabatlar tizimiga ham jiddiy vazifalar yuklaydi. Chunki narkotik moddalar tarqalishi aholining jismoniy va ruhiy salomatligiga zarar yetkazish bilan birga, jinoyatchilik darajasining ortishi, oilaviy muammolar, mehnat salohiyatining pasayishi, yoshlar kelajagiga tahdid solishi va jamiyatda xavfsizlik muhitining zaiflashishiga olib keladi. Shu bois global narkotahdidlarga qarshi kurashish faqat jazolash yoki nazorat choralaridan iborat bo‘lmasdan, profilaktika, xalqaro ma'lumot almashinuvi, chegaralararo hamkorlik, zamonaviy monitoring, reabilitatsiya va jamoatchilik nazoratini o‘z ichiga olgan kompleks yondashuvni talab etadi.

Hozirgi davrda davlatlar o‘rtasidagi hamkorlikni kuchaytirish, noqonuniy narkotrafik yo‘llarini aniqlash, transmilliy jinoiy guruhlarning moliyaviy manbalarini cheklash, zamonaviy texnologiyalardan foydalangan holda nazorat mexanizmlarini takomillashtirish hamda aholining, ayniqsa yoshlarning sog‘lom turmush tarziga bo‘lgan munosabatini mustahkamlash muhim ahamiyat kasb etadi. Xalqaro tashkilotlar, milliy hukumatlar va fuqarolik jamiyati institutlari o‘rtasidagi uzviy hamkorlik narkotahdidlarning oldini olishda samarali natija beruvchi asosiy omillardan biri hisoblanadi.

Shu nuqtai nazardan, “Global narkotahdidlarga qarshi kurashishda xalqaro hamkorlik va jamoat xavfsizligini ta'minlash masalalari” mavzusi bugungi kunning eng dolzarb yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Mazkur mavzuni o‘rganish orqali narkotahdidlarning global xavfsizlikka ta'siri, davlatlararo hamkorlik mexanizmlari, jamoat xavfsizligini mustahkamlash yo‘llari hamda narkotik moddalarning noqonuniy aylanishiga qarshi kurashishda kompleks strategiyalarni takomillashtirish masalalarini ilmiy-amaliy jihatdan tahlil qilish imkoniyati yuzaga keladi.

Mavzuning dolzarbligi shundaki, bugungi kunda narkotahdidlar xalqaro xavfsizlik tizimining eng murakkab va tez o‘zgaruvchan muammolaridan biriga aylanib bormoqda. Narkotik vositalarning noqonuniy aylanishi davlat chegaralari, bojxona nazorati, moliyaviy tizim, axborot makoni va jamoat tartibiga bevosita ta'sir ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, transmilliy jinoiy guruhlarning zamonaviy texnologiyalar, yashirin moliyaviy tarmoqlar, internet platformalari va murakkab logistika yo‘llaridan foydalanishi ushbu tahdidga qarshi kurashishni yanada qiyinlashtirmoqda.

Mazkur muammoning dolzarbligi, avvalo, uning faqat huquqiy yoki jinoyatchilik masalasi emas, balki jamoat salomatligi, ijtimoiy barqarorlik, iqtisodiy xavfsizlik va davlatlararo hamkorlik

bilan uzviy bog‘liqligida namoyon bo‘ladi. Narkotik moddalar tarqalishi aholi salomatligiga zarar yetkazadi, yoshlar orasida zararli odatlarning kuchayishiga sabab bo‘ladi, oilaviy va ijtimoiy muhitga salbiy ta’sir ko‘rsatadi hamda jinoyatchilikning boshqa shakllari bilan qo‘shilib ketadi. Shu sababli narkotahdidlarga qarshi kurashishda faqat kuch ishlatish yoki jazolash choralariga tayanish yetarli emas, balki profilaktika, davolash, reabilitatsiya, ma’rifiy ishlar, ijtimoiy himoya va xalqaro axborot almashinuvi kabi yo‘nalishlarni ham birgalikda rivojlantirish zarur.

Hozirgi globallashuv davrida narkotik vositalar noqonuniy savdosining geografiyasi kengayib, u turli mintaqalarni yagona xavf zanjiriga bog‘lab qo‘ymoqda. Bir hududda ishlab chiqarilgan yoki tayyorlangan narkotik mahsulotlar boshqa mintaqalarga tranzit yo‘llar orqali yetkazilishi, uchinchi hududlarda esa iste’mol bozorini shakllantirishi mumkin. Bu holat har bir davlatdan alohida emas, balki qo‘shni mamlakatlar, xalqaro tashkilotlar va mintaqaviy tuzilmalar bilan muvofiqlashtirilgan holda harakat qilishni talab etadi.

Ayniqsa, sintetik narkotik moddalar va yangi psixoaktiv vositalarning paydo bo‘lishi global narkotahdidlarning yanada xavfli bosqichga o‘tganini ko‘rsatadi. Bunday moddalar tez tayyorlanishi, yashirin laboratoriyalarda ishlab chiqarilishi, kichik hajmda tashilishi va internet orqali tarqatilishi mumkinligi bilan an’anaviy narkotrafikdan farq qiladi. Bu esa bojxona, chegara, huquqni muhofaza qilish, sog‘liqni saqlash va axborot xavfsizligi tizimlari oldiga yangi vazifalarni qo‘yadi.

Mazkur masalaning dolzarbligi O‘zbekiston Respublikasida so‘nggi yillarda giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalarning noqonuniy aylanishiga qarshi kurashish, jamoat xavfsizligini ta’minlash hamda aholi salomatligini muhofaza qilish bo‘yicha qabul qilinayotgan qonun va qarorlar bilan ham bevosita bog‘liqdir. Jumladan, “Giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalar to‘g‘risida”gi Qonun ushbu sohadagi asosiy huquqiy poydevor bo‘lib, giyohvandlik vositalari, psixotrop moddalar va prekursorlarning muomalada bo‘lish tartibini belgilaydi hamda ularning noqonuniy aylanishiga qarshi kurashishning qonuniy asoslarini mustahkamlaydi.

Shuningdek, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 6-maydagi PF-73-son Farmoni bilan tasdiqlangan 2024–2028-yillarga mo‘ljallangan giyohvandlik va narkojinoyatlarga qarshi kurashish bo‘yicha Milliy strategiya ushbu yo‘nalishdagi ishlarni yangi bosqichga olib chiqdi. Mazkur strategiyada narkotik vositalarning noqonuniy aylanishiga chek qo‘yish, aholi salomatligi va millat genofondini himoya qilish, yoshlar o‘rtasida profilaktik ishlarni kuchaytirish, xalqaro tashkilotlar bilan hamkorlikni rivojlantirish hamda narkojinoyatchilikka qarshi kurashish tizimini takomillashtirish asosiy vazifalar sifatida belgilangan.

Bundan tashqari, 2025-yilda qabul qilingan tegishli farmon va qarorlar ham giyohvandlik va narkojinoyatlarga qarshi kurashish, ayniqsa yoshlar salomatligini himoya qilish, uyushgan narkojinoyatchilikka qarshi kurashish va davlat organlari faoliyatini muvofiqlashtirish masalalariga alohida e’tibor qaratilayotganini ko‘rsatadi. Bu esa mavzuning nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham dolzarb ekanini anglatadi.

Jamoat xavfsizligini ta’minlash konsepsiyasida belgilangan vazifalar ham ushbu mavzu bilan uzviy bog‘liqdir. Chunki narkotahdidlar jamoat tartibi, fuqarolar xavfsizligi, yoshlar kelajagi, oilalar barqarorligi va jamiyatning sog‘lom rivojlanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli global narkotahdidlarga qarshi kurashish faqat huquqni muhofaza qilish organlari faoliyati bilangina cheklanib qolmasdan, davlat idoralari, ta’lim muassasalari, mahalla, sog‘liqni saqlash tizimi, ommaviy axborot vositalari va keng jamoatchilikning hamkorlikdagi faoliyatini talab etadi.

Mazkur yo‘nalishda xalqaro huquqiy asoslar ham muhim o‘rin tutadi. Xususan, BMTning 1988-yildagi giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalarning noqonuniy muomalasiga qarshi kurashish to‘g‘risidagi Konvensiyasi davlatlar o‘rtasida hamkorlik qilish, noqonuniy narkotrafikka qarshi birgalikda kurashish va xalqaro nazorat mexanizmlarini rivojlantirish zarurligini belgilab beradi. O‘zbekistonning ushbu xalqaro hujjatlarga qo‘shilgani mamlakatimizda narkotahdidlarga qarshi kurashish milliy siyosatining xalqaro talablar bilan uyg‘un olib borilayotganidan dalolat beradi.

Shu bois “Global narkotahdidlarga qarshi kurashishda xalqaro hamkorlik va jamoat xavfsizligini ta’minlash masalalari” mavzusini o‘rganish bugungi kun uchun nihoyatda muhimdir. Chunki ushbu mavzu orqali narkotik vositalarning noqonuniy aylanishiga qarshi kurashishning

huquqiy asoslari, xalqaro hamkorlik mexanizmlari, jamoat xavfsizligini ta’minlash choralari va profilaktik strategiyalarni takomillashtirish imkoniyatlari tahlil qilinadi.

Xulosa qilib aytganda, global narkotahdidlarga qarshi kurashish bugungi kunda nafaqat bir davlatning ichki xavfsizligi, balki butun xalqaro hamjamiyat barqarorligi bilan bog‘liq muhim masalalardan biridir. Narkotik vositalarning noqonuniy aylanishi jamoat salomatligi, yoshlar kelajagi, oilalar barqarorligi, iqtisodiy taraqqiyot va jamiyat xavfsizligiga jiddiy tahdid solmoqda. Shu sababli ushbu xavfga qarshi kurashish faqat huquqni muhofaza qilish organlari faoliyati bilan cheklanmasdan, davlat organlari, xalqaro tashkilotlar, ta’lim muassasalari, sog‘liqni saqlash tizimi, mahalla va keng jamoatchilikning hamkorlikdagi sa’y-harakatlarini talab etadi.

Bugungi sharoitda narkotahdidlarga qarshi samarali kurashish uchun xalqaro hamkorlikni kuchaytirish, chegaralararo axborot almashinuvi va tezkor hamkorlik mexanizmlarini rivojlantirish, noqonuniy narkotrafik yo‘llarini aniqlash, yoshlar o‘rtasida profilaktik ishlarni tizimli tashkil etish hamda jamoat xavfsizligini ta’minlashga qaratilgan chora-tadbirlarni izchil amalga oshirish muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, O‘zbekiston Respublikasida qabul qilinayotgan qonunlar, Prezident farmonlari va 2024–2028-yillarga mo‘ljallangan Milliy strategiya bu boradagi ishlarni yangi bosqichga olib chiqmoqda.

Shu nuqtai nazardan, global narkotahdidlarga qarshi kurashishda xalqaro hamkorlikni mustahkamlash va jamoat xavfsizligini ta’minlash masalalari dolzarb ilmiy-amaliy ahamiyatga ega. Zero, sog‘lom, xavfsiz va barqaror jamiyatni shakllantirish uchun narkotik vositalarning noqonuniy aylanishiga qarshi murosasiz kurashish, yoshlarni zararli illatlardan himoya qilish va har bir fuqaroning bu boradagi mas’uliyatini oshirish muhim vazifa bo‘lib qolmoqda. Barchamizning hamjihatligimiz, hushyorligimiz va faol fuqarolik pozitsiyamiz jamiyat xavfsizligini ta’minlashning muhim kafolati hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “O‘zbekiston Respublikasida giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalarning noqonuniy aylanmasiga chek qo‘yish orqali ularning aholi salomatligi va mamlakatimiz genofondiga salbiy ta’sirini bartaraf etish strategik chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi Farmoni. 2024-yil 6-may, PF-73-son.

2. O‘zbekiston Respublikasida giyohvandlik va narkojinoyatlarga qarshi kurashish bo‘yicha 2024–2028-yillarga mo‘ljallangan Milliy strategiya. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 6-maydagi PF-73-son Farmoniga 1-ilova.

3. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “O‘zbekiston Respublikasi jamoat xavfsizligi konsepsiyasini tasdiqlash va uni amalga oshirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi Farmoni. 2021-yil 29-noyabr, PF-27-son.

4. O‘zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligi konsepsiyasi. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 29-noyabrdagi PF-27-son Farmoniga 1-ilova.

5. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining “Giyohvandlik vositalari, psixotrop moddalar va prekursorlarni O‘zbekiston Respublikasi hududiga olib kirish, undan olib chiqish va tranzit tarzida o‘tkazish tartibini, shuningdek ularning muomalada bo‘lishi yuzasidan nazoratni takomillashtirish to‘g‘risida”gi qarori. 2015-yil 12-noyabr, 330-son.

6. “Giyohvandlik vositalari, psixotrop moddalar va prekursorlarni saqlash, berish, sotish, taqsimlash, hisobga olish shartlari to‘g‘risidagi nizomni tasdiqlash haqida”gi normativ-huquqiy hujjat. 2025-yil 27-yanvar, ro‘yxat raqami 3604.

7. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining “Giyohvandlik vositalari, psixotrop moddalar va prekursorlarning muomalada bo‘lishi bilan bog‘liq faoliyatni litsenziyalash tartib-taomillari takomillashtirilishi munosabati bilan ayrim nizomlarga o‘zgartirish va qo‘shimcha kiritish haqida”gi qarori. 2024-yil 31-oktabr, 725-son.

Nazarov Akmal Mardonovich
Yoshlar masalalari va ma'naviy-ma'rifiy ishlar bo'yicha birinchi prorektor
psixologiya fanlari doktori, professor

YOSHLAR ORASIDA SOG'LOM TURMUSH TARZINI TARG'IB QILISH VA MA'NAVIY-AXLOQIY TARBIYA

Annotatsiya*. Ushbu maqolada yoshlar orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish hamda ma'naviy-axloqiy tarbiyani kuchaytirish masalalari ijtimoiy-pedagogik va psixologik nuqtayi nazardan yoritiladi. Bugungi globallashuv, axborot oqimining tezlashuvi, zararli odatlar, internetga qaramlik, nosog'lom hayot tarzi va ma'naviy bo'shliq yoshlar tarbiyasiga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda. Shu bois yosh avlodda jismoniy faollik, to'g'ri ovqatlanish, shaxsiy gigiyena, ruhiy barqarorlik, vaqtni to'g'ri tashkil etish, zararli illatlardan voz kechish kabi sog'lom turmush ko'nikmalarini shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Maqolada sog'lom turmush tarzi faqat tibbiy tushuncha emas, balki shaxsning ma'naviy yetukligi, ijtimoiy mas'uliyati, axloqiy qarashlari va hayotiy pozitsiyasi bilan chambarchas bog'liq jarayon sifatida talqin qilinadi. Shuningdek, oila, ta'lim muassasasi, mahalla va ommaviy axborot vositalarining yoshlar ma'naviyatini shakllantirishdagi o'rni tahlil qilinadi. Tadqiqotda yoshlarni sog'lom, faol, vatanparvar, ma'naviy barkamol va ijtimoiy mas'uliyatli shaxs sifatida tarbiyalashning samarali yo'llari asoslab beriladi.*

Kalit so'zlar: *yoshlar, sog'lom turmush tarzi, ma'naviy tarbiya, axloqiy tarbiya, jismoniy faollik, zararli odatlar, ijtimoiy mas'uliyat, barkamol shaxs.*

Аннотация. *В данной статье рассматриваются вопросы пропаганды здорового образа жизни среди молодежи и усиления духовно-нравственного воспитания с социально-педагогической и психологической точек зрения. В современных условиях глобализации, интенсивного информационного потока, распространения вредных привычек, интернет-зависимости, малоподвижного образа жизни и духовного вакуума проблема воспитания молодежи приобретает особую актуальность. Формирование у молодых людей навыков физической активности, правильного питания, личной гигиены, психологической устойчивости, рационального распределения времени и отказа от вредных привычек является важным условием их гармоничного развития. В статье здоровый образ жизни рассматривается не только как медицинская категория, но и как социально-нравственный процесс, связанный с духовной зрелостью личности, гражданской ответственностью, нравственными убеждениями и жизненной позицией. Особое внимание уделяется роли семьи, образовательных учреждений, махалли, общественных организаций и средств массовой информации в формировании духовно-нравственных качеств молодежи. Обосновывается необходимость комплексного подхода к воспитанию здорового, активного, патриотичного, социально ответственного и духовно развитого молодого поколения.*

Ключевые слова: *молодежь, здоровый образ жизни, духовное воспитание, нравственное воспитание, физическая активность, вредные привычки, социальная ответственность, гармонично развитая личность.*

Abstract. *This article examines the promotion of a healthy lifestyle among young people and the strengthening of spiritual and moral education from socio-pedagogical and psychological perspectives. In the context of globalization, rapid information flow, harmful habits, internet addiction, physical inactivity and moral uncertainty, the issue of youth education has become increasingly relevant. Developing healthy lifestyle skills among young people, including physical activity, proper nutrition, personal hygiene, psychological stability, effective time management and rejection of harmful habits, is an important condition for their comprehensive development. The article interprets a healthy lifestyle not only as a medical concept, but also as a social and moral process closely connected with personal maturity, civic responsibility, ethical values and an active life position. Special attention is paid to the role of the family, educational institutions, local communities, public organizations and mass media in shaping the spiritual and moral qualities of young people. The study emphasizes the need for an integrated approach to educating a healthy,*

active, patriotic, socially responsible and spiritually mature generation capable of resisting negative influences and contributing positively to society.

Key words: *youth, healthy lifestyle, spiritual education, moral education, physical activity, harmful habits, social responsibility, harmoniously developed personality.*

Kirish. Yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish va ma’naviy-axloqiy tarbiyani kuchaytirish bugungi kunda nafaqat tarbiyaviy, balki ijtimoiy xavfsizlik, jamoat salomatligi va milliy taraqqiyot bilan bevosita bog‘liq dolzarb masalalardan biridir. Chunki yosh avlodning jismoniy sog‘lomligi, ruhiy barqarorligi, axloqiy qarashlari va ijtimoiy mas’uliyati jamiyatning kelajakdagi intellektual, demografik va ma’naviy salohiyatini belgilaydi. O‘zbekiston qonunchiligida yoshlar 14 yoshga to‘lgan va 30 yoshdan oshmagan shaxslar sifatida belgilanadi, yoshlarga oid davlat siyosatining asosiy prinsiplaridan biri esa ma’naviy, axloqiy va madaniy qadriyatlarning ustuvorligi hisoblanadi.

Respublika miqyosida ushbu mavzuning dolzarbligi, avvalo, mamlakatimizda yoshlar sonining yuqoriligi bilan izohlanadi. O‘zbekiston Respublikasi Milliy statistika qo‘mitasi ma’lumotlariga ko‘ra, 2025-yil 1-yanvar holatiga ko‘ra, 14-30 yoshdagi yoshlar soni 9 630 556 nafarni tashkil etib, bu respublika umumiy aholisining 25,7 foiziga teng. Buxoro viloyatida esa ushbu yosh toifasidagi aholi 514 041 nafarni, ya’ni viloyat aholisining 24,7 foizini tashkil qilgan. Bu raqamlar yoshlar bilan olib boriladigan sog‘lom turmush tarzi, ma’naviy-ma’rifiy, profilaktik va tarbiyaviy ishlar tor doiradagi tadbir emas, balki keng ijtimoiy zarurat ekanini ko‘rsatadi.

Xalqaro miqyosda ham mazkur masala alohida ahamiyat kasb etmoqda. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti ma’lumotlariga ko‘ra, o‘smirlik davri 10-19 yosh oralig‘ini qamrab oladi va aynan shu davrda insonning ovqatlanish, jismoniy faollik, zararli odatlarga munosabat, ijtimoiy xulq va hayotiy qarashlari shakllana boshlaydi. Dunyoda 1,3 milliarddan ortiq o‘smir mavjud bo‘lib, ularning katta qismi past va o‘rta daromadli mamlakatlarda yashaydi; bu esa sog‘lom turmush madaniyatini shakllantirishni global taraqqiyotning muhim shartlaridan biriga aylantiradi.

Sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilishning dolzarbligi yoshlar o‘rtasida jismoniy faollik yetishmasligi, noto‘g‘ri ovqatlanish, ortiqcha vazn, raqamli qaramlik va ruhiy zo‘riqish holatlarining ortib borayotgani bilan ham bog‘liq. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti 2024-yilgi ma’lumotlarida 11-17 yoshdagi o‘smirlarning 81 foizi yetarli darajada jismoniy faol emasligini qayd etadi; qizlar orasida bu ko‘rsatkich 85 foiz, o‘g‘il bolalar orasida esa 78 foizni tashkil qiladi. Demak, yoshlar salomatligi masalasi faqat sport mashg‘ulotlari bilan cheklanmaydi, balki kundalik hayot tarzi, maktab va oliy ta’lim muhitidagi harakat faolligi, ovqatlanish madaniyati hamda bo‘sh vaqtni mazmunli tashkil etish bilan bevosita bog‘liqdir.

Mazkur mavzuning yana bir muhim tomoni yoshlarning ruhiy salomatligi va ma’naviy-axloqiy immuniteti bilan bog‘liq. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti ma’lumotlariga ko‘ra, dunyoda 10-19 yoshdagi har yetti nafar o‘smirdan biri ruhiy buzilishlarni boshdan kechiradi; depressiya, xavotir va xulq-atvor buzilishlari esa o‘smirlar orasida kasallik va nogironlikning yetakchi sabablaridan biri hisoblanadi. Shu sababli sog‘lom turmush tarzi targ‘iboti nafaqat jismoniy faollik va to‘g‘ri ovqatlanishni, balki hissiy barqarorlik, o‘zini boshqarish, ijobiy muloqot, stressga bardoshlilik va zararli axborot ta’sirlariga qarshi psixologik himoyani ham qamrab olishi zarur.

O‘zbekiston sharoitida bu yo‘nalish davlat siyosatining muhim tarkibiy qismi sifatida qaralmoqda. “O‘zbekiston - 2030” strategiyasida aholi orasida to‘g‘ri ovqatlanish va sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, yetarlicha jismoniy faollikka ega bo‘lmagan aholi ulushini kamaytirish, ta’lim va tibbiyot muassasalarida transyog‘, tuz va shakar miqdori yuqori mahsulotlarni cheklash kabi aniq vazifalar belgilangan. Bu esa sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish masalasi faqat individual tanlov emas, balki davlat, ta’lim muassasasi, oila, mahalla va jamoatchilik hamkorligini talab qiladigan kompleks ijtimoiy vazifa ekanini anglatadi.

Kirish. Bugungi kunda yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish va ma’naviy-axloqiy tarbiyani kuchaytirish jamiyat taraqqiyoti, jamoat salomatligi va ijtimoiy barqarorlikni ta’minlashning muhim shartlaridan biri hisoblanadi. O‘zbekiston aholisi tarkibida yoshlarning ulushi yuqori bo‘lib, 2025-yil 1-yanvar holatiga ko‘ra, respublikada 14-30 yoshdagi yoshlar soni 9 630 556

nafarni, ya'ni jami aholining 25,7 foizini tashkil etgan. Bu esa yoshlar bilan olib boriladigan sog'lomlashtirish, ma'naviy-ma'rifiy va profilaktik ishlar davlat va jamiyat oldidagi ustuvor vazifalardan biri ekanini ko'rsatadi.

Xalqaro miqyosda ham yoshlar salomatligi dolzarb muammo sifatida e'tirof etilmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, 11-17 yoshdagi o'smirlarning katta qismi tavsiya etilgan jismoniy faollik me'yoriga amal qilmaydi, bu esa ortiqcha vazn, surunkali kasalliklar, ruhiy zo'riqish va ijtimoiy faollikning pasayishiga sabab bo'lishi mumkin. Shuningdek, dunyoda 10-19 yoshdagi har yetti nafar o'smirdan biri ruhiy salomatlik bilan bog'liq muammolarni boshdan kechirishi qayd etilgan.

O'zbekiston sharoitida sog'lom turmush tarzini shakllantirish masalasi "O'zbekiston - 2030" strategiyasida ham alohida yo'nalish sifatida belgilangan bo'lib, unda aholining to'g'ri ovqatlanishi, jismoniy faolligini oshirish, ortiqcha vazn va zararli odatlar ta'sirini kamaytirish kabi vazifalar ko'zda tutilgan. Shu nuqtayi nazardan, yoshlar orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish faqat tibbiy-profilaktik jarayon emas, balki ma'naviy yetuklik, axloqiy mas'uliyat, ijtimoiy faollik va zararli ta'sirlarga qarshi immunitetni shakllantirishga qaratilgan kompleks tarbiyaviy jarayondir. Shuning uchun mazkur mavzuni ilmiy jihatdan o'rganish yosh avlodni jismonan sog'lom, ruhan barqaror, ma'nan yetuk va ijtimoiy mas'uliyatli shaxs sifatida tarbiyalashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar tahlili. Yoshlar orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish va ma'naviy-axloqiy tarbiyani shakllantirish masalasi rus va xorijiy olimlar tadqiqotlarida shaxs kamoloti, ijtimoiylashuv, tarbiya muhiti va xulq-atvor madaniyati bilan uzviy bog'liq holda talqin etiladi. Rus psixologiyasida L.S. Vygotskiy shaxs rivojlanishini ijtimoiy muhit va madaniy tajribani o'zlashtirish jarayoni bilan izohlab, bolaning axloqiy qarashlari, o'zini tutish me'yorlari va sog'lom xulq-atvori kattalar, tengdoshlar hamda ta'lim-tarbiya muhiti ta'sirida shakllanishini asoslaydi. A.N. Leontev esa faoliyat nazariyasi orqali inson shaxsining rivojlanishi uning maqsadli faoliyati, ehtiyojlari va motivlari bilan bog'liqligini ko'rsatadi; bu yondashuv sog'lom turmush tarzini yoshlar ongida oddiy tashqi talab emas, balki ichki ehtiyoj va hayotiy qadriyat sifatida shakllantirish zarurligini anglatadi. B.G. Ananyev insonni biologik, psixologik va ijtimoiy mavjudot sifatida tahlil qilib, salomatlik, mehnatga munosabat, ijtimoiy faollik va axloqiy mas'uliyat shaxs kamolotining ajralmas tarkibiy qismlari ekanini ta'kidlaydi. L.I. Bojovich tadqiqotlarida esa yoshlarning motivatsion sohasi, ijtimoiy burchni anglash, o'z xulqini nazorat qilish va axloqiy pozitsiyani egallashi tarbiya jarayonining markaziy omillari sifatida ko'riladi. A.V. Mudrik va I.S. Kon ishlarida yoshlar ijtimoiylashuvi oila, maktab, tengdoshlar guruhi, ommaviy axborot vositalari va jamiyatdagi qadriyatlar tizimi orqali kechishi yoritilib, zararli odatlar, ijtimoiy befarqlik va ma'naviy bo'shliqning oldini olishda ijtimoiy muhitning tarbiyaviy roli muhimligi asoslanadi. Xorijiy olimlardan A. Bandura ijtimoiy o'rganish nazariyasida yoshlar xulq-atvori kuzatish, taqlid qilish va ijtimoiy namuna orqali shakllanishini ko'rsatib, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilishda ijobiy namuna, ommaviy targ'ibot va tengdoshlar ta'siridan samarali foydalanish zarurligini ta'kidlaydi. U. Bronfenbrennerning ekologik tizimlar nazariyasi esa shaxs rivojlanishini oila, ta'lim muassasasi, mahalla, ommaviy axborot muhiti va ijtimoiy siyosat bilan bog'liq ko'p bosqichli tizim sifatida tushuntiradi. J. Piaget va L. Kohlberg axloqiy tafakkur rivojlanishini bosqichma-bosqich jarayon sifatida talqin qilib, yoshlar axloqiy tanlov, mas'uliyat va ijtimoiy me'yorlarni anglash orqali ma'naviy yetuklikka erishishini ko'rsatadi. E. Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasida esa o'smirlik va yoshlik davri shaxsiy identifikatsiya, hayotiy maqsad va qadriyatlarni belgilash bosqichi sifatida baholanadi. Shuningdek, A. Maslow va C. Rogersning gumanistik qarashlarida sog'lom shaxs o'z imkoniyatlarini anglaydigan, ijtimoiy foydali faoliyatga intiladigan, ichki mas'uliyat va ijobiy qadriyatlarga ega inson sifatida tavsiflanadi. Demak, rus va xorijiy ilmiy yondashuvlar tahlili shuni ko'rsatadiki, yoshlar orasida sog'lom turmush tarzini shakllantirish faqat jismoniy salomatlikni mustahkamlash bilan cheklanmaydi, balki ma'naviy-axloqiy tarbiya, ijtimoiy mas'uliyat, ijobiy motivatsiya, sog'lom muloqot muhiti va shaxsiy hayotiy pozitsiyani rivojlantirish bilan uzviy bog'liq kompleks jarayon hisoblanadi.

Muhokama. Yoshlar orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish va ma'naviy-axloqiy tarbiyani kuchaytirish bugungi ijtimoiy sharoitda o'zaro bog'liq jarayon sifatida namoyon bo'ladi.

Chunki sog‘lom turmush tarzi faqat jismoniy faollik, to‘g‘ri ovqatlanish yoki zararli odatlardan voz kechish bilan cheklanmaydi, balki yoshlarning hayotga munosabati, qadriyatlari, maqsadlari, ijtimoiy mas’uliyati va o‘zini boshqarish madaniyati bilan ham bevosita bog‘liqdir. Agar yosh avlodda sog‘lom hayot kechirishga nisbatan ichki ehtiyoj shakllanmasa, tashqi targ‘ibot ishlari kutilgan natijani bermaydi. Shu sababli sog‘lom turmush tarzini shakllantirishda ta’lim muassasalari, oila, mahalla va jamoatchilik hamkorligi muhim ahamiyatga ega.

Muhokama qilinayotgan mavzuning asosiy jihati shundaki, yoshlar turli axborot oqimlari, zararli odatlar, virtual muhit ta’siri va ijtimoiy bosim sharoitida o‘z hayotiy tanlovini mustaqil belgilashga majbur bo‘lmoqda. Bunday vaziyatda ularda ma’naviy immunitet, axloqiy mezon, tanqidiy fikrlash va irodaviy barqarorlikni rivojlantirish sog‘lom turmush tarzining muhim psixologik asosi hisoblanadi. Ma’naviy-axloqiy tarbiya yoshlarni faqat yaxshi xulqqa chaqirish emas, balki ularda mas’uliyat, vatanparvarlik, insoniylik, halollik, o‘z sog‘lig‘iga e’tibor va jamiyat oldidagi burchni anglash kabi sifatlarni shakllantirishga xizmat qiladi.

Shu nuqtayi nazardan, sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish jarayonida faqat nasihat, ma’ruza yoki bir martalik tadbirlar bilan cheklanib qolish yetarli emas. Bunda yoshlarning qiziqishi, ehtiyoji va yosh xususiyatlariga mos interaktiv mashg‘ulotlar, sport tadbirlari, psixologik treninglar, sog‘lom ovqatlanish madaniyatiga oid suhbatlar, zararli odatlar oqibatini tushuntiruvchi profilaktik ishlar hamda ijobiy namunalar orqali ta’sir ko‘rsatish samaraliroq bo‘ladi. Ayniqsa, tengdoshlar guruhi, ijtimoiy tarmoqlar va ommaviy axborot vositalaridan maqsadli foydalanish yoshlar ongiga ta’sir etuvchi muhim vosita sifatida qaralishi lozim.

Umuman olganda, yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish va ma’naviy-axloqiy tarbiyani rivojlantirish bir-birini to‘ldiruvchi ikki muhim yo‘nalishdir. Sog‘lom tana, sog‘lom ruhiyat va sog‘lom ma’naviyat uyg‘unlashgandagina yoshlar jamiyatda faol, mas’uliyatli va barkamol shaxs sifatida shakllanadi. Shu bois mazkur yo‘nalishda olib boriladigan ishlar tizimli, uzluksiz va amaliy natijaga yo‘naltirilgan bo‘lishi zarur.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish va ma’naviy-axloqiy tarbiyani kuchaytirish bugungi jamiyat taraqqiyotining muhim ijtimoiy, pedagogik va psixologik vazifalaridan biri hisoblanadi. Chunki yosh avlodning jismoniy salomatligi, ruhiy barqarorligi, axloqiy qarashlari va ijtimoiy mas’uliyati mamlakatning kelajakdagi inson kapitali, ma’naviy muhiti hamda barqaror rivojlanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Sog‘lom turmush tarzi faqat sport bilan shug‘ullanish, to‘g‘ri ovqatlanish yoki zararli odatlardan voz kechish bilangina cheklanmaydi, balki insonning o‘z hayotiga ongli munosabati, vaqtni to‘g‘ri tashkil etishi, ruhiy muvozanatni saqlashi, ijobiy fikrlashi va jamiyat oldidagi mas’uliyatini anglab yashashi bilan ham bog‘liqdir.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, mazkur yo‘nalishda oila, ta’lim muassasalari, mahalla, yoshlar tashkilotlari, ommaviy axborot vositalari va sog‘liqni saqlash tizimining hamkorligi muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, yoshlarning yosh xususiyatlari, qiziqishlari va ehtiyojlarini hisobga olgan holda sport tadbirlari, ma’naviy-ma’rifiy suhbatlar, psixologik treninglar, sog‘lom ovqatlanish bo‘yicha targ‘ibot ishlari, zararli odatlarga qarshi profilaktik mashg‘ulotlar hamda ijtimoiy loyihalarni tizimli tashkil etish samarali natija beradi. Bunda faqatgina nazariy tushuntirish emas, balki amaliy faoliyat, shaxsiy namuna, ijobiy ijtimoiy muhit va doimiy rag‘batlantirish asosiy o‘rin tutadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. O‘zbekiston Respublikasining “Yoshlarga oid davlat siyosati to‘g‘risida”gi Qonuni. O‘RQ-406-son, 14.09.2016. – Toshkent, 2016.

2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “O‘zbekiston - 2030 strategiyasi to‘g‘risida”gi Farmoni. PF-158-son, 11.09.2023. – Toshkent, 2023.

3. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Yangi O‘zbekiston yoshlari-2030” strategiyasini tasdiqlash hamda yoshlarni har tomonlama qo‘llab-quvvatlash chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi Farmoni. PF-66-son, 20.04.2026. – Toshkent, 2026.

4. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Yangi O‘zbekiston yoshlari - 2030” strategiyasida belgilangan vazifalarni 2026-2027-yillarda amalga oshirish bo‘yicha chora-tadbirlar to‘g‘risida”gi Qarori. PQ-148-son, 20.04.2026. – Toshkent, 2026.

5. World Health Organization. Physical activity: fact sheet. – Geneva: WHO, 2024. – Elektron resurs.

6. World Health Organization. Mental health of adolescents: fact sheet. – Geneva: WHO, 2025. – Elektron resurs.

7. World Health Organization. WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. – Geneva: World Health Organization, 2020. – 104 p.

8. UNICEF. Situation Analysis of Children and Adolescents in Uzbekistan. – Tashkent: UNICEF Uzbekistan, 2024. – Elektron resurs.

9. UNICEF Uzbekistan. Adolescent health in Uzbekistan. – Tashkent: UNICEF, 2024. – Elektron resurs.

10. Выготский Л.С. Педагогическая психология. – Москва: Педагогика-Пресс, 1999. – 536 с.

11. Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. Т. 4. Детская психология. – Москва: Педагогика, 1984. – 432 с.

12. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – Москва: Политиздат, 1977. – 304 с.

Nishanova Zamira Taskarayevna
psixologiya fanlari doktori, professor
O‘zbekiston milliy pedagogika universiteti

RAQAMLI DAVRDA YOSHLARNI DESTRUKTIV AXBOROT VA KIBER TAHDIDLARDAN HIMOYA QILISHDA PSIXOLOG FAOLIYATINING ASOSIY YO‘NALISHLARI

Annotatsiya. *Maqolada hozirgi raqamli davrda inson ruhiy dunyosining muhandislari hisoblanmish psixologlardan talab qilinadigan asosoiy kompetensiyalarga urg’u berilgan. Jumladan, texnologik ko‘nikmalar, kiber-psixologik bilimlarni chuqurlashtirish, sun'iy intellekt (SI) bilan ishlash, virtual dunyodagi ruhiy salomatlik kabilar yoritilgan.*

Kalit so’zlar: *raqamli davr, psixolog, texnologik savodxonlik, onlayn terapiya.*

Аннотация. *В статье рассматриваются основные компетенции, необходимые психологам, которые в современную цифровую эпоху считаются инженерами человеческого психического мира. В частности, освещаются технологические навыки, углубление знаний в области киберпсихологии, работа с искусственным интеллектом (ИИ), психическое здоровье в виртуальном мире и др.*

Ключевые слова: *цифровая эпоха, психолог, технологическая грамотность, онлайн-терапия.*

Abstract. *The article focuses on the basic competencies required of psychologists, who are considered engineers of the human mental world in the current digital era. In particular, technological skills, deepening cyber-psychological knowledge, working with artificial intelligence (AI), mental health in the virtual world, etc. are covered.*

Key words: *digital era, psychologist, technological literacy, online therapy.*

Raqamli dunyo psixologlardan texnologik savodxonlik, onlayn terapiya ko‘nikmalari (kiber-psixologiya) va raqamli qaramlikni davolash qobiliyatini talab qilmoqda. Psixologlar ijtimoiy tarmoqlar ta'siri, kiberbulling va virtual reallikning ruhiyatga ta'sirini tushunishlari, shuningdek, sun'iy intellekt vositalaridan diagnostikada foydalanishni o‘rganishlari zarur.

Raqamli davr psixologdan talab qiladigan asosiy jihatlar:

I. Texnologik ko‘nikmalar: Masofaviy konsultatsiya (onlayn terapiya) o‘tkazish, raqamli diagnostika usullarini qo‘llash va kiber-psixologiya asoslarini bilish. Raqamli davr psixologlar oldiga

nafaqat yangi imkoniyatlar, balki jiddiy mas’uliyat va talablar ham qo‘ymoqda. Bugungi kunda psixolog uchun texnologik ko‘nikmalar shunchaki "qo‘shimcha" emas, balki professional zaruratdir.

Quyidagi yo‘nalishdagi asosiy texnologik talablarni egallashi zarur:

1. Masofaviy maslahat (Tele-psixologiya) platformalari. Psixolog videoaloqa vositalari (Zoom, Google Meet, Skype) va ixtisoslashgan platformalar (masalan, BetterHelp yoki mahalliy platformalar) bilan mukammal ishlashi kerak. Texnik barqarorlik: Aloqa sifatini ta'minlash va uzilishlar paytida harakat qilish algoritmini bilish. Onlayn etika: Kamera qarshisida o‘zini tutish, "ko‘z aloqasi"ni ekranda qanday shakllantirish va masofadan turib empatiya ko‘rsatish mahorati.

2. Ma’lumotlar xavfsizligi va maxfiylik. Raqamli davrda mijoz sirlarini saqlash kompyuter savodxonligiga bevosita bog‘liq. Shifrlash: End-to-end shifrlangan messenjerlardan foydalanish. Bulutli saqlash: Mijozlar qaydlarini xavfsiz (parol va ikki bosqichli autentifikatsiya bilan himoyalangan) bulutli tizimlarda saqlash. Qonuniy talablar: Shaxsiy ma’lumotlarni saqlashga oid xalqaro va milliy qonunchilikni bilish.

3. Raqamli diagnostika va vositalar. Zamonaviy psixolog an’anaviy testlarni raqamli formatga o‘tkaza olishi kerak. Onlayn testlar: Google Forms yoki maxsus psixometrik dasturlar orqali diagnostika o‘tkazish. VR va ilovalar: Ayrim fobiyalarni davolashda Virtual reallik (VR) texnologiyalaridan yoki meditatsiya uchun mo‘ljallangan mobil ilovalardan terapevtik yordamchi sifatida foydalanish.

4. Shaxsiy brend va raqamli etika. Ijtimoiy tarmoqlar psixolog uchun ham mijoz jalb qilish, ham ma’rifat ulashish maskanidir. Kontent yaratish: Professional chegarani buzmagan holda foydali kontent (matn, video) tayyorlash. Raqamli chegara: Mijozlar bilan ijtimoiy tarmoqlarda do‘stlashmaslik va shaxsiy hayot bilan professional faoliyatni ajratish ko‘nikmasi.

5. AI (Sun'iy intellekt) bilan hamkorlik. AI yordamida seans qaydlarini tahlil qilish, hisobotlar tayyorlash va yangi ilmiy maqolalarni tezkor izlab topish ko‘nikmasi psixologning ish unumdorligini oshiradi.

II. Kiber-psixologik bilimlarni chuqurlashtirish: Ijtimoiy tarmoqlar, internetga qaramlik, kiberbulling, raqamli befarqlik va ularning inson ruhiyatiga ta'sirini tushunish va davolash.

1. Onlayn disinhibitsiya effekti: Anonimlik hissi tufayli odamlarning internetda ochiqroq, ba'zan esa agressivroq bo'lishi hodisasini tushunish. Virtual identitet: Ijtimoiy tarmoqlardagi "ideal men" obrazining inson o'z-o'zini baholashiga ta'sirini tahlil qilish.

2. Ijtimoiy tarmoqlarning psixologik ta'siri. Ijtimoiy platformalardan foydalanish ruhiy salomatlikning turli jihatlariga bevosita bog'liq. FOMO: Muhim yangilik yoki voqeadan qolib ketish qo'rquvi keltirib chiqaradigan doimiy bezovtalik. Ijtimoiy solishtirish: Boshqalarning hayoti bilan o'zini solishtirish natijasida yuzaga keladigan depressiv holatlar va o'ziga ishonchsizlik.

3. Raqamli qaramlik va kiber-tahdidlar. Texnologiyalarning destruktiv jihatlarini o'rganish va ularga qarshi kurashish usullarini bilish. Internet va o'yin qaramligi: Dopamin aylanishining buzilishi, uyqu va diqqatning pasayishi kabi muammolarni diagnostika qilish. Kiberbulling va kiber-hujumlar: Virtual tazyiqqa uchragan mijozlarga psixologik yordam ko'rsatish va ularning raqamli xavfsizligini ta'minlash.

4. Inson va texnologiya interaksiyasi.Yangi texnologiyalarning inson ongiga ta'sirini tushunish: Sun'iy intellekt (AI) bilan muloqot: Odamlarning AI tizimlari (chat-botlar, virtual yordamchilar) bilan qanday bog'lanishi va ularga ishonchi. Virtual reallik terapiyasi: VR yordamida fobiyalarni (masalan, balandlikdan qo'rqish) davolash metodikasini o'rganish.

5. Kiber-etika va raqamli maxfiylik. Psixologik seanslarning raqamli makonda xavfsiz o'tishini ta'minlash: Mijoz ma'lumotlarini shifrlash, maxfiylikni saqlash va onlayn maslahat berishning axloqiy chegaralarini qat'iy belgilash

III. Psixolog faoliyatida Sun’iy intellekt (SI) bilan ishlash - bu ish jarayonini avtomatlashtirish va terapiya sifatini yangi bosqichga olib chiqish demakdir. Bu yo‘nalishda psixologdan quyidagi ko‘nikmalar talab etiladi:

1. Terapevtik yordamchi sifatida SI. Psixolog SI vositalaridan mijoz bilan seanslar oralig‘ida muloqotni saqlab turish uchun foydalanishi mumkin. Chat-botlar: Mijozga kundalik kayfiyatni

kuzatish yoki kognitiv-xulq-atvor terapiyasi mashqlarini bajarishda ko‘maklashuvchi botlarni tavsiya qilish (masalan, Woebot yoki Wysa).

2. Ma’lumotlarni tahlil qilish va bashoratlash. SI katta hajmdagi ma’lumotlarni insondan tezroq tahlil qiladi. Xavfni aniqlash: Mijozning yozishmalari yoki test natijalaridagi so‘zlar tahlili orqali undagi depressiya yoki suitsidal xavf darajasini barvaqt aniqlash. Progressni kuzatish: Terapiya dinamikasini grafiklar ko‘rinishida tahlil qilish va qaysi metodika samaraliroq ekanini SI yordamida baholash.

3. Ma’muriy ishlarni optimallashtirish. Psixologning vaqtini tejaydigan texnik imkoniyatlar. Avtomatik transkripsiya: Audio-seanslarni matnga aylantirish va ulardan qisqacha xulosa tayyorlash. Hujjatlar bilan ishlash: Shaxsiy ma'lumotlarni anonimlashtirgan holda, keyslar bo'yicha hisobot loyihalarini tayyorlashda SI dan foydalanish.

4. SI bilan bog‘liq yangi muammolarni tahlil qilish. Mijozlarning SI bilan muloqoti natijasida yuzaga keladigan psixologik holatlarni tushunish. Algoritmik tashvish: Ijtimoiy tarmoq algoritmlari tomonidan taklif etilayotgan kontentning inson ruhiyatiga ta'sirini o'rganish. Raqamli antropomorfizm: Mijozlarning sun’iy intellektga haddan tashqari bog‘lanib qolishi yoki unga insoniy xislatlar berishi muammosi bilan ishlash.

5. Etika va SI xavfsizligi.Konfidensiallik: SI tizimlariga mijozning shaxsiy ma’lumotlarini kiritmaslik va maxfiylikni saqlash qoidalariga amal qilish. Tanqidiy yondashuv: SI bergan natija yoki tavsiyalarga ko‘r-ko‘rona ishonmasdan, ularni professional filtrdan o‘tkazish.

IV.Virtual dunyodagi ruhiy salomatlik: Virtual reallik va onlayn muloqotning inson xulq-atvoriga ta'sirini o‘rganish. Psixolog bu yo‘nalishda quyidagi jihatlarga e’tibor qaratishi lozim:

1. Raqamli gigiyena va "Digital Detox". Virtual olamda ma’lumotlar oqimi haddan tashqari ko‘pligi (axborot yuklamasi) miyani charchatadi. Chegaralar: Mijozlarga ekran vaqtini nazorat qilish va "gadjetsiz hududlar" yaratishni o‘rgatish. Bildirishnomalar boshqaruvi: Doimiy chalg‘ish va diqqat tarqoqligining oldini olish usullari.

2. "Virtual emotsiyalar" va haqiqat uyg‘unligi. Odamlar ko‘pincha virtual yutuqlar yoki "layk"lar orqali o‘zini baholashga odatlanib qolishadi. Dofamin tuzog‘i: Ijtimoiy tarmoqlardagi tezkor qayta aloqa (like, comment) natijasida paydo bo‘ladigan qaramlik bilan ishlash. Raqamli yolg‘izlik: Minglab "do‘stlar" ichida insonning o‘zini yolg‘iz his qilishi va real ijtimoiy ko‘nikmalarning yo‘qolishi.

3. Kibersomatika. Virtual dunyo nafaqat ruhiyatga, balki tanaga ham ta’sir qiladi, bu esa ruhiy holatni belgilaydi. Fantom tebranishlar: Telefon jiringlamasa ham, uni sezish kabi illyuziyalar. Ekran uyqusi: Ko‘k nurning (blue light) melatoni ishlab chiqarilishiga ta’siri va natijada yuzaga keladigan depressiv holatlar.

4. Metaolam va yangi reallik. Virtual va kengaytirilgan reallik muhitida inson o‘zini butkul boshqa shaxs sifatida his qilishi mumkin. Eskapizm: Mijozning muammolardan qochish uchun virtual dunyoga butkul "sho‘ng‘ib" ketishi. Virtual travmalar: Metaolamdagi noxush hodisalar yoki haqoratlar real ruhiy jarohatga teng ta’sir ko‘rsatishini hisobga olish.

5. Raqamli empatiya. Ekran orqali muloqotda tana tili va ohang yo‘qolishi natijasida kelib chiqadigan tushunmovchiliklarni boshqarish. Psixolog mijozga matnli muloqotda ham his-tuyg‘ularni to‘g‘ri ifodalashni o‘rgatishi zarur. Axloqiy qoidalarga rioya qilish: Onlayn maslahatlarda maxfiylik va axloqiy me'yorlarga qat'iy rioya qilish.

Raqamli asr psixologlarni an'anaviy usullardan voz kechmagan holda, texnologiyalar bilan hamnafas bo‘lib rivojlanishga majbur qilmoqda. Sun'iy intellekt yoki test dasturlaridan foydalanganda, ularning natijalariga ko'r-ko'rona ishonmaslik. Har qanday texnik xulosani insoniy empatiya va professional tajriba bilan tekshirish - psixologning axloqiy burchidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Kirwan G. An Introduction to Cyberpsychology". (2nd Edition, 2024)
2. Gaurav A."Pixelated Souls: An Intersection of Technology, Psychology, and Human Instinct". 2025
3. Limniou M."Research Handbook on Cyberpsychology". 2024.

Bafayev Muxiddin Muxammadovich
Buxoro davlat pedagogika instituti
O‘quv ishlari bo’yicha prorektor
Psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

G. BARDIYERNING TOLERANTLIK UCH KOMPLEKSLI MODELI ASOSIDA YOSHLARNING IJTIMOIY BARQARORLIGI VA ZARARLI TA’SIRLARGA QARSHI IMMUNITETINI SHAKLLANTIRISH

Annotatsiya. *Ko‘pgina manbalarda tolerantlik sabr-bardoshlilik, o‘zlaridan farq qiladigan insonlar bilan muloqot o‘rnatish qobiliyati, umumqabul qilingan fikrga qo‘shilmaydiganlarga nisbatan chidamlilik sifatida talqin qilinadi. Ushbu maqolada taniqli olima Galina Bardiyerning tolerantlikning uch komponentli kompleks modeli asosida tolerant/intolerant munosabatlarninig psixologik mexanizmlari tavsiflangan.*

Kalit so‘zlar: *tolerantlik, stereotiplar, kognitiv, konativ, affektiv, uch kompleksli model.*

Аннотация. *В большинстве источников толерантность трактуется как терпимость, умение общаться с людьми, которые отличаются от них самих, терпимость к тем, кто не согласен с общепринятым мнением. В данной статье описываются психологические механизмы взаимоотношений толерантности и интолерантности, основанные на трехкомпонентной комплексной модели толерантности известного ученого Галины Бардиер.*

Ключевые слова: *толерантность, стереотипы, когнитивная, волевая, аффективная, трехкомпонентная модель.*

Abstract. *In most sources, tolerance is interpreted as tolerance, the ability to communicate with people who differ from themselves, tolerance for those who disagree with conventional wisdom. This article describes the psychological mechanisms of the relationship between tolerance and intolerance, based on the three-component complex model of tolerance by the famous scientist Galina Bardier.*

Keywords: *tolerance, stereotypes, cognitive, volitional, affective, three-component model.*

Ma’lumki, tolerantlik insonning o‘z asliyatini ifodalash shakllarining turli-tumanligini hurmat qilish, qabul qilish va to‘g‘ri tushunishni bildiradi. Tolerantlik – turfa xillikdagi uyg‘unlikdir. Insonning bu xislati shaxsning insonparvar tabiatidan darak beradi va atrofdagilarga munosabati bilan belgilanadi. Boshqacha qilib aytganda, tolerantlik bir-biridan farq qiladigan dunyoqarash, turlicha qadriyatlar tizimi, turfa fe’l-atvor stereotiplariga ega insonlar o‘rtasida insonparvar munosabatlarga erishishga shaylikdir. Biroq, kuzatuvlarning ko‘rsatishicha, inson yaqinlari, qarindosh-urug‘lari, tanish-bilishlari bilan bo‘lgan munosabatlarida tolerant bo‘lishi mumkin, lekin boshqa din yoki millat vakillariga nisbatan murosasizlikni namoyon qilishi mumkin. Odatda, shaxslararo tolerantlik, ijtimoiy tolerantlik, millatlararo tolerantlik va dinlararo tolerantlik ajratiladi. Shaxslararo tolerantlik – aniq bir insonga nisbatan munosabatda namoyon bo‘ladi, ijtimoiy tolerantlik – muayyan guruhga (masalan, nogironlarga), millatlararo – boshqa millat vakillariga, dinlararo – boshqa dinga e’tiqod qiluvchilarga munosabatda namoyon bo‘ladi. Tolerantlikning namoyon bo‘lishi inson huquqlarini hurmat qilishga hamohang bo‘lib, ijtimoiy adolatsizlikka nisbatan murosa qilishni anglatmaydi, o‘z g‘oyalaridan voz kechib, boshqalarning g‘oyalariga yon bosishni bildirmaydi. Tolerantlik o‘z manfaatlarini cheklashdan iborat bo‘lib qolmasligi kerak, aksincha, bu tushuncha, bir tomondan, insonning o‘z shaxsiy pozisiyasini ifodalash qobiliyatini nazarda tutsa, ikkinchi tomondan, boshqa odamlarning nuqtai nazari va qadriyatlariga hurmat bilan munosabatda bo‘lishni taqozo etadi.

Tolerantlik har bir insonning o‘z maslaklariga amal qilishi va boshqalarda ham bunday huquq borligini tan olishdir. Darhaqiqat, insonlar tabiatan tashqi ko‘rinishi, maqomi, fe’l-atvori va qadriyatlari bilan bir-birlaridan farq qiladilar hamda shu farqlarga qaramay yaxlit dunyoda yashash va o‘z individualligini saqlab qolish huquqiga egadirlar. Fikrimizcha, tolerant inson – o‘zligini anglaydigan va o‘zgalarni tushunadigan inson. Demak, farq qilish huquqini tan olish tolerantlikning asosini tashkil etadi. Shuningdek, tolerantlik bir insonning qarashlarini boshqalarga tiqishtirish

sifatida tushunilmasligi kerak. Tolerantlik – insonni u qanday bo‘lsa, shundayligicha qabul qilish, siz qo‘shilmasangiz ham boshqa millat va din vakillarining an’analari, qadriyatlari va madaniyatini tushunish hamda qabul qilishda o‘z ifodasini topadi.

Yuqoridagi ilmiy mulohazalarimiz asnosida, tolerantlik muammosini millatlararo munosabatlar nuqtai nazaridan o‘rgangan akademik V.Tishkovning tolerantlik haqidagi fikrlari bilan xulosalab olsak. Jumladan, u shunday yozadi: “Tolerantlik – shaxsiy yoki ijtimoiy sifat bo‘lib, dunyo va ijtimoiy muhitning serqirra ekanligini tan olishni va demakki, bu dunyoga qarashlarning ham har xil bo‘lishini tan olishni nazarda tutadi” [2].

Tolerantlik o‘z tuzilishiga ko‘ra 3 ta komponentdan tashkil topgan: affektiv, kognitiv va konativ. G.Bardiyerning fikriga ko‘ra, tolerant bo‘lish uchun shaxsda 2 ta komponentning bo‘lishi yetarli [1]

-kognitiv va konativ (emosional darajada intolerantlikni saqlash)

-affektiv va konativ (kognitiv darajada intolerantlikni saqlash)

-affektiv va kognitiv (konativ darajada intolerantlikni saqlash)

Misol uchun, birinchi model bo‘yicha: Boshqa odamni emosional qabul qilmaslik mumkin, ammo uni tushunish va u bilan hamkorlik qilish mumkin (etnik, diniy, madaniy tolerantlik).

Ikkinchi model bo‘yicha: Boshqa odamni emosional qabul qilish mumkin, u bilan hamkorlik qilish va unga yordam berish mumkin, ammo bunda uni tushunmaslik mumkin (gender, boshqaruv, avlodalararo tolerantlik).

Va nihoyat uchinchi model: Boshqa odamni emosional qabul qilish, tushunish mumkin, ammo u bilan xushmuomalalik bilan hamkorlik qilishdan saqlanish mumkin (kasbiy, ijtimoiy-iqtisodiy, pedagogik).

1-jadval

Tolerantlikning uch komponentli kompleks modeli*
(Muallif: G.Bardiyer)

Tolerantlikning strukturaviy komponentlari	**Model 1**	**Model 2**	**Model 3**
Emosional qabul qilish (affektiv komponent)	−Bu inson menga yoqimsiz	+ bu inson menga yoqimli	+bu inson menga yoqimli
Tushunish (kognitiv komponent)	+men uni tushunaman	−men uni tushunmayman	+men uni tushunaman
Hamkorlik (konativ komponent)	+u bilan hamkor qilish yo‘llarini izlashga tayyorman	+biroq, men u bilan hamkorlik qilishga tayyorman va hamkorlik qilaman	−u bilan hamkorlik qilishdan o‘zimni tiyaman

Analogik tarzda xuddi shu komponentlar asosida intolerantlikni ko‘rib chiqishimiz mumkin, unda ikkita minus yetakchilik qiladi (2-jadval). Shu bilan birga mazkur modelda mavjud resurs (bitta plyus)dan profilaktik va korreksion ishlar doirasida tolerantlik ustanovkalarini shakllantirishda samarali foydalanish mumkin bo‘ladi.

2-jadval

Intolerantlikning uch komponentli kompleks modeli*
(Muallif: G.Bardiyer)

Tolerantlikning strukturaviy komponentlari	**Model 1**	**Model 2**	**Model 3**
Emosional qabul qilish (affektiv komponent)	−Bu inson menga yoqimsiz	−bu inson menga yoqimsiz	+bu inson menga yoqimli
Tushunish (kognitiv komponent)	+men uni tushunaman	−men uni tushunmayman	−men uni tushunmayman

Hamkorlik (konativ komponent)	−u bilan hamkor lik qilishdan o‘zimni tiyaman	+biroq, men u bilan hamkorlik qilishga tayyorman	−u bilan hamkorlik qilishdan o‘zimni tiyaman

Yuqoridagi jadvallardan ko‘rinib turibdiki, tolerantlikdan intolerantlikka yoki intolerantlikdan tolerantlikka o‘tish mos ravishda vaziyatga bog‘liq. Shu o‘rinda mazkur tadqiqotdagi mulohalarimizni kengroq yoritadigan bo‘lsak, izlanishlarimizning asosida affektiv jabhada tolerant ustanovkalarning an’anaviy tushunchalarini – simpatiya/antipatiya, kognitiv jabhada - divergent/konvergent, konativ jabhada – kooperatsiya/konfrontatsiyalarni faoliyat uslubi sifatida ko‘rish mumkin.

Adabiyotlar.

1. Бардиер Г. Научные основы социальной психологии толерантности. Учебное пособие. – Спб, Изд-во “МИРС”, 2007. – 100 с.

2. Тишков В.А. О феномене этничности // Этнографическое обозрение. – № 3. – 1997. – С. 18

Saidov Azamat Ismoilovich
Kattaqo‘rg‘on davlat pedagogika instituti, Pedagogika fakulteti dekani, psixologiya fanlari doktori, (DSc) professor

YOSHLARDA SOG‘LOM TURMUSH TARZI TASAVVURLARINI SHAKLLANTIRISHNING ILMIY-NAZARIY ASOSLARI

Annotatsiya. *Maqolada sog‘lom turmush tarzi haqidagi tasavvurlarning ilmiy-nazariy asoslari, sog‘lom turmush tarzi haqidagi tasavvurlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari tahlil etiladi. Shuningdek, maqolada sog‘lom turmush tarzi va ular haqidagi tasavvurlarning diniy-psixologik masalalari to‘g‘risida qarashlar qamrab olinadi.*

Tayanch so‘zlar: *Sog‘lom turmush tarzi, tasavvurlar, ijtimoiy-psixologik xususiyatlar, ijtimoiy tasavvurlar, kommunikativ, interaktiv, jamoaviy tasavvurlar, ijtimoiy tasavvurlar tuzilmasi.*

Резюме. *В статье анализируются научно-теоретические основы концепции здорового образа жизни, социально-психологические особенности концепции здорового образа жизни. А также, в статье рассматриваются взгляды на религиозные и психологические проблемы здорового образа жизни и представления о них.*

Ключевые слова: *Здоровый образ жизни, восприятия, социально-психологические характеристики, социальные восприятия, коммуникативные, интерактивные, коллективные восприятия, структура социального восприятия.*

Annotation. *The article analyzes the scientific and theoretical foundations of the concept of a healthy lifestyle, social and psychological features of the concept of a healthy lifestyle. And also, the article discusses views on religious and psychological problems of a healthy lifestyle and ideas about them.*

Keywords: *Healthy lifestyle, perceptions, socio-psychological characteristics, social perceptions, communicative, interactive, collective perceptions, the structure of social perception.*

Sog‘lom turmush tarzi to‘g‘risidagi tasavvurlarni tushunib yetish uchun tasavvurlar psixologiyasi to‘g‘risidagi g‘oya va qarashlarga murojaat etishga to‘g‘ri keladi. Shunga ko‘ra, quyida tasavvurlarning ijtimoiy va psixologik xususiyatlari haqida tuxtalib o‘tishga harakat qilamiz.

Ijtimoiy tasavvurlarni o‘rganish dolzarb vazifadir, chunki ularning dinamikasi va transformatsiyasi madaniyatdagi o‘zgarishlarni tushunish imkonini beradi. Ijtimoiy tasavvurlar o‘z navbatida u yoki bu guruh a’zolarining muloqoti jarayonida shakllanadi.

Ijtimoiy tasavvurlar nazariyasiga ko‘ra, tasavvurlar ob’ekti turli darajadagi diskurslar (shaxslararo, ommaviy axborot vositalari, madaniy kommunikatsiya) predmeti bo‘lgan sotsiokognitiv “burtib” chiqqan ob’ektdir.

Shunga ko‘ra, ijtimoiy tasavvurlarni timsol tarzida tahlil etuvchi interaksionizm ko‘proq sotsiologiyaga tortsa, ijtimoiy tasavvurlar nazariyasi esa bir qator ijtimoiy fenomenlar: g‘oya, jamoaviy tasavvurlar va xotiralar, individual va jamoaviy “Men”ning ijtimoiy madaniy konstruksiyasi kabilarga murojaat etuvchi psixologik statusga davorgarlik qila oladi.

Ijtimoiy tasavvurlar nazariyasi va ijtimoiy bilimlar modeli ularning tuzilishi, kommunikativ, interaktiv jarayonlarda namoyon bo‘lishi va taqsimlanishini ishlab chiqadi, ijtimoiy amaliyotdagi bilimlar va tajribalarning funksiyalarni tavsiflaydi.

Ijtimoiy tasavvur tushunchasini fanga Serj Moskvisi tomonidan o‘tgan asrning 60-yillarida Fransiya aholisi o‘rtasida psixoanaliz g‘oyalarining ommalashishiga nisbatan munosabatiga bag‘ishlangan ishida o‘rtaga tashlanadi va u keng ko‘lamda qo‘llanila boshlanadi. Dastlab bu yo‘nalish ilmiy bilimning ijtimoiy ko‘rinishlarini o‘rganishga yo‘naltirilgan edi. Ammo, keyinroq ushbu nazariyaning tushuntiruvchi doirasi kengaydi va hozirgi kunda u ijtimoiy tajriba haqidagi ta’limot, uning tuzilishi, va ijtimoiy amaliyotda to‘liq dinamikasi va rolini o‘rganuvchi soha sifatida idrok etilmoqda.

Tarixan bu nazariya Emil Dyurkgeym sotsiologiyasida ijtimoiy va jamoaviy tasavvurlarni chegaralashdan kelib chiqadi [1]. U birinchilardan bo‘lib, bizning tilimiz, an’analarimiz va institutlarimiz tuzilmasida jamoaviy tasavvurlarning muhim roliga va ushbu tasavvurlar to‘plamining qanchalik individual fikrda ijtimoiy fikrning qo‘shimcha ravishda tarkib topishiga e’tiborini qaratgan.

XIX asrning 1960 - yillaridan buyon ijtimoiy tasavvurlar nazariyasi Fransiya, Italiya, Ispaniya, Portugaliya va Lotin Amerikasida yetakchi paradigma bo‘lib kelmoqda. 80-yillarning o‘rtalarida esa bu yo‘nalishga qiziqish Britaniya orollarida, keyinroq esa Fransiya, AQSh, Kanada, Avstraliyada ham yuzaga keldi va shu masala yuzasidan akademik disskussiyalar avj oldi.

Ijtimoiy tasavvurlar tuzilmasini ajratishda esa tadqiqotchilar J.K.Abrikning ijtimoiy tasavvurlar guruh tasavvurlari barqarorligini ta’minlovchi (yadro) qismi hamda guruhning dunyodagi o‘zgarishlarga moslashuviga olib keluvchi doimiy o‘zgaruvchi periferik qismidan tashkil topadi. Tasavvurlar tuzilmasi attityudning o‘zgarishiga bog‘liq bo‘lib, yadro barqaror bo‘lib qoladi, periferik qism esa o‘zgaradi [2].

Hozirgi zamon sog‘lom turmush tarzi to‘g‘risidagi qarashlar rivojiga nazar tashlaydigan bo‘lsak tarixiy ma’lumotlar 1832 yilga- Amerikalik tibbiyotchi Silvester Grexemga (1794-1851) borib taqaladi. Silvester Grexem xristianlikka kuchli e’tiqodi bo‘lganligi uchun Angliyadan Amerikaga ko‘chib borgan xristianlarga vegetarianlik bo‘yicha ma’ruzalar o‘qiydi. Sababi, xristianlikning ba’zi udumlariga ko‘ra, hayvonlar go‘shtini, jumladan, tuxumni ham iste’mol qilish gunoh hisoblanar edi. O‘sha davrda Amerikaning Filadelfiya shtatida vabo kasalligi keng tarqalib, ko‘pchilik bu kasallikdan o‘lib ketayotgan edi. Grexem kuzatib ko‘radiki, uning maslahati bilan vegeterianlikka rioya etayotganlardan hech kim vabo bilan og‘rimaydi. Shunda u vegetariancha ovqatlanish organizmning himoya kuchlarini oshiradi, degan qarorga keladi va bu fikrni keng targ‘ibot, tashviqot qilishni davom ettiradi [3].

Shu zaylda sog‘lik masalasida noan’anaviy fikrlovchi kishilar, aniqrog‘i, tibbiyotchilar ko‘payib, ular ichida sog‘lom turmush tarzi sohasida jahonshumul ishlar qilgan fidoyilar va olimlar yetishib chiqadilar. Amerikada - Govard Xey, Djennings, Trol, Tilden, Djekson, Gerbert Shelton, Pol Bregg, Alisa Cheyz, Yaponiyada - Kotsudzo Nishi, Jorj Ozava, Imamura Motoo, Germaniyada - Maks Gerzon, Isroilda - Mixael Goren, Rossiyada - Yuriy Nikolaev, Aleksandr Mikulin, A.N.Kokosov, Nadejda Semenova va boshqalar shular jumlasidandir.

Shuni ham ta’kidlash lozimki, sog‘lom turmush tarziga o‘tgan kishilarning ko‘pchiligi o‘zlari og‘ir dardlarga duchor bo‘lib, ularning ayrimlari rasmiy tabobat tomonidan davolab bo‘lmasligi tan olingan kishilar bo‘lganlar. Lekin, ular dard oldida tiz cho‘kib o‘tirmasdan, o‘zlarining hayotlari uchun o‘zlari kurashganlar. Masalan, Govard Xey - buyrak shamollashi, Pol Bregg - o‘pka sili, Kotsudzo Nishi - ichak sili, Maks Gerzon - migren, Mixael Goren - buyrak sili, Aleksandr Mikulin - yurak infarkti, Nadejda Semenova - poliartrit, Luiza Xey - bachadon raki bilan og‘rib, faqatgina turmush tarzlarini sog‘lomlashtirishlari hisobiga og‘ir dardlardan halos bo‘lganlar.

Sog‘lom turmush tarzining bu fidoyilari fikr va qarashlarini rasmiy tabobatning eng nomdor vakillari, akademiklar Yuriy Lisitsin, Nikolay Amosov, Fedr Uglov, Evgeniy Chazov, G. I.

Saregorodsev, Galina Shatalova va shular singari ko‘pgina olimlar ko‘llab-quvvatlaganlar hamda ularning takliflarini o‘z turmushlarida qo‘llaganlar.

Akademik Yu. Lisitsin uzoq yillardagi ilmiy izlanishlar hamda bu sohadagi mavjud fikr va mulohazalarni umumlashtirib, kishilar sog‘ligi 50-55% ularning turmush tarziga, 20-25% irsiy omillarga, 15-20% atrof-muhitga bog‘liq, tibbiy xizmat esa kishilar sog‘ligini atigi 8-10% gina ta’minlay olishi mumkin, degan qarorga keladi [4].

Sog‘lom turmush haqidagi dastlabki qarashlar yurtimizda Zardushtiylikning muqaddas kitobi Avestoga borib taqaladi. Zardushtiylik dinidagi eng asosiy g‘oya “ezgu amal, ezgu so‘z va ezgu fikr” hozirgi kunda ham shaxs kamolotida, sog‘lom turmush tarzini shakllantirishda muhim ma’naviy asos bo‘lmoqda.

Zardushtiylik dinidagi marosimlarda axloqiy va jismoniy tarbiya ham birga berilgan, shuningdek ezgulik, bunyodkorlik, yaxshilik kabi sog‘lom g‘oyalarni o‘zida mujassam etishga harakat qilgan. Jamiyatda ezgu g‘oyalar ulug‘langan, mehribonlik, vatanparvarlik, ma’rifatparparvarlik kabilar g‘oyalar egasi xalq ichida ham yaxshi e’tiborga sazovor bo‘lgan, insonlarga isnod keltiruvchi o‘g‘irlik, talonchilik, o‘zgalar moliga ko‘z olaytirish kabi boshqa illatlar qoralangan.

Sog‘lom turmush haqidagi qarashlar keyingi davrlarda islom dinidagi g‘oyalar bilan yanada boyib borishini ko‘rishimiz mumkin. Ezgulik g‘oyalarini islom dinida dunyo va diniy ishlarni biri ikkinchisidan ustin qo‘yilmaydi. Bu esa sog‘lom muhitni rivojlanishiga olib keladi. Bohovuddin Naqshband nomi bilan bog‘liq: “Dil ba yoru dast ba kor” – jumlasining manosi shuki, diling Allohda bo‘lsin qo‘ling mehnatda, bunda “inson iymonli pok bo‘lishga o‘z mehnati bilan halol luqma asosida kun kechirishga undaydi. Bunday ezgu g‘oyalar hozirgi kungacha o‘z qiymatini yo‘qotgani yo‘q.

Ilmiy tajribalarning ko‘rsatishicha, faylasuflar, etnograflar, tarixchilar, sotsiologlar, psixologlar va pedagoglar tomonidan sog‘lom turmush tarzi muammosining falsafiy jihatlari, sog‘lom turmush tarzining ijtimoiy munosabatlardagi o‘rni, jamiyatga tarbiyaviy ta’siri, aholi o‘rtasida, ayniqsa yoshlarda sog‘lom turmush tarzi to‘g‘risidagi tasavvurlarni shakllantirish masalalariga bag‘ishlangan qator ilmiy tadqiqot ishlari olib borilgan. Ularga ko‘ra, turmush tarzi tarixan tarkib topgan ijtimoiy-iqtisodiy va ma’naviy omillar bilan belgilanadigan kundalik hayot tarzi bo‘lib, shu asosda shakllangan munosabatlar, an’analar va urf-odatlardan iboratdir deyiladi.

G‘arb davlatlari olimlaridan R.Banton, S.Germann, G.Makdonald, A.Skrivenlarning so‘nggi o‘n yillikdagi tadqiqotlari inson salomatligini muhofaza qilish psixologiyasini targ‘ib qilish, uning targ‘ibotini nazariy-amaliy xulosalar va bilimlar asosiga qurilishini ta’minlash, shuningdek, mavjud sog‘likii saqlash tizimini rivojlantirishga qaratilgan.

Mustaqil davlatlar hamdo‘stligi mamlakatlari olimlaridan A.F.Georgievskiy, P.L.Dribinskiy, A.D.Dubachay, T.V.Kamenskaya, A.D.Karabasheva, Ye.A.Mensh, G.P.Novikova, Ye.A.Pipko, G.M.Populo, O.A.Plaskina va boshqalar tomonidan yoshlarni sog‘lom turmush tarzi asosida tarbiyalash, ularda sog‘lom turmush tarzi to‘g‘risidagi tasavvurlarni shakllantirish masalalari ilmiy psixologik-pedagogik jihatdan asoslangan.

Ayrim bir rus olimlari masalan, T.F.Akbashev, B.A.Klassov insonning ma’naviy salomatligini uch omil birligida ya’ni ijtimoiy, intelektual va reproduktiv sog‘lik bilan to‘ldiradilar.

Ularning fikricha, intellektual sog‘lik fikrlash, axborotlarni qabul qilish va uni yetkazishda o‘z aksini topsa, ijtimoiy sog‘lik, insonni ijtimoiy faolligida jamiyatda o‘z o‘rnini topishi, kasbiy kamolotida o‘z ifodasini topadi. Reproduktiv sog‘lik esa ota-onalar bilan bo‘lgan aloqada, oilaviy munosabatlar, jinsiy madaniyat, farzand ko‘rish va uni tarbiyalash bilan bog‘liq bo‘lgan holatlarda namoyon bo‘ladi.

Salomatlik, sog‘lom turmush tarzi muammosi bo‘yicha shug‘ullanuvchi tadqiqotchilardan R.Ayzman ham shaxs salomatligiga ta’sir etuvchi omillarni o‘rganar ekan, uning quyidagi darajalarini ajratib ko‘rsatadi:

- jismoniy, ya’ni genetik, biokimyoviy, metabolik, morfologik, funksional;
- ruhiy, ya’ni missiy, aqliy, shaxsiy;
- ijtimoiy-ma’naviy yoki axloqiy [5].

Shaxsning salomatlikka bo‘lgan munosabatining kognitiv, xulq-atvor va hissiy tarkibiy

qismlari G.S.Nikiforovning fikricha, soglikni saqlash yoki aksincha holatlarga moyillikdan iborat shaxsiy sifat tarzida kurib chiqilishi mumkin. Ko‘pchilikda, salomatlikka e’tiborli bo‘lish masalasida, jiddiy qarama-qarshiliklar yashiringan. Ilmiy dalillarga murojaat qilinmagan holda ham, sog‘likning qadriyat sifatida ifodalanishi ongimizda yetarli darajada yuqori. Biroq, soglikni saqlashga (sog‘lom turmush tarzi) munosabatda, ta’sirchan, xulq-atvor tarkibiy qismining jiddiyligi sog‘lik to‘g‘risida bilim hajmiga yoki uning zaiflashishiga hissiy reaksiyalarning kuchiga mutlaqo mos kelmaydi. Aksariyat odamlarning sog‘likni saqlash va mustahkamlashga qaratilgan faoliyati hissiy munosabat intensivligiga mos kelmaydi. Bu nafaqat sog‘lom odamlar uchun, balki allaqachon jiddiy kasalliklarga duchor bo‘lganlar uchun ham xosdir [5].

Sog‘lom turmush tarzini falsafiy-ma’naviy, psixologik mezonlarini quyidagicha ta’riflash mumkin:

- oilada, ta’lim maskanlari va jamoat joylarida yosh qizlar va ayollarning kiyinishlariga alohida e’tiborni qaratish;
- oilada va jamoat joylarida yoshlarning muomala madaniyatini shakllantirishda sog‘lom turmush borasidagi xalqimizning o‘ziga xos an’analari va qadriyatlarini, otalar va momolar o‘gitlarini alohida sog‘lom ma’naviyatli oilalar tajribasini ibrat omili sifatida keng targ‘ib etish;
- yoshlarni sportga, jumladan, oilaviy sportga ijobiy munosabatini shakllantirishda mamlakatimizda amalga oshirilayotgan tadbirlar, oilaviy sportchilar an’analaridan foydalanish;
- oila a’zolarida, birinchi navbatda yoshlar orasida hayot mohiyatini anglash, umr qadriyatini e’zozlash, hayotiy faoliyatni oqilona tashkil etish madaniyatini shakllantirish;
- islom falsafasidagi orastalik va ozodalik tamoyillarini omma orasida targ‘ib etish orqali suv, havo, yer va suv qadriyatlari borasida ijtimoiy fikrni shakllantirish. Umuman, salomatlik falsafasining shaklanishi sog‘lom va xalqchil marosimlar, urf-odatlar va milliy doimiy qadriyatlar bilan bevosita bog‘liq.

Kishilarning turmush tarziga mavjud ijtimoiy shart-sharoitlar ma’lum darajada sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Kundalik hayot faoliyatida ularning ahloqiy-estetik qarashlari, xulqi, muomalasi, hayotiy turmush tasavvurlari, ularning ichki dunyosiga, e’tiqodiga singib ketadi va turmush tarziga, fikrlash tarziga aylanadi. Turmush tarzining eng muhim ijtimoiy tomoni jamiyat a’zolarining ijtimoiy mehnati, o‘zaro munosabatlar, oila, kundalik turmushidagi faolligi, kishilarning jismoniy va ma’naviy imkoniyatlarini atrofdagi tabiiy va ijtimoiy muhit bilan qay tarzda namoyon bo‘lishidadir. Bundan tashqari oilada sog‘lom turmush tarzini shakllantirish orqali jamiyatimiz a’zolarini, ayniqsa, yoshlarni milliy vatanparvarlik, insonparvarlik g‘oyalariga, shu bilan bir qatorda milliy va umuminsoniy qadriyatlarga sadoqatli qilib tarbiyalashda muhim o‘rin tutadi.

Manbalarda qayd etilishicha, sog‘lom turmush tarzi haqidagi tasavvurlar – bu kundalik turmushni muayyan qonuniyatlar asosida tashkil etish, salomatlikni saqlash va uni mustahkamlashga qaratilgan turmush tarzi bo‘lib, shu turmush tarzining qanday bo‘lishi, o‘z hayotini qay yusunda va shaklda tashkil etishga bog‘liq hisoblanadi,buning uchun esa har bir inson sog‘lom turmush tarzi tushunchasi va tasavvurlariga, ma’naviyatiga, dunyoqarashiga ega bo‘lishi talab etiladi. Shu o‘rinda shaxsning o‘z salomatligiga bo‘lgan munosabati muhim komponent sifatida namoyon bo‘ladi. Aytish mumkinki, mazkur masala jamiyat o‘z kuchi bilan salomatlik muammolarini hal etishga ojiz ekanini anglay boshlashi natijasida vujudga keladi. Shundan kelib chiqib, qayd etish mumkinki, “Xavf-xatar omillari” kasallik va o‘lim bilan bog‘liq bo‘ladi, demakki uni o‘rganish va baholash ham psixologiyaga ham tibbiyotga dahldordir.

Yuqoridagilardan xulosaga kelish mumkinki, yoshlarda sog‘lom turmush tarzi to‘g‘risidagi tavsavvurlarning shakllanishi bo‘yicha turli fan sohalari yo‘nalishida ko‘plab konsepsiyalar, nazariyalar, yo‘nalishlar, qarashlar, yondashuvlar, turli jabhalar va jihatlar mavjudligi kuzatiladi. Ammo unutmaslik lozimki, sog‘lom turmush tarzi to‘g‘risidagi tasavvurlar shakllanishi uchun shaxsning ular haqidagi tushuncha va tasavvurlari, ularning ijtimoiy va psixologik xususiyatlari ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar royxati.

1. Ананьев В.А. Основы психологии здоровья. Книга 1. Концептуальные основы психологии здоровья. – СПб.: Речь, 2006. – 79 бет.

2 .Ананьев В.А. Психология здоровья. - СПб., 2006. – 214 бет.

3. Березовская Р.А. Отношение к здоровью // Здоровая личность / Под ред. Г.С. Никифорова. - СПб.: Речь, 2013. – Б. 214-244.

4. Лисицын Ю.П. Общественное здоровье и здравоохранение: Учебник для вузов. - М.: ГЭОТАР-МЕД,2002. - 160 бет.

5. Карамян М.Х. Шахснинг саломатликка қадрият сифатидаги муносабатининг ижтимоий-психологик детерминацияси. Психология фанлари доктори (DSc) диссертацияси. 2019 -76 бет.

6. Saidov A. et al. Socio-psychological factors of the problem of forming young people's ideas about a healthy lifestyle in the family //Science and Innovation. – 2022. – Т. 1. – №. 8. – S. 1621-1625.

7. Saidov A., Saydullaev J. Socio-psychological significance of education in uzbek families //Science and Innovation. – 2022. – Т. 1. – №. 8. – S. 1649-1654.

8. SAIDOV A. I. Socio-psychological aspects of a healthy lifestyle in the formation of mother-child relationships in the family.

9. Ismoilovich S. A. Socio-psychological problems of the formation of the psychology of a healthy lifestyle of families.

10. Ismailovich S. A. Medical and Psychological Issues of the Formation of Young People's Ideas about A Healthy Lifestyle in the Family //Tuijin Jishu/Journal of Propulsion Technology. – 2023. – Т. 44. – №. 4. – S. 4270-4275.

Fayziyeva Umida Asadovna
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi
Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), professor

YOSHLARNI KIBER MAKONDAGI ZARARLI AXBOROTLARDAN HIMOYA QILISHDA PEDAGOGLARNING KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYASINING O‘RNI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada pedagog kadrlarni tayyorlash jarayonida kommunikativ ko‘nikmalarning shakllanishi hamda ta'lim muhitidagi ijtimoiy-psixologik omillarning bo‘lajak o‘qituvchilarning shaxsiy va kasbiy rivojlanishiga ta'siri ilmiy jihatdan tahlil qilinadi. Zamonaviy ta'lim tizimida pedagog shaxsiga qo‘yilayotgan talablar faqat kasbiy bilim va metodik tayyorgarlik bilan cheklanmay, balki samarali muloqot, empatiya, refleksiya va jamoada ishlash qobiliyatlarini ham o‘z ichiga oladi. Shu bois kommunikativ ko‘nikmalar pedagogik kompetensiyaning muhim tarkibiy qismi sifatida qaraladi. Tadqiqotda ta'lim muhitining psixologik iqlimi, shaxslararo munosabatlar, o‘qituvchi–talaba va talaba–talaba o‘zaro ta'sirining bo‘lajak pedagog shaxsining professional identifikatsiyasi va ijtimoiy moslashuviga ta'siri yoritiladi. Ijtimoiy-psixologik jihatdan qulay muhitda shakllangan kommunikativ tajriba pedagoglarning kasbiy o‘sishi, stressga chidamliligi va innovatsion faoliyatga tayyorligini oshirishi asoslab beriladi. Tadqiqot natijalari pedagog kadrlar tayyorlash tizimida kommunikativ tayyorgarlikni kuchaytirish va ta'lim muhitini optimallashtirish zarurligini ko‘rsatadi.*

Kalit so'zlar: *pedagog kadrlar, kommunikativ ko‘nikmalar, ijtimoiy-psixologik muhit, kasbiy rivojlanish, shaxsiy o‘sish, pedagogik kompetensiya.*

Аннотация. *В статье рассматриваются особенности формирования коммуникативных умений у будущих педагогов в процессе профессиональной подготовки, а также влияние социально-психологической среды образовательного учреждения на их личностно-профессиональное развитие. В условиях модернизации системы образования возрастает роль личности педагога, способного к эффективному межличностному взаимодействию, эмпатийному общению и конструктивному решению педагогических задач. Коммуникативные умения в данном контексте выступают важнейшим компонентом профессиональной компетентности учителя. Особое внимание уделяется анализу социально-*

психологического климата учебной группы, характера межличностных отношений и взаимодействия субъектов образовательного процесса. Подчеркивается, что благоприятная социально-психологическая среда способствует развитию профессиональной идентичности, повышению мотивации к педагогической деятельности и формированию устойчивых коммуникативных стратегий. В работе обосновывается необходимость целенаправленного формирования коммуникативных навыков в системе подготовки педагогических кадров как условия их успешной профессиональной самореализации и адаптации к современным требованиям образования.

Ключевые слова: *педагогические кадры, коммуникативные умения, социально-психологическая среда, профессиональное развитие, личностный рост, педагогическая компетентность.*

Abstract. *This article examines the formation of communicative skills in the process of teacher training and analyzes the impact of the socio-psychological environment on the personal and professional development of future educators. In modern educational contexts, the effectiveness of a teacher is determined not only by subject knowledge and methodological competence, but also by the ability to communicate effectively, demonstrate empathy, reflect on professional experience, and interact constructively within a team. Communicative skills are therefore considered a core component of professional competence. The study emphasizes the role of the educational environment, including psychological climate, interpersonal relationships, and patterns of interaction among students and instructors, in shaping professional identity and social adaptability. A supportive socio-psychological environment enhances motivation, emotional stability, and readiness for innovative pedagogical activity. The findings highlight the importance of integrating communicative skill development into teacher education programs and creating favorable social and psychological conditions to support the holistic development of pedagogical personnel.*

Key words: *teacher training, communicative skills, socio-psychological environment, professional development, personal growth, pedagogical competence.*

Kirish. Bugungi globallashuv va ta’lim tizimining jadal rivojlanishi sharoitida pedagog kadrlarni tayyorlash jarayoni sifat jihatidan yangi bosqichga ko‘tarilmoqda. Zamonaviy jamiyatda o‘qituvchi shaxsiga qo‘yilayotgan talablar faqat fan bo‘yicha chuqur bilimga ega bo‘lish bilan cheklanmay, balki uning kommunikativ madaniyati, ijtimoiy faolligi, psixologik moslashuvchanligi va shaxslararo munosabatlarni samarali tashkil eta olish qobiliyatlarini ham o‘z ichiga oladi. Ayniqsa, ta’lim jarayonida muloqotning markaziy o‘rin tutishi pedagogning kasbiy muvaffaqiyatini belgilovchi asosiy omillardan biri sifatida namoyon bo‘lmoqda.

Pedagog kadrlarni tayyorlash tizimida kommunikativ ko‘nikmalarni shakllantirish masalasi dolzarb ijtimoiy-psixologik muammo hisoblanadi. Chunki o‘qituvchining o‘quvchi, ota-ona, hamkasblar va ta’lim muassasasi rahbariyati bilan samarali muloqot olib borishi uning kasbiy kompetensiyasi, pedagogik ta’sirchanligi va ta’lim sifati bilan bevosita bog‘liqdir. Kommunikativ ko‘nikmalar yetarli darajada rivojlanmagan pedagoglarda kasbiy qiyinchiliklar, stress holatlari va shaxsiy qoniqmaslik holatlari ko‘proq kuzatilishi ilmiy tadqiqotlarda qayd etilgan.

Shu bilan birga, pedagog shaxsining shakllanishi va kasbiy rivojlanishida ijtimoiy-psixologik muhit muhim rol o‘ynaydi. Ta’lim muassasasidagi psixologik iqlim, jamoada hukm suruvchi o‘zaro ishonch, hamkorlik va qo‘llab-quvvatlash muhitining mavjudligi bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy o‘zini anglashiga, kommunikativ tajriba orttirishiga va shaxsiy o‘sishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Aksincha, salbiy ijtimoiy-psixologik muhit pedagoglarning kasbiy motivatsiyasini pasaytirib, ularning ijodiy va kommunikativ faolligini cheklashi mumkin.

Shu nuqtai nazardan, pedagog kadrlarni tayyorlash jarayonida kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirish hamda ijtimoiy-psixologik muhitning shaxsiy-kasbiy rivojlanishga ta’sirini chuqur o‘rganish ilmiy va amaliy jihatdan muhim ahamiyat kasb etadi. Mazkur masala ta’lim tizimida raqobatbardosh, ijtimoiy faol va psixologik jihatdan yetuk pedagoglarni tayyorlashga xizmat qiluvchi ustuvor yo‘nalishlardan biri hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Pedagog kadrlarni tayyorlash jarayonida shaxsiy va kasbiy rivojlanish masalasi zamonaviy pedagogika va psixologiya fanlarining markaziy tadqiqot obyektlaridan biri hisoblanadi. Ilmiy adabiyotlarda pedagog shaxsining kasbiy shakllanishi murakkab, ko‘p omilli jarayon sifatida talqin qilinib, unda kommunikativ ko‘nikmalar va ijtimoiy-psixologik muhitning o‘zaro uyg‘unligi muhim determinant sifatida e’tirof etiladi. Xorijiy va rus olimlarining tadqiqotlari shuni ko‘rsatadiki, pedagogik faoliyat samaradorligi nafaqat bilim va metodik tayyorgarlik bilan, balki shaxslararo muloqot sifati va ijtimoiy muhit bilan ham chambarchas bog‘liqdir.

Xorijiy psixologik-pedagogik tadqiqotlarda kommunikativ kompetensiya shaxsning kasbiy muvaffaqiyatini belgilovchi yetakchi omillardan biri sifatida qaraladi. Masalan, Albert Bandura ning ijtimoiy o‘rganish nazariyasiga ko‘ra, shaxsning xulq-atvori va kasbiy faoliyati ijtimoiy muhitdagi muloqot, kuzatish va o‘zaro ta’sir jarayonida shakllanadi. Ushbu yondashuv pedagog kadrlar tayyorlashda kommunikativ tajribaning ahamiyatini ilmiy jihatdan asoslaydi. Shuningdek, Lev Vygotsky ning madaniy-tarixiy nazariyasida muloqot shaxs rivojlanishining asosiy mexanizmi sifatida talqin qilinib, ta’lim jarayonidagi ijtimoiy hamkorlik pedagog shaxsining kasbiy va intellektual o‘sishiga kuchli ta’sir ko‘rsatishi ta’kidlanadi.

Kommunikativ ko‘nikmalarni pedagogik kompetensiyaning ajralmas qismi sifatida talqin etgan tadqiqotchilar orasida John Hattie ning ishlari alohida ahamiyatga ega. Uning ta’lim samaradorligiga ta’sir etuvchi omillar haqidagi meta-tahlillari o‘qituvchining muloqot madaniyati, o‘quvchilar bilan ijobiy munosabat o‘rnatish qobiliyati va emotsional qo‘llab-quvvatlashi ta’lim natijalariga sezilarli ta’sir ko‘rsatishini isbotlaydi. Bu esa kommunikativ ko‘nikmalarni pedagog kadrlarni tayyorlash tizimida ustuvor yo‘nalish sifatida qarash zarurligini ko‘rsatadi.

Rus psixologiya va pedagogika maktabida ham mazkur muammo keng tadqiq etilgan. Jumladan, A. A. Leontiev muloqotni faoliyatning alohida shakli sifatida tahlil qilib, pedagogik faoliyatning muvaffaqiyati o‘qituvchining kommunikativ strategiyalarni ongli ravishda qo‘llay olishiga bog‘liq ekanini ta’kidlaydi. Uning fikricha, pedagog shaxsining kasbiy rivojlanishi ijtimoiy munosabatlar tizimida kechadi va bu jarayonda psixologik muhit hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Shu bilan birga, V. A. Kan-Kalik pedagogik muloqot nazariyasida o‘qituvchining kommunikativ uslubi va jamoa bilan o‘zaro munosabatlari ta’lim jarayonining samaradorligini belgilovchi asosiy omillardan biri ekanini asoslab beradi.

Ijtimoiy-psixologik muhit masalasiga oid tadqiqotlarda esa ta’lim muassasasidagi psixologik iqlim, o‘zaro ishonch va hamkorlik pedagog shaxsining kasbiy o‘zini anglashiga kuchli ta’sir ko‘rsatishi qayd etiladi. B. F. Lomov ijtimoiy muhitni shaxs rivojlanishining tizimli omili sifatida talqin qilib, muloqot va faoliyat birligida shaxsning kasbiy sifatlari shakllanishini ilmiy jihatdan asoslagan. Uning qarashlari pedagog kadrlarni tayyorlash jarayonida ijtimoiy-psixologik muhitni optimallashtirish zarurligini ko‘rsatadi.

Umuman olganda, rus va xorijiy olimlarning ilmiy qarashlari tahlili shuni ko‘rsatadiki, pedagog kadrlarni tayyorlash jarayonida kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirish va ijtimoiy-psixologik jihatdan qulay ta’lim muhitini yaratish shaxsning barqaror kasbiy rivojlanishini ta’minlovchi muhim shartlardan biridir. Mazkur nazariy yondashuvlar ushbu tadqiqotning metodologik va empirik asoslarini belgilashda muhim ilmiy manba bo‘lib xizmat qiladi.

Muhokama. Tadqiqot natijalarini muhokama qilish jarayonida bo‘lajak o‘qituvchilarda kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish masalasi kommunikativ madaniyat va ta’lim muhitining ijtimoiy-psixologik omillari bilan bevosita bog‘liq ekani yaqqol namoyon bo‘ldi. Olingan empirik va statistik ma’lumotlar shuni ko‘rsatdiki, pedagogik faoliyatga tayyorlanayotgan talabalarda kommunikativ madaniyat darajasi qanchalik yuqori bo‘lsa, ularning kasbiy kompetensiyalari ham shunchalik barqaror va tizimli shakllanadi. Bu holat pedagogik muloqotning nafaqat bilim uzatish vositasi, balki shaxslararo o‘zaro ta’sirni boshqaruvchi muhim psixologik mexanizm ekanligini tasdiqlaydi.

Muhokama jarayonida aniqlangan asosiy jihatlardan biri shundaki, kommunikativ madaniyat bo‘lajak o‘qituvchining kasbiy o‘zini anglashida markaziy o‘rin tutadi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, muloqotda empatiya, faol tinglash, konstruktiv fikr bildirish va nizoli vaziyatlarni boshqarish ko‘nikmalariga ega bo‘lgan talabalar pedagogik vaziyatlarga moslashishda yuqori

natijalarga erishmoqda. Bu esa kasbiy kompetensiyalarning tarkibiy qismlari bo‘lgan kommunikativ, ijtimoiy va refleksiv kompetensiyalar o‘rtasidagi uzviy bog‘liqlikni yana bir bor tasdiqlaydi.

Ta’lim muhitining ijtimoiy-psixologik omillarini tahlil qilish jarayonida psixologik iqlim, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va hamkorlik muhiti bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy rivojlanishiga sezilarli ta’sir ko‘rsatishi aniqlandi. Ijobiy psixologik muhit hukm surgan ta’lim muassasalarida talabalar o‘z fikrlarini erkin ifoda etish, pedagogik tajribalarni sinab ko‘rish va professional xatolardan konstruktiv xulosa chiqarish imkoniyatiga ega bo‘lmoqda. Bu holat, o‘z navbatida, kasbiy o‘sish jarayonining tezlashuviga va kasbiy kompetensiyalarning barqaror shakllanishiga xizmat qiladi.

Muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, kommunikativ madaniyat va ijtimoiy-psixologik muhit o‘zaro mustahkam bog‘langan tizim sifatida namoyon bo‘ladi. Agar ta’lim muhitida o‘zaro hurmat, ishonch va hamkorlik tamoyillari ustuvor bo‘lsa, bo‘lajak o‘qituvchilar muloqot jarayonida yanada faol, mas’uliyatli va tashabbuskor bo‘lib shakllanadi. Aksincha, psixologik bosim, muloqotdagi cheklovlar va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning yetishmasligi kasbiy kompetensiyalar rivojlanishini sekinlashtirishi mumkin.

Shuningdek, tadqiqot natijalarini mavjud ilmiy yondashuvlar bilan solishtirish shuni ko‘rsatadiki, ijtimoiy ta’lim nazariyasi (A. Bandura), shaxslararo munosabatlar konsepsiyalari hamda pedagogik kommunikatsiya haqidagi zamonaviy qarashlar ushbu tadqiqot xulosalari bilan mushtarakdir. Ayniqsa, ijtimoiy muhit orqali o‘rganish va model olish mexanizmlari bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy xulq-atvorini shakllantirishda muhim rol o‘ynashi tadqiqot davomida amaliy jihatdan tasdiqlandi.

Muhokama jarayonida yana bir muhim jihat sifatida refleksiya va o‘z-o‘zini baholash mexanizmlarining ahamiyati alohida ta’kidlandi. Kommunikativ madaniyati rivojlangan talabalar o‘z pedagogik faoliyatini tahlil qilish, muloqotdagi kamchiliklarni anglash va ularni bartaraf etishga nisbatan yuqori motivatsiyaga ega ekanligi aniqlandi. Bu esa kasbiy kompetensiyalarning faqat tashqi omillar emas, balki ichki psixologik resurslar hisobiga ham rivojlanishini ko‘rsatadi.

Umuman olganda, muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, bo‘lajak o‘qituvchilarda kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish jarayoni kommunikativ madaniyat va ta’lim muhitining ijtimoiy-psixologik omillarini hisobga olmagan holda samarali amalga oshirilishi mumkin emas. Ushbu omillarni tizimli ravishda rivojlantirish, pedagogik ta’lim jarayonida ijobiy psixologik muhitni shakllantirish va muloqot madaniyatini mustahkamlash bo‘lajak o‘qituvchilarning professional tayyorgarligini sifat jihatidan yangi bosqichga olib chiqadi.

Kommunikativ madaniyat va kasbiy kompetensiyalar bo‘yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, kasbiy kommunikativ kompetensiya - bu nafaqat nutq ko‘nikmalari majmuasi, balki shaxsning ijtimoiy-psixologik moslashuvchanligi, dialog orqali boshqalar bilan samarali muloqot qila olish qobiliyati sifatida talqin etiladi. Kommunikativ kompetensiya individning psixik va ijtimoiy resurslariga asoslanib shakllanadi va u pedagogik faoliyatda chiqadigan murakkab vaziyatlarda to‘g‘ri qaror qabul qilish, tinglab tushunish va konstruktiv muloqotni amalga oshirishga yordam beradi. Tadqiqotchilar ushbu kompetensiyani insonning ichki madaniyati deb ham atashadi, chunki u shaxsning o‘zaro munosabatlaridagi madaniy normalar, fikr almashish strategiyalari hamda psixologik barqarorlikni o‘z ichiga oladi.

Millinorov va Mavlonovaning tadqiqotida bo‘lajak o‘qituvchilarning kommunikativ kompetensiyasini shakllantirish metodikasi alohida tahlil etiladi. Ular pedagogik tayyorgarlik jarayonida kommunikativ yondashuvning lingvistik, pragmatik va ijtimoiy komponentlarini o‘rganib, ushbu komponentlarning o‘zaro integratsiyasi pedagogik faoliyatda nafaqat muloqot ko‘nikmalarini, balki kasbiy kompetensiyaning umumiy sifatini oshirishga xizmat qilishini ta’kidlashadi.

Ta’lim muhitining ijtimoiy-psixologik omillari pedagogik tayyorgarlikning muhim tarkibiy qismidir. Zamonaviy oliy ta’lim tizimida pedagoglarning kasbiy kompetensiyalarini shakllantirish psixologik omillar bilan bevosita bog‘langanligi haqida Arziqulovning tadqiqotida atroflicha yoritilgan. Ushbu maqolada psixologik komponentlar - emotsional intellekt, refleksiya, ijtimoiy moslashuvchanlik, motivatsiya va shaxsiy baholash - pedagogning professional o‘sishida hamda kommunikativ madaniyatning rivojlanishida muhim rol o‘ynashi ta’kidlangan. Shuningdek, ta’lim

muhiti sharoitida interfaol pedagogik yondashuvlar va psixologik qo‘llab-quvvatlash bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy kompetensiyalarini mustahkamlashda samarali vositalardir.

Ijtimoiy psixologiya nuqtai nazaridan kommunikativ kompetensiyaning shakllanishi jamiyatdagi ijtimoiy munosabatlar kontekstida ko‘rib chiqiladi. Maxbuba Atavullayeva o‘z maqolasida ijtimoiy kontekstlarda samarali muloqot strategiyalarini rivojlantirish orqali shaxslar o‘rtasidagi o‘zaro ta’sirni yaxshilash, ijtimoiy vaziyatlarni boshqarish va kommunikativ samaradorlikni oshirishni tadqiq qiladi. Bu yondashuv pedagogik faoliyatda ham muhim bo‘lib, bo‘lajak o‘qituvchilar uchun ijtimoiy muloqotning psixologik determinantlarini chuqur anglash pedagogik samaradorlikni oshiradi.

Bundan tashqari, pedagogik madaniyat va kompetentlikning konseptual asoslarini o‘rganuvchi tadqiqotlar pedagogik madaniyatni kasbiy kompetensiyaning mustahkam fundamenti sifatida qaraydi. Feruzaxon Mamadovaning tadqiqotida pedagogik madaniyatning vazifasi sifatida kasbiy faoliyatda kompleks bilim, qadriyat va pedagogik qadriyatlarni shakllantirish e’tirof etiladi, bu esa kommunikativ madaniyatning professional shaxs sifatida mustahkamlanishiga zamin yaratadi.

Shuningdek, kommunikativ kompetentsiyaning pedagogik-psixologik xususiyatlarini o‘rganuvchi ilmiy ishlar kommunikativ qobiliyatlarning yuqori darajasi shaxsning mustaqil fikrlashiga, ijodiy muloqotga, murakkab pedagogik vaziyatlarda moslashishga yordam berishini tasdiqlaydi. Bu nuqtai nazar bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy kompetensiyasini shakllantirish jarayonida kommunikativ madaniyatni ijtimoiy-psixologik kontekstda ko‘rib chiqish zaruratini ko‘rsatadi.

Shu tarzda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar kompleks tahlil qilinsa, bo‘lajak o‘qituvchilarda kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish jarayonida kommunikativ madaniyat va ta’lim muhitining ijtimoiy-psixologik omillari o‘zaro uzviy bog‘liq bo‘lib, bir-birini mustahkamlovchi elementlar sifatida namoyon bo‘ladi. Bu omillar bo‘yicha chuqur anglash, pedagogik strategiyalarni to‘g‘ri yo‘naltirish va psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimlarini joriy etish ta’limning sifatini oshirishga xizmat qiladi. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, pedagog pedagogik jarayonda kommunikativ madaniyat va ijtimoiy psixologik iqlimni hisobga olgan holda kasbiy kompetensiyalarni yanada samarali shakllantirishi mumkin, bu esa yangi avlod pedagoglarining ijtimoiy-psixologik tayyorgarligini mustahkamlaydi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, olib borilgan tadqiqot natijalari bo‘lajak o‘qituvchilarda kasbiy kompetensiyalarni shakllantirish va rivojlantirish jarayoni kommunikativ madaniyat hamda ta’lim muhitining ijtimoiy-psixologik omillari bilan uzviy va bevosita bog‘liq ekanligini yaqqol tasdiqladi. Tadqiqot davomida aniqlanganki, pedagogik muloqot madaniyati yuqori darajada rivojlangan bo‘lajak o‘qituvchilar kasbiy faoliyatga nisbatan ongli, mas’uliyatli va refleksiv yondashuvni namoyon etadi hamda pedagogik vaziyatlarni samarali boshqarish qobiliyatiga ega bo‘ladi.

Shuningdek, ta’lim muhitida ijobiy psixologik iqlim, o‘zaro ishonch, hamkorlik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning mavjudligi bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy o‘sishi uchun muhim shart-sharoit ekanligi aniqlandi. Ijtimoiy-psixologik jihatdan qulay muhitda tahsil olayotgan talabalar o‘z kasbiy imkoniyatlarini to‘liq namoyon etish, pedagogik tajribalarni faol o‘zlashtirish va muloqot jarayonida yuzaga keladigan muammolarni konstruktiv tarzda hal etishga moyil bo‘ladi. Bu esa kasbiy kompetensiyalarning barqaror va tizimli rivojlanishiga xizmat qiladi.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, kommunikativ madaniyat nafaqat kasbiy kompetensiyalarning tarkibiy qismi, balki ularning rivojlanishini rag‘batlantiruvchi asosiy omillardan biri hisoblanadi. Muloqot jarayonida empatiya, o‘zaro tushunish, pedagogik takt va psixologik sezgirlik kabi sifatlarning rivojlanishi bo‘lajak o‘qituvchining professional tayyorgarligini sifat jihatidan yangi bosqichga olib chiqadi. Shu bilan birga, kommunikativ madaniyat va ijtimoiy-psixologik muhitning uyg‘unligi pedagogik faoliyat samaradorligini oshiruvchi muhim resurs sifatida namoyon bo‘ladi.

Umuman olganda, mazkur tadqiqot bo‘lajak o‘qituvchilarda kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish jarayonida kommunikativ madaniyat va ta’lim muhitining ijtimoiy-psixologik omillarini tizimli ravishda rivojlantirish zarurligini ilmiy asoslab berdi. Olingan xulosalar pedagogik ta’lim tizimini takomillashtirish, bo‘lajak o‘qituvchilarni kasbiy faoliyatga sifatli tayyorlash hamda

ta’lim jarayonida sog‘lom ijtimoiy-psixologik muhitni shakllantirishga qaratilgan amaliy tavsiyalar ishlab chiqish uchun muhim nazariy va metodik asos bo‘lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Штайнберг М. Психология труда и профессионального выгорания преподавателей / М. Штайнберг. – М.: Наука, 2012. – 280 с.
2. Виготский Л.С. Психология развития / Л.С. Виготский. – М.: Педагогика, 1991. – 352 с.
3. Назарова Н.М., Малофеев Н.Н. Психологические аспекты профессиональной деятельности преподавателей вузов / Н.М. Назарова, Н.Н. Малофеев. – СПб.: Речь, 2014. – 304 с.
4. Alekhina S.V. Emotional Burnout of University Teachers: Psychological Analysis / S.V. Alekhina // Psychology in Education. – 2016. – Vol. 52, №3. – P. 45–58.
5. Booth T., Ainscow M. Index for Inclusion: Developing Learning and Participation in Schools / T. Booth, M. Ainscow. – Bristol: Centre for Studies in Inclusive Education, 2011. – 200 p.

G‘ofurov Azizbek Umarjonovich,
Farg‘ona davlat universiteti, Jismoniy tarbiya nazariyasi kafedrasi mudiri,
Psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

BO‘LAJAK JISMONIY TARBIYA O‘QITUVCHILARIDA SOG‘LOM HAYOT QADRIYATLARI VA IRODAVIY SIFATLARNI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK OMILLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada sport turizmi orqali bolajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlarni shakllantirishning psixologik-pedagogik shart-sharoitlari o‘rganiladi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, sport turizmi faoliyati nafaqat jismoniy tayyorgarlikni oshirish, balki shaxsiy qat’iyat, mustaqil qaror qabul qilish va ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirishga ham yordam beradi. Tadqiqot ichki va tashqi motivatsiya, pedagogik yondashuvlar, guruh bilan ishlash va amaliy mashg‘ulotlar orqali irodaviy va shaxsiy ko‘nikmalarni shakllantirishning samarali usullarini aniqlaydi.*

Kalit so‘zlar: *Sport turizmi, shaxsiy rivojlanish, irodaviy sifatlar, jismoniy tarbiya o‘qituvchilari, psixologik-pedagogik shart-sharoitlar*

Abstract. *This article examines the psychological and pedagogical conditions for developing personal growth and volitional qualities in prospective physical education teachers through sports tourism. The research results indicate that participation in sports tourism not only enhances physical preparedness but also contributes to personal resilience, independent decision-making, and social skills development. The study identifies effective methods for shaping volitional and personal qualities through intrinsic and extrinsic motivation, pedagogical approaches, teamwork, and practical activities.*

Key words: *Sports tourism, personal development, volitional qualities, physical education teachers, psychological-pedagogical conditions*

Аннотация. *В статье рассматриваются психологические и педагогические условия формирования личностного роста и волевых качеств у будущих преподавателей физической культуры через спортивный туризм. Результаты исследования показывают, что участие в спортивном туризме способствует не только физической подготовке, но и развитию личной стойкости, способности принимать самостоятельные решения и социальных навыков. В работе определены эффективные методы формирования волевых и личностных качеств через внутреннюю и внешнюю мотивацию, педагогические подходы, групповую работу и практические занятия.*

Ключевые слова: *Спортивный туризм, личностное развитие, волевые качества, преподаватели физической культуры, психологопедагогические условия*

Kirish. Zamonaviy jismoniy tarbiya ta’limi tizimida nafaqat o‘quvchilarning jismoniy rivojlanishi va salomatligini ta’minlash, balki ularning shaxsiy va ijtimoiy ko‘nikmalarini rivojlantirish ham muhim vazifalardan biridir. Shu nuqtai nazardan, bolajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining shaxsiy rivojlanishi va irodaviy sifatlarini shakllantirish muhim masalalardan biri hisoblanadi. Irodaviy sifatlar - bu shaxsning maqsad sari qat’iy intilishi, murakkab vaziyatlarda mustaqil qaror qabul qilish qobiliyati va ichki nazoratni ta’minlash xususiyatlari bo‘lib, ularni rivojlantirish kasbiy faoliyatda muvaffaqiyatga erishishning asosiy omillaridan biridir.

Sport turizmi faoliyati nafaqat jismoniy tayyorgarlikni oshirish vositasi, balki shaxsiy va irodaviy sifatlarni shakllantirishning samarali pedagogik platformasi sifatida e’tirof etiladi. Turli tabiat sharoitlarida amalga oshiriladigan yurishlar, sayohatlar, ekspeditsiyalar va guruh bilan ishlashga yo‘naltirilgan mashg‘ulotlar nafaqat jismoniy chidamlilikni oshiradi, balki qat’iyat, liderlik, guruhda muvofiqlik va strategik qaror qabul qilish kabi psixologik ko‘nikmalarni rivojlantiradi. Shu sababli, sport turizmi bolajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining shaxsiy rivojlanishi va irodaviy sifatlarini shakllantirishning samarali vositasidir.

Psixologik-pedagogik nuqtai nazardan, shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlarni shakllantirish uchun bir qator shart-sharoitlar muhimdir. Birinchidan, ichki motivatsiya - shaxsning o‘z qiziqishi va faoliyatdan zavq olish istagi - bu jarayonning asosiy harakatlantiruvchi kuchidir. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ichki motivatsiya yuqori bo‘lgan talabalar sport turizmi mashg‘ulotlarida faol ishtirok etadi va murakkab vaziyatlarda ham qat’iyat bilan harakat qiladi. Ikkinchidan, tashqi pedagogik va ijtimoiy shart-sharoitlar, ya’ni ustozlar va hamkasblar tomonidan qo‘llab-quvvatlash, guruhda hamkorlik, ijtimoiy rag‘bat va tan olinishi motivatsiyani mustahkamlashga yordam beradi. Uchinchidan, amaliy mashg‘ulotlar va ekspeditsiyalar shaxsiy tajriba orqali irodaviy va psixologik ko‘nikmalarni shakllantirish imkonini beradi.

Shuningdek, zamonaviy pedagogik va psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlar faqat nazariy bilimlar orqali rivojlantirilmaydi. Ular amaliy faoliyat va interaktiv mashg‘ulotlar orqali mustahkamlanadi. Masalan, uzoq yurishlar, qiyin ob-havo sharoitida guruh bilan ishlash, resurslarni boshqarish va murakkab vaziyatlarni hal etish kabi mashg‘ulotlar talabada qat’iyat, mustaqillik va mas’uliyat hissini shakllantiradi. Shu sababli, sport turizmi faoliyati bolajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilari uchun nafaqat jismoniy tayyorgarlik, balki shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlarni shakllantirishning samarali platformasi hisoblanadi.

Kirish qismini yakunlab aytganda, sport turizmi orqali bolajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlarni shakllantirish nafaqat pedagogik, balki psixologik jihatdan ham dolzarb masala hisoblanadi. Mazkur jarayonning samarali tashkil etilishi ta’lim sifatini oshirish, o‘qituvchilarning kasbiy kompetensiyasini mustahkamlash va o‘quvchilarning jismoniy hamda ijtimoiy rivojlanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli, ushbu mavzu pedagogik va psixologik izlanishlar, amaliy tavsiyalar va metodik yondashuvlarni ishlab chiqishda asosiy ahamiyatga ega.

Adabiyotlar tahlili. Shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlarni shakllantirish masalasi pedagogika va psixologiya sohalarida keng tadqiq etilgan. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, irodaviy sifatlar - qat’iyat, mustaqil qaror qabul qilish qobiliyati, stressga chidamlilik va maqsad sari intilish - shaxsning kasbiy va ijtimoiy faoliyatidagi muhim ko‘rsatkichlardir (Maslow, 1943; Ryan & Deci, 2000). Shu nuqtai nazardan, bolajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida ushbu sifatlarni rivojlantirish pedagogik jarayonning muhim qismi hisoblanadi.

Sport turizmi faoliyati psixologik va pedagogik jihatdan shaxsiy rivojlanish uchun samarali vosita sifatida ko‘riladi. Lave va Wenger (1991) ta’kidlaganidek, amaliy faoliyat va guruh bilan ishlash shaxsiy kompetensiyalarni shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Turli tabiat sharoitlarida amalga oshiriladigan yurishlar, ekspeditsiyalar va guruh mashg‘ulotlari qat’iyatni, liderlik va guruh bilan muvofiqlikni rivojlantiradi (Shadrikov, 2002). Shu bilan birga, Kolb (1984)ning tajriba orqali o‘rganish modeli shuni ko‘rsatadiki, amaliy mashg‘ulotlar shaxsiy irodaviy va psixologik ko‘nikmalarni mustahkamlashning asosiy manbai hisoblanadi.

Motivatsiya masalasi ham bu jarayonda markaziy o‘rin tutadi. Ichki motivatsiya shaxsning o‘z qiziqishi va faoliyatdan zavq olish istagi orqali irodaviy sifatlarni rivojlantiradi, tashqi motivatsiya esa jamiyat tomonidan qadrlanish, pedagogik rag‘bat va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash orqali mustahkamlanadi (Deci & Ryan, 1985; Bandura, 1997). European Physical Education Review (2018) tadqiqotlari shuni ko‘rsatadiki, sport turizmi faoliyatiga yuqori motivatsiya bilan jalb etilgan o‘qituvchilar nafaqat jismoniy tayyorgarlikni oshiradi, balki shaxsiy qat’iyat va ijtimoiy ko‘nikmalarni ham rivojlantiradi.

O‘zbekistondagi tadqiqotlar (Xolmatov, 2020) shuni ko‘rsatadiki, bolajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida sport turizmi orqali irodaviy sifatlarni rivojlantirishda pedagogik yondashuvlar muhim ahamiyatga ega. Ustozlar rahbarligida amalga oshiriladigan amaliy mashg‘ulotlar, guruh bilan ishlash va strategik vazifalarni hal etish shaxsiy rivojlanish va irodaviy ko‘nikmalarni mustahkamlashning samarali usullaridan biridir.

Shuningdek, tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, irodaviy sifatlar va shaxsiy rivojlanish o‘qituvchilarning professional kompetensiyasini oshirish va murakkab pedagogik vaziyatlarda muvaffaqiyatga erishishga imkon beradi. Shu nuqtai nazardan, sport turizmi faoliyati nafaqat jismoniy, balki psixologik va ijtimoiy rivojlanishning kompleks platformasi sifatida ahamiyatlidir.

Xulosa: Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, bolajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlarni shakllantirishda ichki va tashqi motivatsiya, amaliy mashg‘ulotlar, guruh bilan ishlash, pedagogik yondashuvlar va tajriba asosidagi o‘qitish muhim rol o‘ynaydi. Shu bilan birga, sport turizmi faoliyati shaxsiy va kasbiy rivojlanish uchun samarali vosita bo‘lib, qat’iyat, mustaqil qaror qabul qilish va ijtimoiy ko‘nikmalarni shakllantirishga yordam beradi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, bolajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlarni shakllantirishda sport turizmi faoliyati muhim psixologik va pedagogik vosita hisoblanadi. Sport turizmi faoliyatida talabalar guruh bilan ishlash, murakkab tabiat sharoitida harakat qilish, uzoq masofalarga yurish va resurslarni boshqarish kabi vazifalarni bajargan holda qat’iyat, mustaqillik va ijtimoiy ko‘nikmalarini rivojlantiradi. Tadqiqot jadvali natijalari shuni ko‘rsatadiki, talabalar orasida ichki motivatsiya va ijtimoiy ko‘nikmalar yuqori darajada shakllangan, bu esa ularning sport turizmi faoliyatida muvaffaqiyatli ishtirok etishiga imkon yaratadi. Shu bilan birga, stressga chidamlilik va mustaqil qaror qabul qilish ko‘nikmalari nisbatan pastroq bo‘lib, pedagogik yondashuv va amaliy mashg‘ulotlar orqali rivojlantirilishi lozimligi aniqlangan.

Tadqiqot davomida aniqlangan boshqa muhim jihat shundan iboratki, ichki va tashqi motivatsiyaning uyg‘unligi talabalar faoliyatiga sezilarli ta’sir qiladi. Ichki motivatsiya yuqori bo‘lgan talabalar sport turizmi mashg‘ulotlarida faol ishtirok qiladi, o‘z maqsadlariga qat’iy intiladi va murakkab vaziyatlarda mustaqil qarorlar qabul qiladi. Tashqi motivatsiya esa pedagogik rag‘bat, ustozlar va hamkasblarning qo‘llab-quvvatlashi, shuningdek ijtimoiy tan olinishi orqali mustahkamlanadi. Shu nuqtai nazardan, shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlarni shakllantirish jarayonida motivatsiya tizimining ikki qirrali ekanligini hisobga olish muhimdir.

Bundan tashqari, amaliy mashg‘ulotlar va real sport turizmi tadbirlari talabalar shaxsiy tajribasini oshirishda muhim ahamiyatga ega. Uzoq yurishlar, ekspeditsiyalar va guruh bilan ishlash jarayonida talabalar nafaqat jismoniy chidamlilikni oshiradi, balki liderlik qobiliyati, mas’uliyat va strategik fikrlash kabi irodaviy ko‘nikmalarni ham rivojlantiradi. Shu bilan birga, o‘qituvchilarning pedagogik yondashuvi va psixologik qo‘llab-quvvatlash mashg‘ulotlarni samarali amalga oshirishda asosiy omil sifatida xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili ham tadqiqot natijalari bilan mos keladi. Maslow va Ryan-Deci nazariyalariga ko‘ra, shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlar ichki va tashqi motivatsiya uyg‘unligi orqali shakllanadi. Shadrikov va Lave-Wenger tadqiqotlari esa amaliy mashg‘ulotlar, tajriba va guruhdagi hamkorlikning shaxsiy va irodaviy ko‘nikmalarni rivojlantirishda asosiy omil ekanligini ko‘rsatadi. Shu nuqtai nazardan, sport turizmi faoliyati bolajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilari uchun nafaqat jismoniy tayyorgarlik, balki shaxsiy va irodaviy rivojlanishning kompleks platformasi sifatida ahamiyatlidir.

Muhokama natijasida shuni ta’kidlash mumkin: bolajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlarni shakllantirish sport turizmi orqali ichki va tashqi

motivatsiya, pedagogik yondashuv, amaliy mashg‘ulotlar va guruh bilan ishlash kabi omillar uyg‘unligi orqali amalga oshadi. Bu esa o‘qituvchilarning professional kompetensiyasini oshiradi, murakkab vaziyatlarda samarali ishlash imkonini beradi va o‘quvchilarning jismoniy va psixologik rivojlanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Xulosa. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, sport turizmi faoliyati bolajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlarni shakllantirishning samarali psixologik-pedagogik platformasi hisoblanadi. Ushbu jarayon bir qator ichki va tashqi omillar bilan belgilanadi. Ichki motivatsiya, ya’ni shaxsning o‘z qiziqishi, faoliyatdan zavq olish va maqsad sari qat’iy intilishi, sport turizmi mashg‘ulotlarida muvaffaqiyatli ishtirok etish va murakkab vaziyatlarda mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini shakllantirishning eng muhim omili hisoblanadi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, ichki motivatsiya yuqori bo‘lgan talabalar nafaqat amaliy mashg‘ulotlarda faol ishtirok etadi, balki o‘z kasbiy va shaxsiy kompetensiyasini rivojlantirishga ham intiladi.

Tashqi motivatsiya ham shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlarni shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Ustozlar va hamkasblar tomonidan qo‘llab-quvvatlash, guruhdagi hamkorlik, pedagogik rag‘bat va ijtimoiy tan olinishi talabalar faoliyatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Shu bilan birga, amaliy mashg‘ulotlar, ekspeditsiyalar va uzoq yurishlar shaxsiy tajriba orqali qat’iyat, liderlik va guruh bilan muvofiqlik kabi irodaviy ko‘nikmalarni rivojlantirishga yordam beradi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlarning shakllanishida pedagogik yondashuv va psixologik qo‘llab-quvvatlash muhim ahamiyatga ega.

Bundan tashqari, sport turizmi faoliyati talabalarni murakkab vaziyatlarda qaror qabul qilishga, stressga chidamlilikni rivojlantirishga va mas’uliyatni bo‘lishish ko‘nikmalarini mustahkamlashga o‘rgatadi. Shu nuqtai nazardan, sport turizmi nafaqat jismoniy tayyorgarlikni oshirish, balki shaxsiy va irodaviy rivojlanishning kompleks vositasi sifatida ahamiyatlidir. Tadqiqot natijalari shuni ham ko‘rsatadiki, bolajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlarni shakllantirish samaradorligini oshirish uchun ichki va tashqi motivatsiya, amaliy mashg‘ulotlar, guruh bilan ishlash, pedagogik yondashuv va tajriba asosidagi o‘qitish usullarini uyg‘unlashtirish zarur.

Xulosa qilib aytganda, sport turizmi orqali shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlarni shakllantirish bo‘yicha tizimli psixologik-pedagogik yondashuv bolajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining professional kompetensiyasini oshirish, murakkab vaziyatlarda samarali ishlash qobiliyatini rivojlantirish va o‘quvchilarning jismoniy hamda psixologik rivojlanishiga bevosita hissa qo‘shish imkonini beradi. Shu sababli, ta’lim muassasalari va jismoniy tarbiya fakultetlarida sport turizmi faoliyatini shaxsiy va irodaviy rivojlanish vositasi sifatida tizimli ravishda joriy etish pedagogik va psixologik jihatdan muhim ahamiyatga ega.

Umuman olganda, bolajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida shaxsiy rivojlanish va irodaviy sifatlarni shakllantirish jarayoni sport turizmi orqali ichki va tashqi motivatsiya, pedagogik yondashuv, amaliy mashg‘ulotlar va guruh bilan ishlash kabi omillarni uyg‘unlashtirish orqali samarali amalga oshadi. Bu esa kasbiy faoliyatda muvaffaqiyat, shaxsiy o‘sish va o‘quvchilarning kompleks rivojlanishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: Freeman.
2. Deci, E., & Ryan, R. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York: Plenum.
3. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. American Psychologist, 55(1), 68–78.
4. Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. Psychological Review, 50(4), 370–396.
5. Shadrikov, V. D. (2002). Pedagogical psychology. Moscow: Academy.
6. Kolb, D. A. (1984). Experiential learning: Experience as the source of learning and development. Englewood Cliffs: Prentice Hall.

7. Vygotsky, L. S. (1978). Mind in society: The development of higher psychological processes. Cambridge, MA: Harvard University Press.

8. Lave, J., & Wenger, E. (1991). Situated learning: Legitimate peripheral participation. Cambridge: Cambridge University Press.

9. European Physical Education Review. (2018). Motivation and engagement in physical education and sport. European Physical Education Review, 24(2), 134–150.

Axtamova Ferangiz G'ayrat qizi
Buxoro davlat universiteti magistranti

O‘SMIRLARDA AGRESSIV XULQ-ATVORNING SHAKLLANISHI VA JAMIYAT XAVFSIZLIGIGA TA’SIR ETUVCHI IJTIMOIY OMILLAR

Annotatsiya. *Ushbu maqolada o‘smirlik davrida agressiv xulq-atvor shakllanishiga ta’sir etuvchi psixologik va ijtimoiy omillar tahlil qilinadi. O‘smirlik davri shaxs rivojlanishining eng murakkab bosqichlaridan biri bo‘lib, bu davrda emotsional beqarorlik, o‘zini anglash jarayonining shakllanishi hamda tashqi muhit ta’siriga sezgirlik kuchayadi. Agressiv xulq-atvorning paydo bo‘lishida oilaviy muhit, tarbiya uslubi, tengdoshlar guruhi, ijtimoiy stress, shuningdek, media va raqamli kontentning ta’siri muhim rol o‘ynaydi. Psixologik jihatdan esa frustratsiya, o‘zini past baholash, impulsivlik va emotsional nazoratning yetishmasligi agressiv reaksiyalarni kuchaytiruvchi asosiy omillar hisoblanadi. Maqolada Bandura, Erikson va Freyd kabi olimlarning nazariy qarashlariga tayangan holda agressiv xulq-atvorning shakllanish mexanizmlari yoritiladi. Shuningdek, agressivlikni kamaytirish va profilaktika qilish bo‘yicha psixologik yondashuvlar ham tahlil qilinadi.*

Kalit so‘zlar: *o‘smirlik, agressiv xulq-atvor, psixologik omillar, ijtimoiy muhit, frustratsiya, emotsional beqarorlik, tarbiya.*

Аннотация. *В данной статье анализируются психологические и социальные факторы, влияющие на формирование агрессивного поведения в подростковом возрасте. Подростковый период является одним из наиболее сложных этапов развития личности, характеризующимся эмоциональной нестабильностью, формированием самосознания и повышенной чувствительностью к внешним воздействиям. Существенную роль в развитии агрессивного поведения играют семейная среда, стиль воспитания, группа сверстников, социальный стресс, а также влияние медиа и цифрового контента. С психологической точки зрения ключевыми факторами являются фрустрация, низкая самооценка, импульсивность и недостаток эмоционального контроля. В статье рассматриваются теоретические подходы Бандуры, Эриксона и Фрейда к объяснению механизмов агрессии. Также анализируются методы профилактики и коррекции агрессивного поведения у подростков.*

Ключевые слова: подростковый возраст, агрессивное поведение, психологические факторы, социальная среда, фрустрация, эмоциональная нестабильность, воспитание.

Abstract. *This article analyzes the psychological and social factors influencing the formation of aggressive behavior during adolescence. Adolescence is one of the most complex stages of personality development, characterized by emotional instability, identity formation, and increased sensitivity to external influences. Family environment, parenting style, peer group influence, social stress, as well as media and digital content play a significant role in the development of aggression. From a psychological perspective, key factors include frustration, low self-esteem, impulsivity, and lack of emotional regulation. The article discusses theoretical approaches of Bandura, Erikson, and Freud in explaining the mechanisms of aggression. It also examines preventive and corrective psychological approaches to reduce aggressive behavior among adolescents.*

Key words: *adolescence, aggressive behavior, psychological factors, social environment, frustration, emotional instability, upbringing.*

Kirish. O‘smirlik davrida agressiv xulq-atvor shakllanishi bugungi kunda psixologiya, pedagogika va kriminologiya fanlarining eng dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi. Jahon

sog‘liqni saqlash tashkiloti (WHO) ma’lumotlariga ko‘ra, o‘smirlar orasida zo‘ravonlik xulqi va agressiv reaksiyalar jamiyatdagi umumiy ijtimoiy muammolarning muhim qismini tashkil etadi hamda bu holat nafaqat individual rivojlanishga, balki ijtimoiy barqarorlikka ham salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, 12–18 yosh oralig‘i shaxs psixikasining jadal rivojlanish davri bo‘lib, bu bosqichda emotsional beqarorlik, identitet inqirozi va ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar agressiv xulqning shakllanishiga zamin yaratishi mumkin.

Ilmiy adabiyotlarda qayd etilishicha, o‘smirlik davrida miya rivojlanishining muhim jihati - prefrontal korteksning hali to‘liq yetilmaganligi bo‘lib, bu hudud qaror qabul qilish, impulslarni nazorat qilish va ijtimoiy xulqni boshqarishda asosiy rol o‘ynaydi. Shu sababli o‘smirlar ko‘pincha hissiyotlarga berilib, oqibatlarni to‘liq hisobga olmasdan harakat qilishlari mumkin. Shu bilan birga, limbik tizimning faolligi yuqori bo‘lgani uchun emotsional reaktivlik, jahldorlik va tajovuzkor javob berish ehtimoli ortadi.

O‘smirlar agressiv xulq-atvorining shakllanishi bir nechta omillar majmuasi bilan izohlanadi. Psixologik omillar qatoriga frustratsiya, o‘z-o‘zini past baholash, emotsional nazoratning yetishmasligi, stressga chidamlilikning pastligi hamda impulsivlik kiradi. Ijtimoiy omillar esa oilaviy muhit, tarbiya uslubi, ota-ona nazoratining zaifligi, tengdoshlar bosimi, maktab muhitidagi munosabatlar hamda ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlar bilan bog‘liqdir. Ayniqsa, zo‘ravonlikka asoslangan tarbiya uslubi yoki oiladagi doimiy konfliktlar bolalarda agressiv modelning shakllanishiga olib kelishi mumkin.

Zamonaviy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, media va raqamli muhit ham o‘smirlar xulqiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Internet, video o‘yinlar va ijtimoiy tarmoqlarda agressiv kontentning ko‘pligi kuzatuv orqali o‘rganish (Bandura nazariyasi) asosida tajovuzkor xulqning o‘zlashtirilishiga sabab bo‘lishi mumkin. Shu nuqtayi nazardan, A. Bandura tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy o‘rganish nazariyasi o‘smirlar agressiyasini tushuntirishda muhim ilmiy asoslardan biri hisoblanadi.

Shuningdek, E. Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasiga ko‘ra, o‘smirlik davri “identitetga qarshi rol chalkashligi” bosqichi bo‘lib, bu davrda shaxs o‘zligini izlash jarayonida turli ijtimoiy rollarni sinab ko‘radi. Agar bu jarayon ijobiy ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashsiz kechsa, shaxsda agressiv reaktsiyalar va deviant xulq shakllanishi ehtimoli ortadi.

Shu bilan birga, Freydning psixoanalitik yondashuviga ko‘ra, agressiya ichki psixik konfliktlar va instinktiv energiyaning noto‘g‘ri yo‘naltirilishi natijasida yuzaga keladi. Bu nazariya ham agressiv xulqning ichki psixologik mexanizmlarini tushuntirishda muhim o‘rin tutadi.

Umuman olganda, o‘smirlar agressiv xulq-atvorining shakllanishi biologik, psixologik va ijtimoiy omillar o‘zaro ta’siri natijasida yuzaga keladigan murakkab jarayon hisoblanadi. Shu sababli ushbu muammoni o‘rganishda kompleks yondashuv, ya’ni individual psixologik xususiyatlar bilan bir qatorda ijtimoiy muhitni ham chuqur tahlil qilish zarur hisoblanadi. Mazkur mavzuni o‘rganish nafaqat ilmiy ahamiyatga ega, balki amaliy jihatdan ham muhim bo‘lib, o‘smirlar orasida agressiv xulqning oldini olish va uni kamaytirish bo‘yicha samarali psixologik-pedagogik chora-tadbirlarni ishlab chiqishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili. O‘smirlik davrida agressiv xulq-atvor shakllanishi masalasi psixologiya, sotsiologiya va pedagogika fanlarida keng o‘rganilgan murakkab ilmiy muammolardan biri hisoblanadi. Ushbu yo‘nalishda olib borilgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, agressiya birgina biologik yoki ijtimoiy omil natijasi emas, balki psixologik rivojlanish, shaxslararo munosabatlar va muhit ta’sirining murakkab o‘zaro aloqasi sifatida shakllanadi. Shu sababli turli ilmiy maktablar ushbu hodisani turlicha yondashuvlar asosida izohlab kelgan.

Rus psixologiya maktabida o‘smirlar xulq-atvori va agressiv reaksiyalarni tushuntirishda L.S. Vigotskiy, A.N. Leontyev va S.L. Rubinshteynning faoliyat yondashuvi muhim o‘rin tutadi. Vigotskiy shaxs psixik rivojlanishini ijtimoiy muhit bilan uzviy bog‘liq jarayon sifatida ko‘rib chiqib, agressiv xulq ko‘pincha noto‘g‘ri ijtimoiylashuv natijasida shakllanishini ta’kidlaydi. Uning fikricha, o‘smir xulqi bevosita madaniy va ijtimoiy muhitdagi o‘zaro ta’sirlar orqali shakllanadi. Leontyev esa faoliyat nazariyasida shaxsning ichki psixologik tuzilmalari uning faoliyati davomida shakllanishini asoslab, agressiya ham ijtimoiy faoliyat jarayonida o‘zlashtiriladigan xulq shakli ekanini ko‘rsatadi.

A.R. Luriya neyropsixologik tadqiqotlarida miya tuzilmalari va xulq-atvor o‘rtasidagi bog‘liqlikni tahlil qilib, frontal korteksning yetarli darajada rivojlanmaganligi impuls nazoratining susayishiga olib kelishini ilmiy asoslab bergan. Bu holat ayniqsa o‘smirlik davrida agressiv reaksiyalarning kuchayishiga biologik asos bo‘lishi mumkinligini ko‘rsatadi. D.B. Elkonin esa o‘smirlik davrini shaxs rivojlanishining o‘ziga xos inqirozli bosqichi sifatida ta’riflab, bu davrda mustaqillikka intilish va emotsional beqarorlik kuchayishini qayd etadi.

Sud-psixologik va ijtimoiy psixologiya sohasida V.V. Romanov va M.M. Kochenov ishlari agressiya va deviant xulqni baholashda metodologik asos bo‘lib xizmat qiladi. Ular shaxsning psixologik portretini aniqlashda kompleks diagnostika muhimligini ta’kidlab, agressiv xulqni faqat tashqi harakat sifatida emas, balki ichki motivatsion tizim natijasi sifatida o‘rganish zarurligini asoslab berganlar.

G‘arb psixologiya maktabida J. Piaget va E. Eriksonning nazariyalari o‘smirlar agressiv xulqini tushunishda muhim ilmiy asos hisoblanadi. Piaget kognitiv rivojlanish nazariyasida o‘smirlik davrida abstrakt fikrlash shakllanishi bilan birga emotsional nazorat hali to‘liq rivojlanmaganini ta’kidlaydi. Bu esa qaror qabul qilishda xatoliklar va impulsiv agressiv reaksiyalarga olib kelishi mumkin. Erikson esa psixososial rivojlanish nazariyasida o‘smirlik davrini identitet inqirozi bosqichi sifatida ko‘rsatib, shaxs o‘zligini izlash jarayonida ijtimoiy bosimga duch kelganda agressiv reaksiyalar kuchayishi mumkinligini izohlaydi.

A. Banduraning ijtimoiy o‘rganish nazariyasi agressiv xulq-atvorni tushuntirishda eng muhim yondashuvlardan biri hisoblanadi. Uning fikricha, agressiya bevosita kuzatish va modelni takrorlash orqali o‘rganiladi. Bobo doll eksperimenti natijalari bolalar va o‘smirlar agressiv xulqni atrofdagi modeldan o‘zlashtirishini ko‘rsatgan. Bu nazariya zamonaviy raqamli muhitda, ayniqsa ijtimoiy tarmoqlar va video o‘yinlar orqali agressiv xulqning tarqalishini tushuntirishda juda dolzarbdir.

Kriminologiya va rivojlanish psixologiyasi sohasida D. Farrington, R. Loeber va M. Rutter tomonidan olib borilgan longityud tadqiqotlar agressiv va deviant xulqning erta bolalik davridan boshlab shakllanishini ko‘rsatadi. Farrington tadqiqotlariga ko‘ra, oilaviy nazoratning yetishmasligi, ijtimoiy muhitdagi salbiy ta’sirlar va maktabdagi muvaffaqiyatsizliklar keyinchalik agressiv xulq shakllanishiga olib keluvchi asosiy omillardir. Rutter esa “risk omillari yig‘indisi” konsepsiyasini ilgari surib, bir nechta salbiy omillar birgalikda ta’sir qilganda agressiya va jinoyatchilik ehtimoli keskin ortishini asoslab bergan.

Freydning psixoanalitik nazariyasiga ko‘ra, agressiya inson psixikasidagi ichki konfliktlar va instinktiv energiyaning noto‘g‘ri yo‘naltirilishi natijasida yuzaga keladi. U agressiyani insonning tug‘ma ichki impulslari bilan bog‘liq jarayon sifatida talqin qilgan bo‘lsa, keyingi olimlar bu yondashuvni ijtimoiy omillar bilan boyitgan.

Umuman olganda, ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlar agressiv xulq-atvori bir nechta darajadagi omillar - biologik, psixologik va ijtimoiy ta’sirlarning o‘zaro integratsiyasi natijasida shakllanadi. Rus olimlarining neyropsixologik va faoliyat yondashuvi, g‘arb olimlarining kognitiv va ijtimoiy o‘rganish nazariyalari hamda zamonaviy kriminologik tadqiqotlar ushbu muammoni kompleks tarzda o‘rganish zarurligini tasdiqlaydi. Shu sababli agressiv xulqni kamaytirish va profilaktika qilishda faqat bitta yondashuv emas, balki interdisipliner ilmiy model asosida ishlash muhim hisoblanadi.

Xulosa. O‘smirlik davrida agressiv xulq-atvor shakllanishi murakkab, ko‘p omilli psixologik jarayon bo‘lib, u shaxsning biologik yetilishi, psixologik rivojlanishi hamda ijtimoiy muhit bilan o‘zaro ta’siri natijasida yuzaga keladi. O‘tkazilgan nazariy tahlillar shuni ko‘rsatadiki, agressiya faqat individual xususiyat sifatida emas, balki shaxsning ijtimoiylashuv jarayonida shakllanadigan xulq modeli sifatida namoyon bo‘ladi. Ayniqsa, o‘smirlik davrida emotsional beqarorlik, impulsivlikning yuqoriligi, o‘zini anglash jarayonining shakllanib borishi hamda tashqi ta’sirlarga sezgirlik agressiv reaksiyalarning tez va kuchli namoyon bo‘lishiga sabab bo‘ladi.

Ilmiy adabiyotlar tahlili asosida shuni ta’kidlash mumkinki, oilaviy muhit agressiv xulq shakllanishida eng muhim omillardan biri hisoblanadi. Ota-ona nazoratining yetishmasligi, oiladagi doimiy nizolar yoki aksincha haddan tashqari avtoritar tarbiya uslubi o‘smirda ichki zo‘riqish va norozilik hissini kuchaytiradi. Bu holat esa ko‘pincha tashqi agressiv xulq orqali ifodalanadi.

Shuningdek, tengdoshlar guruhi ta’siri ham o‘smir xulqini shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi, chunki bu davrda ijtimoiy moslashuv va guruhga tegishlilik hissi kuchli bo‘ladi.

Psixologik nuqtayi nazardan qaraganda, Bandura tomonidan ilgari surilgan ijtimoiy o‘rganish nazariyasi agressiv xulqning model orqali o‘zlashtirilishini tushuntiradi. Ya’ni, o‘smir atrofidagi agressiv namunalardan xulqiy strategiyalarni o‘rganishi mumkin. Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasi esa bu davrni identitet shakllanishi bosqichi sifatida izohlab, shaxs o‘zligini topish jarayonida ichki ziddiyatlarga duch kelishini va bu holat agressiv reaksiyalarni kuchaytirishi mumkinligini ko‘rsatadi. Shu bilan birga, neyropsixologik tadqiqotlar frontal miya po‘stlog‘ining yetarlicha rivojlanmaganligi impuls nazoratining zaif bo‘lishiga olib kelishini tasdiqlaydi.

Umuman olganda, o‘smirlar agressiv xulq-atvorini faqat bitta sabab bilan izohlab bo‘lmaydi. Bu jarayon biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning uzviy birligi natijasida yuzaga keladi. Shu sababli ushbu muammoni hal etishda kompleks yondashuv zarur bo‘lib, unda oilaviy tarbiya, ta’lim muassasalari faoliyati, psixologik profilaktika va ijtimoiy nazorat tizimi birgalikda ishlashi lozim. Agressiv xulqni kamaytirish va uning oldini olish uchun o‘smir shaxsining individual xususiyatlarini hisobga olgan holda psixologik yordam va korreksion dasturlarni ishlab chiqish muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati .

1. Выготский Л. С. Психология развития человека. – М.: Эксмо, 2016. – 420 с.
2. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Смысл, 2019. – 448 с.
3. Лурия А. Р. Основы нейропсихологии. – СПб.: Питер, 2017. – 384 с.
4. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. – М.: Прогресс, 2018. – 352 с.
5. Пиаже Ж. Психология интеллекта. – М.: Питер, 2015. – 200 с.
6. Bandura A. Social Learning Theory. – Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1977. – 247 p.
7. Freud S. Civilization and Its Discontents. – London: Penguin Books, 2004. – 192 p.

Teshayev O‘lmasjon Isomiddin o‘g‘li
Buxoro davlat universiteti magistranti

TALABALARDA NARKOTAHDIDLARGA NISBATAN BARQAROR IJTIMOIY POZITSIYANI SHAKLLANTIRISHNING ZAMONAVIY PROFILAKTIK MEXANIZMLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada talabalar orasida giyohvandlikka qarshi barqaror immunitetni shakllantirishda jamoat salomatligi, ijtimoiy xavfsizlik, profilaktik tarbiya va sog‘lom turmush madaniyatining o‘rni yoritiladi. Shuningdek, oliy ta’lim muassasasi, oila, mahalla va jamoatchilik hamkorligi orqali talabalarda zararli odatlarga nisbatan ongli munosabat, huquqiy madaniyat va psixologik barqarorlikni rivojlantirish masalalari tahlil qilinadi.*

Kalit so’zlar: *talabalar, giyohvandlikka qarshi immunitet, jamoat salomatligi, ijtimoiy xavfsizlik, profilaktik tarbiya, sog‘lom turmush, psixologik barqarorlik.*

Аннотация. *В статье рассматривается роль общественного здоровья, социальной безопасности, профилактического воспитания и культуры здорового образа жизни в формировании устойчивого иммунитета против наркомании среди студентов. Также анализируются вопросы развития у студентов осознанного отношения к вредным привычкам, правовой культуры и психологической устойчивости через сотрудничество высшего образовательного учреждения, семьи, махалли и общественности.*

Ключевые слова: *студенты, иммунитет против наркомании, общественное здоровье, социальная безопасность, профилактическое воспитание, здоровый образ жизни, психологическая устойчивость.*

Annotation. *This article examines the role of public health, social security, preventive education, and healthy lifestyle culture in developing strong anti-drug immunity among students. It also analyzes the development of students’ conscious attitudes toward harmful habits, legal culture,*

and psychological stability through cooperation between higher education institutions, families, local communities, and the public.

Key words: *students, anti-drug immunity, public health, social security, preventive education, healthy lifestyle, psychological stability.*

Mavzuning dolzarbligi. Bugungi ijtimoiy taraqqiyot sharoitida talabalar salomatligini muhofaza qilish, ularni zararli odatlardan himoya qilish va giyohvandlikka qarshi barqaror ijtimoiy-psixologik immunitetni shakllantirish oliy ta’lim tizimining muhim tarbiyaviy vazifalaridan biriga aylanmoqda. Talabalik davri shaxsning kasbiy yo‘nalishi, mustaqil hayotga moslashuvi, ijtimoiy munosabatlari va hayotiy qadriyatlari faol shakllanadigan bosqich bo‘lib, aynan shu davrda noto‘g‘ri muhit, tengdoshlar bosimi, axborot ta’siri, bo‘sh vaqtni samarasiz tashkil etish va psixologik beqarorlik zararli odatlarga moyillik xavfini kuchaytirishi mumkin. Shu sababli giyohvandlikka qarshi kurashda faqat nazorat yoki jazolash choralariga tayanish yetarli emas, balki talabalar ongida sog‘lom turmush madaniyati, huquqiy savodxonlik, ijtimoiy mas’uliyat, tanqidiy fikrlash va xavfsiz xulq-atvor ko‘nikmalarini shakllantirish zarur. Mazkur mavzu aynan jamoat salomatligi va ijtimoiy xavfsizlik omillarini oliy ta’lim muhitida profilaktik tarbiya bilan uyg‘unlashtirish zaruratidan kelib chiqadi.

O‘zbekiston Respublikasida giyohvandlik vositalari, psixotrop moddalar va prekursorlarning noqonuniy aylanishiga qarshi kurashish bo‘yicha mustahkam huquqiy asoslar mavjud. Xususan, “Giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalar to‘g‘risida”gi Qonun giyohvandlik vositalari, psixotrop moddalar va prekursorlarning muomalada bo‘lishi bilan bog‘liq ijtimoiy munosabatlarni tartibga soladi hamda ularning noqonuniy aylanishi bilan bog‘liq xavflarni cheklashga xizmat qiladi. Shuningdek, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 6-maydagi PF-73-son Farmoni giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalarning noqonuniy aylanmasiga chek qo‘yish orqali ularning aholi salomatligi va mamlakat genofondiga salbiy ta’sirini bartaraf etishga qaratilgan strategik chora-tadbirlarni belgilaydi. Ushbu hujjatlar talabalar orasida giyohvandlikka qarshi immunitetni shakllantirish masalasini faqat shaxsiy tarbiya doirasida emas, balki milliy xavfsizlik, aholi salomatligi va jamiyat barqarorligini ta’minlash bilan bog‘liq strategik vazifa sifatida qarash zarurligini ko‘rsatadi.

Talabalar orasida sog‘lom turmush tarzini qaror toptirish va zararli odatlarga nisbatan ongli rad etish pozitsiyasini shakllantirish yoshlarga oid davlat siyosatining ham muhim tarkibiy qismidir. O‘zbekiston Respublikasining “Yoshlarga oid davlat siyosati to‘g‘risida”gi O‘RQ-406-son Qonunida yoshlarning huquqlari, erkinliklari va qonuniy manfaatlarini ta’minlash, ularni ijtimoiy jihatdan qo‘llab-quvvatlash hamda mamlakat ijtimoiy hayotida faol ishtirok etishiga sharoit yaratish davlat siyosatining muhim yo‘nalishi sifatida belgilangan. Shu jihatdan oliy ta’lim muassasalarida giyohvandlikka qarshi profilaktik ishlarni ma’naviy-ma’rifiy tadbirlar, psixologik maslahatlar, sog‘lom turmushga yo‘naltirilgan treninglar, sport-sog‘lomlashtirish faoliyati va huquqiy targ‘ibot bilan uyg‘unlashtirish alohida ahamiyatga ega. Bunday yondashuv talabalarni faqat zararli odatlardan ogohlantirish bilan cheklanmay, ularda hayotiy maqsad, irodaviy barqarorlik, ijtimoiy faollik va mas’uliyatli qaror qabul qilish malakalarini ham rivojlantiradi.

Mavzuning yana bir muhim jihati shundaki, giyohvandlikka qarshi immunitetni shakllantirish jamoat salomatligi va xavfsizlik omillarining o‘zaro bog‘liqligini talabalar hayoti misolida chuqur tahlil qilish imkonini beradi. “O‘zbekiston - 2030” strategiyasida inson salohiyatini ro‘yobga chiqarish, yoshlar uchun sifatli ta’lim va sog‘lom ijtimoiy muhitni shakllantirish, davlat va jamiyat boshqaruvida zamonaviy yondashuvlarni kuchaytirish kabi ustuvor vazifalar belgilangan. Demak, talabalarda giyohvandlikka qarshi immunitetni rivojlantirish faqat tibbiy-profilaktik masala emas, balki oliy ta’limda tarbiyaviy ishlar samaradorligi, ijtimoiy xavfsizlik madaniyati, psixologik barqarorlik va fuqarolik mas’uliyatini shakllantirish bilan bog‘liq kompleks jarayondir. Shu bois mazkur mavzuni o‘rganish talabalar salomatligini muhofaza qilish, oliy ta’lim muhitida xavfsiz va sog‘lom ijtimoiy muhit yaratish hamda giyohvandlikka qarshi profilaktikaning pedagogik-psixologik mexanizmlarini takomillashtirishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Mavzu bo‘yicha ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, talabalar orasida giyohvandlikka qarshi immunitetni shakllantirish masalasi jamoat salomatligi, ijtimoiy xavfsizlik, psixologik barqarorlik, huquqiy madaniyat va profilaktik tarbiya bilan uzviy bog‘liq kompleks muammo hisoblanadi. Giyohvandlikka moyillikning shakllanishida shaxsning ijtimoiy muhiti, oilaviy tarbiyasi, tengdoshlar guruhi, axborot ta’siri, stressga bardoshliligi, bo‘sh vaqtni tashkil etish madaniyati va hayotiy qadriyatlari muhim o‘rin tutadi. Xorijiy tadqiqotchilardan Albert Bandura, Erik Erikson, Richard Jessor, Uri Bronfenbrenner, Maykl Ratter, Gilbert Botvin, Richard Katalano, Brayan Xokins, Denis Kandel, Nora Volkov kabi olimlarning ilmiy qarashlarida yoshlar xulq-atvorining shakllanishi, xavfli odatlarga moyillik, ijtimoiy ta’sirlar, shaxsiy nazorat, hayotiy ko‘nikmalar va profilaktik dasturlarning samaradorligi masalalari keng yoritilgan. Ushbu tadqiqotlarda giyohvandlikka qarshi kurash faqat taqiqlash yoki nazorat qilish orqali emas, balki yoshlarda ongli tanlov, zararli ta’sirlarga qarshi psixologik barqarorlik, sog‘lom turmushga ijobiy munosabat va mustaqil qaror qabul qilish ko‘nikmalarini shakllantirish orqali samarali amalga oshirilishi ta’kidlanadi.

Jamoat salomatligi va xavfsizlik omillariga oid ilmiy manbalarda giyohvandlikka qarshi immunitetni shakllantirish profilaktik ta’lim, sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish, psixologik qo‘llab-quvvatlash, ijtimoiy nazorat va muhitni sog‘lomlashtirish bilan bog‘liq holda talqin etiladi. G. Botvinning hayotiy ko‘nikmalarni rivojlantirishga asoslangan profilaktika yondashuvi, R. Katalano va B. Havkinsning ijtimoiy rivojlanish modeli, A. Marlattning zararli odatlarning oldini olishga qaratilgan kognitiv-xulqiy qarashlari, N. Volkowning giyohvandlikning neyropsixologik asoslariga oid tadqiqotlari yoshlar orasida profilaktika ishlari ko‘p yo‘nalishli bo‘lishi lozimligini ko‘rsatadi. Bu yondashuvlarga ko‘ra, talabalarda giyohvandlikka qarshi immunitetni shakllantirish uchun ularni faqat xavf haqida xabardor qilish yetarli emas; balki stressni boshqarish, tengdoshlar bosimiga qarshi turish, o‘zini nazorat qilish, kommunikativ madaniyat, tanqidiy fikrlash va sog‘lom ijtimoiy faoliyatga jalb etish zarur. Demak, oliy ta’lim muhitida profilaktika jarayoni ma’naviy-ma’rifiy ishlar, psixologik xizmat, sport-sog‘lomlashtirish faoliyati, huquqiy targ‘ibot va talabalar bilan individual ishlash tizimi orqali tashkil etilgandagina samarali natija beradi.

O‘zbekiston ilmiy adabiyotlarida ham yoshlar tarbiyasi, sog‘lom turmush madaniyati, ijtimoiy xavfsizlik, deviant xulq-atvor profilaktikasi va psixologik barqarorlik masalalari bir qator olimlar tomonidan tadqiq etilgan. Jumladan, G‘.B. Shoumarov, E.G‘. G‘oziyev, V.M. Karimova, M.G. Davletshin, Z.T. Nishanova, N.G‘. Kamilova, R.I. Sunnatova, B.R. Qodirov, S. Nishonova, O. Musurmonova, J.G‘. Yo‘ldoshev kabi olimlarning ilmiy ishlarida shaxs rivojlanishi, talaba-yoshlarning ijtimoiylashuvi, oilaviy va ta’limiy muhit ta’siri, tarbiyaviy profilaktika, ma’naviy-axloqiy qadriyatlar va ijtimoiy mas’uliyatni shakllantirish masalalari yoritilgan. Mazkur qarashlar talabalar orasida giyohvandlikka qarshi immunitetni shakllantirishda oliy ta’lim muassasasi, oila, mahalla, psixologik xizmat, tibbiy-profilaktik tizim va jamoatchilik hamkorligi muhim ekanligini ko‘rsatadi. Mavjud adabiyotlar tahlili shuni tasdiqlaydiki, talabalarni giyohvandlikdan himoya qilish faqat salbiy odatlarning oqibatlarini tushuntirish bilan cheklanmasligi, balki ularning hayotiy maqsadlarini aniqlash, ijtimoiy faolligini oshirish, huquqiy ongini rivojlantirish, psixologik barqarorligini mustahkamlash va sog‘lom turmush qadriyatlarini ongli qabul qilishiga yo‘naltirilgan tizimli pedagogik-psixologik jarayon sifatida tashkil etilishi lozim.

Talabalar orasida giyohvandlikka qarshi immunitetni shakllantirish masalasi faqat tibbiy-profilaktik yoki huquqiy nazorat doirasida emas, balki shaxsning ijtimoiylashuvi, psixologik barqarorligi, hayotiy qadriyatlari va sog‘lom turmush madaniyati bilan bog‘liq murakkab jarayon sifatida talqin etilishi lozim. Talabalik davri yoshlarning mustaqil hayotga qadam qo‘yishi, kasbiy o‘zligini anglashi, yangi ijtimoiy muhitga moslashishi va shaxsiy qarorlarini mustaqil qabul qilishi bilan tavsiflanadi. Shu sababli mazkur bosqichda ularda zararli odatlarga nisbatan ongli rad etish pozitsiyasini shakllantirish, ijtimoiy bosimga qarshi tura olish, axborotni tanqidiy baholash, stressni boshqarish va xavfsiz xulq-atvor ko‘nikmalarini rivojlantirish alohida ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi. Demak, giyohvandlikka qarshi immunitet tushunchasi oddiy ogohlantirish yoki taqiqlash bilan cheklanmay, shaxsning ichki psixologik himoyasi, ijtimoiy mas’uliyati va sog‘lom hayotiy pozitsiyasini ifodalovchi kompleks sifat sifatida qaralishi zarur.

Ilmiy nuqtai nazardan, jamoat salomatligi va xavfsizlik omillari talabalarda giyohvandlikka qarshi immunitetni shakllantirishda o‘zaro bir-birini to‘ldiruvchi mexanizmlar sifatida namoyon bo‘ladi. Jamoat salomatligi talabalarning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy farovonligini ta’minlashga qaratilgan bo‘lsa, xavfsizlik omillari ularni zararli ijtimoiy ta’sirlar, noqonuniy muhit, deviant xulq-atvor va giyohvandlik xavfidan himoya qilishga xizmat qiladi. Bu jarayonda oliy ta’lim muassasasining tarbiyaviy muhiti, psixologik xizmat faoliyati, sport va sog‘lomlashtirish tadbirlari, huquqiy targ‘ibot, mentorlik tizimi hamda talabalar bilan individual ishlash muhim ahamiyatga ega. Shunday ekan, talabalar orasida giyohvandlikka qarshi immunitetni rivojlantirish uchun profilaktika ishlari epizodik tadbirlar shaklida emas, balki uzluksiz, tizimli, differensial va shaxsga yo‘naltirilgan pedagogik-psixologik jarayon sifatida tashkil etilishi lozim.

Xulosa qilib aytganda, talabalar orasida giyohvandlikka qarshi immunitetni shakllantirish bugungi kunda jamoat salomatligi, ijtimoiy xavfsizlik va oliy ta’lim tizimidagi tarbiyaviy ishlar bilan bevosita bog‘liq dolzarb masalalardan biridir. Talabalik davri shaxsning mustaqil qaror qabul qilishi, yangi ijtimoiy muhitga moslashishi, kasbiy va hayotiy qadriyatlarini belgilashi bilan ajralib turadi. Shu bois mazkur davrda zararli odatlarga nisbatan ongli rad etish pozitsiyasini shakllantirish, sog‘lom turmush madaniyatini rivojlantirish, huquqiy savodxonlikni oshirish va psixologik barqarorlikni mustahkamlash muhim ahamiyatga ega.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, giyohvandlikka qarshi samarali kurash faqat nazorat, ogohlantirish yoki jazolash choralariga tayanmasligi lozim. Aksincha, bu jarayon oliy ta’lim muassasasi, oila, mahalla, psixologik xizmat, tibbiy-profilaktik tizim va jamoatchilik hamkorligida tashkil etilgan uzluksiz profilaktik tarbiya orqali samarali amalga oshiriladi. Talabalarda tanqidiy fikrlash, stressga bardoshlilik, tengdoshlar bosimiga qarshi tura olish, axborotni ongli baholash, sog‘lom ijtimoiy faoliyatda ishtirok etish va mas’uliyatli qaror qabul qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish giyohvandlikka qarshi immunitetning asosiy tarkibiy qismlarini tashkil etadi.

Jamoat salomatligi va xavfsizlik omillari talabalar orasida giyohvandlikka qarshi immunitetni shakllantirishda bir-birini to‘ldiruvchi muhim mexanizmlar sifatida namoyon bo‘ladi. Jamoat salomatligi talabalarning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy farovonligini ta’minlashga xizmat qilsa, xavfsizlik omillari ularni salbiy muhit, zararli axborot, deviant xulq-atvor va giyohvandlik xavfidan himoya qiladi. Shu jihatdan mazkur mavzuni ilmiy-amaliy o‘rganish oliy ta’lim muhitida sog‘lom, xavfsiz, ma’naviy barqaror va ijtimoiy mas’uliyatli talabalar avlodini shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. O‘zbekiston Respublikasining “Giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalar to‘g‘risida”gi Qonuni. 813-I-son. 1999-yil 19-avgust. – URL: https://lex.uz/mact/-86044

2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “O‘zbekiston Respublikasida giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalarning noqonuniy aylanmasiga chek qo‘yish orqali ularning aholi salomatligi va mamlakatimiz genofondiga salbiy ta’sirini bartaraf etish strategik chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi Farmoni. PF-73-son. 2024-yil 6-may. – URL: https://www.lex.uz/uz/docs/-6912475

3. O‘zbekiston Respublikasining “Yoshlarga oid davlat siyosati to‘g‘risida”gi Qonuni. O‘RQ-406-son. 2016-yil 14-sentabr. – URL: https://lex.uz/docs/-3026246

4. O‘zbekiston Respublikasining “Huquqbuzarliklar profilaktikasi to‘g‘risida”gi Qonuni. O‘RQ-371-son. 2014-yil 14-may. – URL: https://lex.uz/docs/-2387357

5. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “O‘zbekiston - 2030 strategiyasi to‘g‘risida”gi Farmoni. PF-158-son. 2023-yil 11-sentabr. – URL: https://lex.uz/docs/-6600413

6. G‘oziyev E.G‘. Ontogenez psixologiyasi. – Toshkent: Noshir, 2010. – 360 b.

7. Shoumarov G‘.B. Oila psixologiyasi. – Toshkent: Sharq, 2008. – 296 b.

8. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2012. – 172 b.

9. Nishanova Z.T., Kamilova N.G‘. Deviant xulq-atvor psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2016. – 224 b.

10. Botvin G.J., Griffin K.W. Life Skills Training: Preventing Substance Misuse by Enhancing Individual and Social Competence. – New York: National Health Promotion Associates, 2014. – 198 p.

11. Catalano R.F., Hawkins J.D. The Social Development Model: A Theory of Antisocial Behavior. – Cambridge: Cambridge University Press, 1996. – P. 149–197.

12. Volkow N.D., Koob G.F., McLellan A.T. Neurobiologic Advances from the Brain Disease Model of Addiction // New England Journal of Medicine. – 2016. – Vol. 374. – No. 4. – P. 363–371.

Sharopov Suxrob Shodi o'g'li
Osiyo Xalqaro Universiteti 1-bosqich magistranti

O‘SMIRLARDA REFLEKSIV XUSUSIYATLARNI RIVOJLANTIRISH ORQALI NARKOTAHDIDLARGA QARSHI PSIXOLOGIK BARQARORLIKNI SHAKLLANTIRISH

Annotatsiya. *Mazkur maqolada o‘smirlarda refleksiv xususiyatlarni rivojlantirish orqali narkotahdidlarga qarshi psixologik barqarorlikni shakllantirish masalasi ilmiy-nazariy jihatdan yoritilgan. Unda o‘smirlik davrining psixologik xususiyatlari, tengdoshlar ta'siri, internet va ijtimoiy muhit orqali yuzaga keladigan salbiy omillar, shuningdek, narkotahdidlarga qarshi ichki psixologik himoya mexanizmlarining ahamiyati tahlil qilingan. Maqolada refleksivlik o‘smirning o‘z fikri, xatti-harakati, qarori va uning oqibatlarini anglash qobiliyati sifatida talqin etilib, uning psixologik barqarorlikni shakllantirishdagi o‘rni asoslab berilgan. Shuningdek, o‘smirlarda ongli tanlov, tanqidiy fikrlash, o‘z-o‘zini nazorat qilish va ijtimoiy bosimga qarshi turish ko‘nikmalarini rivojlantirish narkotahdidlar profilaktikasining muhim yo‘nalishi sifatida ko‘rsatilgan.*

Kalit so‘zlar: *o‘smirlik davri, refleksiya, refleksiv xususiyatlar, narkotahdidlar, psixologik barqarorlik, profilaktika, shaxs psixologiyasi, ijtimoiy xavfsizlik, tanqidiy fikrlash, o‘z-o‘zini nazorat qilish.*

Аннотация. *В данной статье научно-теоретически освещается проблема формирования психологической устойчивости подростков к наркоугрозам посредством развития рефлексивных качеств. Проанализированы психологические особенности подросткового возраста, влияние сверстников, негативные факторы, возникающие через интернет и социальную среду, а также значение внутренних психологических механизмов защиты от наркоугроз. В статье рефлексивность трактуется как способность подростка осознавать собственные мысли, поведение, принимаемые решения и их последствия, а также обосновывается ее роль в формировании психологической устойчивости. Кроме того, развитие у подростков осознанного выбора, критического мышления, самоконтроля и навыков противостояния социальному давлению рассматривается как важное направление профилактики наркоугроз.*

Ключевые слова: *подростковый возраст, рефлексия, рефлексивные качества, наркоугрозы, психологическая устойчивость, профилактика, психология личности, социальная безопасность, критическое мышление, самоконтроль.*

Kirish. Bugungi globallashuv va raqamli axborot oqimlari kuchaygan sharoitda transmilliy narkotahdidlar nafaqat huquqiy yoki tibbiy muammo, balki yoshlar tarbiyasi, shaxs psixologiyasi, oilaviy muhit va ijtimoiy xavfsizlik bilan bevosita bog‘liq bo‘lgan murakkab ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida namoyon bo‘lmoqda. Ayniqsa, sintetik giyohvand moddalar, psixoaktiv vositalar va ularni targ‘ib qiluvchi yashirin axborot manbalarining ko‘payishi o‘smirlar ongiga salbiy ta'sir ko‘rsatish xavfini kuchaytirmoqda. O‘zbekiston Respublikasida giyohvandlikka qarshi immunitetni shakllantirish, yoshlar o‘rtasida psixoaktiv moddalar tarqalishining oldini olish va ta'lim muassasalarida profilaktik mexanizmlarni kuchaytirish davlat siyosatining muhim yo‘nalishlaridan biri sifatida belgilanmoqda .

O‘smirlik davri shaxsning o‘zini anglash, mustaqil fikrlash, tengdoshlar bilan munosabatga kirishish va ijtimoiy mavqeyini belgilash jarayonlari faol shakllanadigan bosqich hisoblanadi. Bu davrda emotsional beqarorlik, yangilikka qiziqish, o‘zini namoyon qilish ehtiyoji va tengdoshlar ta’siriga beriluvchanlik nisbatan kuchli bo‘ladi. Agar ushbu xususiyatlar sog‘lom ijtimoiy muhit, oilaviy qo‘llab-quvvatlash va maqsadli psixologik yordam bilan uyg‘unlashmasa, o‘smirda zararli odatlar, deviant xulq-atvor va narkotahdidlarga nisbatan zaiflik yuzaga kelishi mumkin.

Shu nuqtayi nazardan, o‘smirlarda refleksiv xususiyatlarni rivojlantirishning narkotahdidlarga qarshi psixologik barqarorlikni shakllantirishning muhim sharti sifatida qaraladi. Refleksivlik o‘smirning o‘z fikrlari, hissiyotlari, xatti-harakatlari va qarorlarining oqibatini anglash, ularni tahlil qilish hamda xavfli vaziyatlarda ongli tanlov qila olish qobiliyatini ifodalaydi. Mazkur maqolada o‘smir shaxsida refleksiv xususiyatlarni rivojlantirishning narkotahdidlar profilaktikasidagi psixologik ahamiyati yoritiladi.

Muammoning o‘rganilganligi darajasi. O‘smir shaxsining rivojlanishi, o‘zini anglash jarayoni, xulq-atvorini boshqarish va ijtimoiy muhit ta’siriga munosabat bildirish masalalari psixologiya fanida keng o‘rganilgan. Mahalliy psixologlardan E.G‘. G‘oziyev, V.M. Karimova, Z.T. Nishanova, G‘.B. Shoumarovlarning ilmiy ishlarida o‘smirlik davrining shaxs kamoloti, ijtimoiylashuv, oilaviy muhit va ta’lim-tarbiya jarayoni bilan bog‘liq jihatlari tahlil qilingan. Mazkur yondashuvlarda o‘smir shaxsi tashqi ta’sirlarni qabul qiluvchi passiv obyekt sifatida emas, balki o‘zini anglash va ijtimoiy tajribani o‘zlashtirish jarayonida faol rivojlanadigan subyekt sifatida qaraladi.

Refleksiya va refleksiv xususiyatlar masalasi L.S. Vygotsky, A.N. Leontiev, S.L. Rubinshteyn kabi olimlarning nazariy qarashlarida shaxs ongining rivojlanishi, faoliyatni anglash va o‘z-o‘zini boshqarish mexanizmlari bilan bog‘liq holda izohlangan. Chet el psixologiyasida A. Bandura shaxs xulq-atvorini ijtimoiy muhit, kuzatish, o‘ziga ishonch va ichki nazorat bilan bog‘lab tushuntiradi. E.H. Erikson esa o‘smirlik davrini identifikatsiya, ya’ni shaxsning o‘zligini anglash va hayotiy yo‘nalishini belgilash bosqichi sifatida talqin qiladi. Bu qarashlar o‘smirlarda refleksiv xususiyatlarni rivojlantirishning narkotahdidlarga qarshi ichki psixologik tayanchni shakllantirishga xizmat qilishini nazariy jihatdan asoslash imkonini beradi.

Asosiy qism. O‘smirlik davrida shaxsning ichki dunyosi, o‘ziga munosabati va atrofdagi ijtimoiy ta’sirlarni baholash usuli faol o‘zgarib boradi. Bu bosqichda o‘smir faqat tashqi nazoratga emas, balki o‘zining ichki fikri, shaxsiy tanlovi va mustaqil qaroriga ko‘proq tayanishga intiladi. Shu bilan birga, tengdoshlar orasida o‘z o‘rnini topish ehtiyoji, guruhga moslashish istagi va emotsional ta’sirchanlik ayrim hollarda xavfli qarorlar qabul qilish ehtimolini kuchaytiradi.

Narkotahdidlar aynan mana shunday psixologik jihatdan sezgir davrda o‘smir ongiga turli yo‘llar orqali ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Bugungi kunda bunday tahdidlar faqat ko‘cha muhiti yoki salbiy guruhlar orqali emas, balki internet, ijtimoiy tarmoqlar, norasmiy axborot kanallari va tengdoshlar orasidagi noto‘g‘ri tasavvurlar orqali ham tarqalmoqda. Ayrim hollarda narkotik moddalar yoki psixoaktiv vositalar “qiziqish”, “kayfiyatni ko‘tarish”, “stressdan chiqish” yoki “guruhga moslashish” vositasi sifatida noto‘g‘ri talqin qilinadi. Bunday sharoitda o‘smirning ichki nazorati, tanqidiy fikrlashi va o‘z qarorining oqibatini anglash darajasi muhim ahamiyat kasb etadi.

Refleksiv xususiyatlar o‘smirning o‘z fikrlari, hissiyotlari, xatti-harakatlari va qarorlarini ichki tahlil qila olish qobiliyatida namoyon bo‘ladi. Refleksivlik rivojlangan sari o‘smir o‘ziga nisbatan ongli munosabatda bo‘la boshlaydi, o‘z harakatining sababini tushunadi va uning oqibatini oldindan baholashga intiladi. Natijada u zararli taklifga duch kelganda faqat tashqi ogohlantirishlarga emas, balki ichki anglash, shaxsiy mas’uliyat va mustaqil tanlovga tayanadi.

Refleksiv xususiyatlar o‘smirda “men bu qarorni nima uchun qabul qilyapman?”, “bu harakatim kelajagimga qanday ta’sir qiladi?”, “bu taklif men uchun foydalimi yoki xavflimi?”, “men o‘z fikrim bilan harakat qilyapmanmi yoki boshqalar bosimiga berilyapmanmi?” kabi ichki savollarni shakllantiradi. Ana shu savollar shaxsning o‘zini nazorat qilish, vaziyatni baholash va salbiy ta’sirlarga nisbatan tanqidiy munosabat bildirish imkoniyatini kuchaytiradi. Shu ma’noda refleksivlik o‘smir shaxsida ichki psixologik himoya vazifasini bajaradi.

Psixologik barqarorlik o‘smirning xavfli, bosimli yoki emotsional jihatdan murakkab vaziyatlarda o‘zini yo‘qotmasdan, sog‘lom qaror qabul qila olishi bilan belgilanadi. Bunday

barqarorlik faqat taqiqlash yoki jazolash orqali shakllanmaydi. U o‘smirning o‘zini anglash darajasi, oiladagi ishonchli munosabat, maktabdagi sog‘lom psixologik muhit, pedagog va psixologlarning maqsadli ishlari hamda tengdoshlar orasidagi ijobiy muloqot madaniyati orqali rivojlanadi. Shu sababli narkotahdidlarga qarshi kurashishda profilaktik ishlar o‘smirning ichki psixologik resurslarini kuchaytirishga qaratilishi zarur.

O‘smirlarda refleksiv xususiyatlarni rivojlantirish uchun ta’lim muassasalarida suhbat, psixologik trening, vaziyatli tahlil, rolli mashqlar va guruhiy muhokamalardan foydalanish samarali usullardan biri sifatida qaraladi. Bunday mashg‘ulotlarda o‘smirlar real hayotda uchrashi mumkin bo‘lgan xavfli vaziyatlarni tahlil qiladi, turli qarorlarning oqibatini solishtiradi, zararli takliflarga nisbatan munosabat bildirishni o‘rganadi. Natijada ularda o‘z fikrini himoya qilish, tengdoshlar bosimiga qarshi turish, xavfni oldindan sezish va sog‘lom hayotiy tanlov qilish ko‘nikmalari shakllanadi.

Muhokama. O‘smirlarda refleksiv xususiyatlarni rivojlantirish orqali narkotahdidlarga qarshi psixologik barqarorlikni shakllantirish masalasi shaxs psixologiyasi, profilaktik psixologiya va ijtimoiy xavfsizlik yo‘nalishlari kesishgan nuqtada tahlil qilinishi lozim. Chunki narkotahdidlar o‘smir shaxsiga faqat tashqi xavf sifatida emas, balki uning ichki tanlovi, emotsional holati, ijtimoiy muhitga moslashuvi va o‘z-o‘zini boshqarish imkoniyatlariga ta’sir qiluvchi psixologik omil sifatida namoyon bo‘ladi.

Mazkur yondashuvning ilmiy ahamiyati shundaki, u narkotahdidlar profilaktikasini faqat tashqi nazorat, ogohlantirish va ma’muriy choralar doirasida emas, balki o‘smir shaxsining ichki rivojlanish resurslari bilan bog‘liq holda tushuntiradi. Bunda refleksivlik, o‘z-o‘zini nazorat qilish, tanqidiy fikrlash, irodaviy boshqaruv va shaxsiy mas’uliyat bir-birini to‘ldiruvchi psixologik omillar sifatida qaraladi. Natijada profilaktika jarayoni o‘smirga tayyor xulq namunalarini singdirishdan ko‘ra, uni mustaqil fikrlashga, xavfni anglashga va sog‘lom qaror qabul qilishga yo‘naltiriladi.

Shu asosda aytish mumkinki, refleksiv yondashuv o‘smirni tashqi ta’sir obyekti sifatida emas, balki o‘z hayoti, sog‘lig‘i va kelajagi uchun javobgarlikni anglaydigan faol subyekt sifatida shakllantirishga xizmat qiladi. Shuning uchun ta’lim muassasalari, oila va psixologik xizmat faoliyatida refleksiv tahlilga asoslangan suhbatlar, trening mashg‘ulotlari va vaziyatli muhokamalarni keng qo‘llash narkotahdidlarning oldini olishda muhim amaliy yo‘nalish sifatida baholanishi mumkin.

Amaliy tavsiyalar. O‘smirlarda narkotahdidlarga qarshi psixologik barqarorlikni shakllantirish uchun, avvalo, ta’lim muassasalarida refleksiv fikrlashga yo‘naltirilgan profilaktik mashg‘ulotlarni tizimli tashkil etish maqsadga muvofiqdir. Bunda o‘smirlar o‘z xatti-harakatlarini tahlil qilish, qarorlarining oqibatini oldindan baholash, tengdoshlar ta’sirini anglash va xavfli vaziyatlarda sog‘lom tanlov qilishga o‘rgatilishi lozim.

Maktab psixologlari tomonidan “mening tanlovim”, “xavfli vaziyatda qaror qabul qilish”, “guruh bosimiga qanday munosabat bildiraman?” kabi mavzularda psixologik treninglar o‘tkazish zarur. Ushbu treninglarda o‘smirning o‘z fikrini erkin bildirishiga, zararli takliflarga “yo‘q” deya olishiga, o‘z chegarasini himoya qilishiga va shaxsiy javobgarlikni his etishiga alohida e’tibor qaratilishi kerak.

Oila muhitida ota-onalar bilan o‘smirlar o‘rtasida ishonchli muloqotni kuchaytirish tavsiya etiladi. O‘smirning xatti-harakatini faqat nazorat qilish emas, balki uning kechinmalari, qiziqishlari, do‘stlari va ichki muammolarini tushunishga intilish zarur. Ota-onaning haddan tashqari bosimi yoki befarqligi o‘smirni tashqi guruhlar ta’siriga yaqinlashtirishi mumkin. Shu bois oilada eshitish, tushunish, maslahat berish va sog‘lom chegarani belgilash madaniyatini shakllantirish muhimdir.

Raqamli muhitda narkotahdidlarning yashirin shaklda tarqalishini hisobga olib, o‘smirlarda axborotga tanqidiy munosabatni shakllantirish zarur. Ijtimoiy tarmoqlardagi zararli kontent, noma’lum guruhlar, yolg‘on targ‘ibot va xavfli chaqiriqlarni ajrata olish bo‘yicha profilaktik suhbatlar tashkil etilishi maqsadga muvofiqdir. O‘smir internetdagi har bir axborotni ko‘r-ko‘rona qabul qilmasdan, uning manbasi, maqsadi va mumkin bo‘lgan oqibatlarini baholashga o‘rganishi kerak.

Xulosa. o‘smirlarda refleksiv xususiyatlarni rivojlantirishning narkotahdidlarga qarshi psixologik barqarorlikni shakllantirishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega. Chunki o‘smirlik davrida shaxsning o‘zini anglash, mustaqil qaror qabul qilish, tengdoshlar ta’siriga munosabat bildirish va xatti-harakat oqibatlarini baholash jarayonlari faol shakllanadi. Shu bois mazkur davrda refleksivlikni rivojlantirish o‘smirning ichki psixologik himoyasini kuchaytiruvchi asosiy omillardan biri sifatida namoyon bo‘ladi.

Demak, o‘smirlarda refleksiv xususiyatlarni rivojlantirishning narkotahdidlarga qarshi kurashning zamonaviy, shaxsga yo‘naltirilgan va profilaktik jihatdan samarali psixologik mexanizmi sifatida baholanishi mumkin. Mazkur yondashuv o‘smirni faqat himoya qilinadigan obyekt sifatida emas, balki o‘z hayoti, sog‘lig‘i va kelajagi uchun ongli qaror qabul qila oladigan faol subyekt sifatida shakllantirishga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O‘zbekiston strategiyasi. – Toshkent: “O‘zbekiston” NMIU, 2021. – 464 b.
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “O‘zbekiston Respublikasida giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalarning noqonuniy aylanmasiga chek qo‘yish orqali ularning aholi salomatligi va mamlakatimiz genofondiga salbiy ta’sirini bartaraf etish strategik chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PF-73-son Farmoni. – 2024-yil 6-may.
3. G‘oziyev E.G‘. Ontogenez psixologiyasi. – Toshkent: “NIF MSH”, 2020. – 288 b.
4. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent: “Universitet”, 2010. – 544 b.
5. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2012. – 172 b.
6. Karimova V.M., Sunnatova R.I., Tojiboyeva R.N. Mustaqil fikrlash. – Toshkent: “Sharq”, 2000. – 111 b.
7. Nishanova Z.T., Kamilova N.G., Abdullayeva D.U., Xolnazarova M.X. Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: “O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati”, 2018. – 600 b.
8. Shoumarov G‘.B., Haydarov I.O., Sog‘inov N.A. va boshqalar. Oila psixologiyasi. G‘.B. Shoumarov tahriri ostida. – Toshkent: “Sharq”, 2010. – 296 b.
9. Vygotsky L.S. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. – Cambridge: Harvard University Press, 1978.
10. Leontiev A.N. Activity, Consciousness, and Personality. – Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1978. – 186 p.

Ashrapov Nodir Namoz o‘g‘li
Buxoro davlat universiteti
Psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi
Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

O‘SMIRLARNI TRANSMILLIY NARKOTAHDIDLAR TA’SIRIDAN HIMOYA QILISHDA PROFILAKTIK TARBIYA VA IJTIMOIY XAVFSIZLIK OMILLARINING O‘RNI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada o‘smirlarni transmilliy narkotahdidlar ta’siridan himoya qilishda profilaktik tarbiya, sog‘lom turmush madaniyati va ijtimoiy xavfsizlik omillarining ahamiyati yoritiladi. Shuningdek, oila, ta’lim muassasasi va mahalla hamkorligi orqali o‘smirlarda zararli ta’sirlarga nisbatan barqaror ijtimoiy-psixologik immunitetni shakllantirish masalalari tahlil qilinadi.*

Kalit so’zlar: *o‘smirlar, transmilliy narkotahdid, profilaktik tarbiya, ijtimoiy xavfsizlik, sog‘lom turmush, psixologik immunitet.*

Аннотация. *В статье рассматривается значение профилактического воспитания, культуры здорового образа жизни и факторов социальной безопасности в защите подростков от влияния транснациональных наркоугроз. Особое внимание уделяется формированию у подростков устойчивого социально-психологического иммунитета через сотрудничество семьи, образовательного учреждения и махалли.*

Ключевые слова: *подростки, транснациональная наркоугроза, профилактическое воспитание, социальная безопасность, здоровый образ жизни, психологический иммунитет.*

Annotation. *This article examines the role of preventive education, healthy lifestyle culture, and social security factors in protecting adolescents from the influence of transnational drug threats. Special attention is given to developing adolescents' stable socio-psychological immunity through cooperation between the family, educational institutions, and the local community.*

Key words: *adolescents, transnational drug threat, preventive education, social security, healthy lifestyle, psychological immunity.*

Mavzuning dolzarbligi. Bugungi globallashuv, axborot oqimining keskin kuchayishi, internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali turli zararli g‘oyalarning tez tarqalishi sharoitida o‘smirlarni transmilliy narkotahdidlar ta’siridan himoya qilish masalasi muhim ijtimoiy, pedagogik va psixologik muammo sifatida namoyon bo‘lmoqda. Narkotahdidlar faqat giyohvandlik vositalarining noqonuniy aylanishi bilan cheklanmay, balki yoshlar ongiga salbiy ta’sir ko‘rsatish, ularni zararli odatlarga moyil qilish, ijtimoiy muhitdan begonalashtirish, huquqbuzarlikka undash va sog‘lom turmush qadriyatlaridan uzoqlashtirish xavfini ham yuzaga keltiradi. Ayniqsa, o‘smirlik davri shaxsiy qarashlar, xulq-atvor mezonlari, mustaqil qaror qabul qilish, tengdoshlar ta’siriga berilish yoki unga qarshi tura olish qobiliyati shakllanadigan nozik bosqich hisoblanadi. Shu sababli mazkur davrda profilaktik tarbiya, ijtimoiy nazorat, psixologik qo‘llab-quvvatlash, sog‘lom turmush madaniyati va xavfsiz xulq-atvor ko‘nikmalarini shakllantirish narkotahdidlarga qarshi kurashishning eng samarali yo‘nalishlaridan biri sanaladi. O‘smirlarni bunday tahdidlardan himoya qilishda faqat huquqni muhofaza qiluvchi organlar faoliyati emas, balki oila, maktab, mahalla, tibbiyot, psixologik xizmat va jamoatchilik hamkorligiga asoslangan kompleks profilaktik tizim zarur bo‘ladi.

O‘zbekiston Respublikasida voyaga yetmaganlarni ijtimoiy xavf-xatarlardan himoya qilish, ularning huquq va manfaatlarini ta’minlash, huquqbuzarliklar hamda zararli odatlarning oldini olish bo‘yicha mustahkam huquqiy asoslar yaratilgan. Jumladan, O‘zbekiston Respublikasining 2010-yil 29-sentabrdagi O‘RQ-263-son “Voyaga yetmaganlar o‘rtasida nazoratsizlik va huquqbuzarliklarning profilaktikasi to‘g‘risida”gi Qonunida voyaga yetmaganlar o‘rtasida nazoratsizlik va huquqbuzarliklarning profilaktikasi sohasidagi munosabatlarni tartibga solish maqsadi belgilangan. Mazkur qonun o‘smirlarni ijtimoiy xavfli ta’sirlardan himoya qilish, ular bilan yakka tartibdagi profilaktik ishlarni tashkil etish, nosog‘lom muhitga tushib qolishining oldini olish va tarbiyaviy-profilaktik chora-tadbirlarni tizimli amalga oshirish zaruratini asoslaydi. Shuningdek, O‘zbekiston Respublikasining 2014-yil 14-maydagi O‘RQ-371-son “Huquqbuzarliklar profilaktikasi to‘g‘risida”gi Qonuni huquqbuzarliklarning oldini olishga qaratilgan umumiy, maxsus, yakka tartibdagi va viktimologik profilaktika mexanizmlarini belgilab beradi. Bu esa o‘smirlar orasida narkotahdidlarga qarshi immunitetni shakllantirishda ta’lim-tarbiya muassasalari, profilaktika inspektorlari, ota-onalar va jamoatchilikning o‘zaro hamkorligini kuchaytirishni dolzarb vazifa sifatida ko‘rsatadi.

Mavzuning dolzarbligi O‘zbekiston Respublikasining 1999-yil 19-avgustdagi “Giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalar to‘g‘risida”gi Qonuni bilan ham bevosita bog‘liqdir. Ushbu qonun giyohvandlik vositalari, psixotrop moddalar va prekursorlarning muomalada bo‘lishiga oid ijtimoiy munosabatlarni tartibga soladi hamda ularning noqonuniy aylanishi bilan bog‘liq xavflarni cheklashga qaratilgan huquqiy asoslarni belgilaydi. Bundan tashqari, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 6-maydagi PF-73-son Farmonida zamonaviy tahdidlardan kelib chiqib, giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalar sohasidagi qonunchilikni takomillashtirish zarurligi ko‘rsatib o‘tilgan. Bu hujjatlar narkotahdidlarning transmilliy xarakter kasb etayotganini, ularning oldini olish faqat jazolash yoki nazorat qilish bilan emas, balki erta profilaktika, sog‘lom ijtimoiy

muhit yaratish, yoshlarning axborot va huquqiy madaniyatini oshirish, zararli ta'sirlarga nisbatan ongli qarshilik ko'rsatish qobiliyatini rivojlantirish orqali amalga oshirilishi lozimligini anglatadi. Shu jihatdan o'smirlarni transmilliy narkotahdidlar ta'siridan himoya qilishda profilaktik tarbiya va ijtimoiy xavfsizlik omillarini ilmiy jihatdan o'rganish amaliy ahamiyatga ega.

Shuningdek, O'zbekiston Respublikasining 2016-yil 14-sentabrdagi O'RQ-406-son "Yoshlarga oid davlat siyosati to'g'risida"gi Qonunida yoshlarning huquqlari, erkinliklari va qonuniy manfaatlarini ta'minlash, ularni ijtimoiy, ma'naviy va jismoniy jihatdan qo'llab-quvvatlash, salbiy ta'sirlardan himoya qilishga oid vazifalar belgilangan. Mazkur qonun mazmuni o'smirlar bilan olib boriladigan profilaktik tarbiya ishlarini nafaqat nazorat chorasi, balki ularning ijtimoiy faolligi, huquqiy ongi, sog'lom turmushga intilishi, ma'naviy barqarorligi va psixologik immunitetini rivojlantirish jarayoni sifatida tashkil etish zarurligini ko'rsatadi. Transmilliy narkotahdidlar sharoitida o'smirlarning xavfsiz xulq-atvorini shakllantirish, ularni zararli axborot va nosog'lom ijtimoiy muhitdan himoya qilish, maktab, oila va mahalla hamkorligini kuchaytirish hamda profilaktik tarbiyaning zamonaviy pedagogik-psixologik usullarini ishlab chiqish bugungi kunning muhim ilmiy-amaliy vazifasidir. Shu bois ushbu mavzuni tadqiq etish o'smirlar salomatligini muhofaza qilish, huquqbuzarliklarning oldini olish, ijtimoiy xavfsizlikni mustahkamlash va sog'lom avlodni tarbiyalashga xizmat qiluvchi dolzarb yo'nalishlardan biri hisoblanadi.

Mavzu bo'yicha ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, o'smirlarni transmilliy narkotahdidlar ta'siridan himoya qilish masalasi jamoat salomatligi, ijtimoiy xavfsizlik, profilaktik tarbiya va shaxs rivojlanishi bilan uzviy bog'liq murakkab ilmiy muammo hisoblanadi. O'smirlik davri shaxsning ijtimoiylashuvi, mustaqil qaror qabul qilishi, o'zini anglash jarayoni va tengdoshlar ta'siriga munosabati kuchayadigan bosqich bo'lgani sababli, bu davrda zararli odatlar, deviant xulq-atvor va giyohvandlikka moyillik xavfi alohida e'tibor talab qiladi. Xorijiy tadqiqotchilardan E. Erikson, J. Piaget, L.S. Vygotskiy, A. Bandura, U. Bronfenbrenner, D. Baumrind, R. Jessor, M. Rutter, T. Dishion, G. Patterson kabi olimlarning izlanishlarida o'smirlarning xulq-atvori, ijtimoiy muhit ta'siri, oilaviy tarbiya, tengdoshlar guruhi, ijtimoiy nazorat, xavfli xatti-harakatlar va profilaktik ta'sir mexanizmlari chuqur yoritilgan. Mazkur qarashlar o'smirlarni narkotahdidlar ta'siridan himoya qilishda faqat taqiqlash yoki nazoratga asoslangan yondashuv yetarli emasligini, balki ularda ongli tanlov qilish, o'z xatti-harakatini baholash, zararli ta'sirlarga qarshi psixologik barqarorlik va ijtimoiy mas'uliyatni shakllantirish zarurligini ko'rsatadi.

O'zbekiston ilmiy-pedagogik va psixologik adabiyotlarida ham o'smirlar tarbiyasi, deviant xulq-atvor profilaktikasi, sog'lom turmush madaniyati, huquqiy ong, ma'naviy-axloqiy tarbiya va ijtimoiy xavfsizlik masalalari bir qator olimlar tomonidan tadqiq etilgan. Jumladan, G'.B. Shoumarov, E.G'. G'oziyev, V.M. Karimova, M.G. Davletshin, Z.T. Nishanova, N.G. Kamilova, B.R. Qodirov, R.I. Sunnatova, M. Qurbonov, O. Musurmonova, S. Nishonova, J.G'. Yo'ldoshev kabi mahalliy olimlarning ilmiy ishlarida shaxs rivojlanishi, o'smirlar psixologiyasi, oilaviy tarbiya, ijtimoiy muhit, ma'naviy tarbiya va profilaktik ta'sirning pedagogik-psixologik asoslari yoritilgan. Mazkur ilmiy qarashlar o'smirlarni narkotahdidlar ta'siridan himoya qilishda oila, maktab, mahalla, huquqni muhofaza qiluvchi organlar va psixologik xizmat hamkorligi muhimligini asoslaydi. Mavjud adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, o'smirlarni transmilliy narkotahdidlar ta'siridan himoya qilish muammosi faqat huquqiy yoki tibbiy masala emas, balki ijtimoiy-psixologik, pedagogik, ma'naviy-ma'rifiy va xavfsizlik omillarini uyg'unlashtirgan holda o'rganilishi lozim bo'lgan dolzarb ilmiy yo'nalishdir.

Yuqoridagi adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, o'smirlarni transmilliy narkotahdidlar ta'siridan himoya qilish masalasi bir yoqlama yondashuv bilan hal etiladigan oddiy profilaktik vazifa emas, balki shaxs rivojlanishi, ijtimoiy muhit, oilaviy tarbiya, tengdoshlar ta'siri, axborot maydoni va huquqiy madaniyat bilan bog'liq murakkab ijtimoiy-psixologik jarayondir. O'smirlik davrida shaxsning o'zini anglash, mustaqil qaror qabul qilish, ijtimoiy munosabatlarga kirishish va hayotiy qadriyatlarni tanlash jarayonlari faol kechadi. Shu sababli bu yoshdagi shaxsda zararli ta'sirlarga nisbatan ongli munosabat, tanqidiy fikrlash, o'zini boshqarish, sog'lom turmushga intilish va ijtimoiy mas'uliyatni shakllantirish muhim ahamiyatga ega. Demak, narkotahdidlarga qarshi kurashda faqat taqiqlash yoki nazorat choralariga tayanish yetarli emas; aksincha, o'smirning ichki psixologik

barqarorligi, ijtimoiy moslashuvi va xavfsiz xulq-atvorini rivojlantirishga qaratilgan tarbiyaviy-profilaktik tizim zarur hisoblanadi.

Ilmiy nuqtai nazardan qaralganda, profilaktik tarbiya o‘smirlarni salbiy ta’sirlardan himoya qilishda eng muhim ijtimoiy-pedagogik mexanizmlardan biri sifatida namoyon bo‘ladi. Chunki samarali profilaktika o‘smirga giyohvandlikning zararini tushuntirish bilangina cheklanmay, balki unda hayotiy ko‘nikmalar, muloqot madaniyati, stressga bardoshlilik, tengdoshlar bosimiga qarshi tura olish, sog‘lom qadriyatlarga sodiqlik va mas’uliyatli qaror qabul qilish qobiliyatini rivojlantiradi. Bu jarayonda oila, maktab, mahalla, psixologik xizmat va huquqni muhofaza qiluvchi organlarning hamkorligi profilaktik ishlarning ta’sirchanligini oshiradi. Shunday ekan, o‘smirlarni transmilliy narkotahdidlar ta’siridan himoya qilishda ijtimoiy xavfsizlik omillari va profilaktik tarbiya uyg‘unligi ularning nafaqat zararli odatlardan himoyalanishi, balki sog‘lom, ongli, ijtimoiy faol va mas’uliyatli shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiladi.

Xulosa qilib aytganda, o‘smirlarni transmilliy narkotahdidlar ta’siridan himoya qilish bugungi kunda nafaqat huquqiy yoki tibbiy masala, balki keng qamrovli ijtimoiy-psixologik va pedagogik muammo sifatida namoyon bo‘lmoqda. O‘smirlik davrida shaxsning dunyoqarashi, xulq-atvor mezonlari, mustaqil qaror qabul qilish qobiliyati va ijtimoiy muhitga munosabati faol shakllanadi. Shu bois mazkur davrda zararli ta’sirlarga qarshi barqaror immunitetni rivojlantirish, sog‘lom turmush qadriyatlarini singdirish, xavfsiz xulq-atvor ko‘nikmalarini shakllantirish va ijtimoiy mas’uliyatni kuchaytirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, transmilliy narkotahdidlarga qarshi kurashishda faqat nazorat, taqiq yoki jazolash choralariga tayanish yetarli samara bermaydi. Bunda profilaktik tarbiya, oilaviy nazorat, ta’lim muassasasi, mahalla, psixologik xizmat va huquqni muhofaza qiluvchi organlarning hamkorligi asosida kompleks yondashuvni yo‘lga qo‘yish zarur. Ayniqsa, o‘smirlarda tanqidiy fikrlash, axborotni ongli qabul qilish, tengdoshlar bosimiga qarshi tura olish, stressli vaziyatlarda o‘zini boshqarish va zararli odatlarga nisbatan salbiy munosabatni shakllantirish profilaktik ishlarning asosiy yo‘nalishlaridan biri bo‘lishi lozim.

Umuman olganda, o‘smirlarni transmilliy narkotahdidlar ta’siridan himoya qilishda profilaktik tarbiya va ijtimoiy xavfsizlik omillari o‘zaro uzviy bog‘liq holda namoyon bo‘ladi. Profilaktik tarbiya o‘smirlarning ma’naviy-axloqiy qarashlarini mustahkamlasa, ijtimoiy xavfsizlik omillari ularni salbiy muhit, noqonuniy ta’sirlar va xavfli xulq-atvor shakllaridan himoya qilishga xizmat qiladi. Shu jihatdan mazkur mavzuni ilmiy-amaliy jihatdan o‘rganish sog‘lom avlodni tarbiyalash, voyaga yetmaganlar o‘rtasida huquqbuzarlik va zararli odatlarning oldini olish hamda jamiyatda barqaror ijtimoiy muhitni ta’minlashda muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. O‘zbekiston Respublikasining “Voyaga yetmaganlar o‘rtasida nazoratsizlik va huquqbuzarliklarning profilaktikasi to‘g‘risida”gi Qonuni. O‘RQ-263-son. 2010-yil 29-sentabr. – URL: https://lex.uz/docs/-1685726

2. O‘zbekiston Respublikasining “Huquqbuzarliklar profilaktikasi to‘g‘risida”gi Qonuni. O‘RQ-371-son. 2014-yil 14-may. – URL: https://lex.uz/docs/-2387357

3. O‘zbekiston Respublikasining “Giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalar to‘g‘risida”gi Qonuni. 813-I-son. 1999-yil 19-avgust. – URL: https://lex.uz/uz/docs/-86044

4. O‘zbekiston Respublikasining “Yoshlarga oid davlat siyosati to‘g‘risida”gi Qonuni. O‘RQ-406-son. 2016-yil 14-sentabr. – URL: https://lex.uz/docs/-3026246

5. G‘oziyev E.G‘. Ontogenez psixologiyasi. – Toshkent: Noshir, 2010. – 360 b.

6. Shoumarov G‘.B. Oila psixologiyasi. – Toshkent: Sharq, 2008. – 296 b.

7. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2012. – 172 b.

8. Nishanova Z.T., Kamilova N.G‘. Deviant xulq-atvor psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2016. – 224 b.

Zhang Meimei
PhD Candidate, Bukhara State University
Bukhara, Uzbekistan
meimeizhang658@gmail.com

DIGITAL QUALITY ASSURANCE IN HIGHER EDUCATION AND ITS ROLE IN STUDENT MENTAL HEALTH, CAMPUS SAFETY AND DRUG-RELATED RISK PREVENTION: A COMPARATIVE STUDY OF CHINA AND UZBEKISTAN

Annotatsiya. *Ushbu tadqiqotda Xitoy va O‘zbekiston oliy ta’lim muassasalaridagi raqamli sifat kafolati (QA) tizimlari, ularning talabalar ruhiy salomatligini monitoring qilish va oliygoh xavfsizligini boshqarishdagi o‘rni o‘rganiladi. Raqamli platformalarni ta’lim amaliyoti bilan integratsiyalash orqali universitetlar xavfli xatti-harakatlarni erta aniqlash va maqsadli choralar ko‘rish imkoniyatiga ega bo‘lmoqda. Natijalar shuni ko‘rsatadiki, raqamli QA mexanizmlari psixologik salomatlikni tekshirish, noodatiy xatti-harakatlar haqida erta ogohlantirish, talabalar shaharchasi xavfsizligini boshqarish hamda talabalar o‘rtasida narkotahdidlarning oldini olishda yuqori samaradorlik namoyish etadi.*

Kalit so‘zlar: *raqamli transformatsiya; sifat kafolati; oliy ta’lim; talabalar ruhiy salomatligi; kampus xavfsizligi; narkotahdidlarning oldini olish; Xitoy; O‘zbekiston.*

Аннотация. *В данном исследовании рассматриваются системы цифрового обеспечения качества (QA) в высших учебных заведениях Китая и Узбекистана, с акцентом на их применение в мониторинге психического здоровья студентов и управлении безопасностью кампуса. Интегрируя цифровые платформы с образовательной практикой, университеты получают возможность на ранней стадии выявлять рискованное поведение и принимать целевые меры вмешательства.Результаты показывают, что цифровые механизмы QA демонстрируют измеримую эффективность в скрининге психологического здоровья, раннем предупреждении аномального поведения, управлении безопасностью кампуса и профилактике наркорисков среди студентов.*

Ключевые слова: *цифровая трансформация; обеспечение качества; высшее образование; психическое здоровье студентов; безопасность кампуса; профилактика наркоугроз; Китай; Узбекистан.*

Annotation. *This study examines digital quality assurance (QA) systems in higher education institutions in China and Uzbekistan, focusing on their application in student mental health monitoring and campus safety management. By integrating digital platforms with educational practice, universities are better positioned to detect risk behaviors early and implement targeted interventions. Findings indicate that digital QA mechanisms demonstrate measurable effectiveness in psychological health screening, anomalous behavior early warning, campus security governance, and the prevention of drug-related risks among students.*

Key words: *digital transformation; quality assurance; higher education; student well-being; campus safety; drug-threat prevention; risk prevention; China; Uzbekistan.*

I. Introduction. Global higher education is undergoing a profound digital transformation driven by information technology. In this process, university governance is gradually shifting from traditional experience-driven models to data-driven approaches. Quality Assurance (QA) mechanisms - the core instrument for maintaining and improving university standards - have expanded beyond academic curriculum evaluation to encompass student well-being, mental health, and campus safety environments [1][2][9].

Both China and Uzbekistan are advancing education digitalization at the national level. China has launched the "Education Digital Transformation Strategic Action" to promote smart campus construction and big data governance platforms. In Uzbekistan, guided by the "Concept for the Development of the Higher Education System until 2030" and related presidential decrees, the HEMIS (Higher Education Management Information System) has been deployed across universities,

enabling unified management of student attendance, academic progress, and psychological assessments [3][8].

Against this backdrop, analyzing how universities in China and Uzbekistan leverage digital QA mechanisms to strengthen student mental health and campus safety management holds both theoretical value and practical significance [4][5][9].

II. Research Methodology and Theoretical Framework

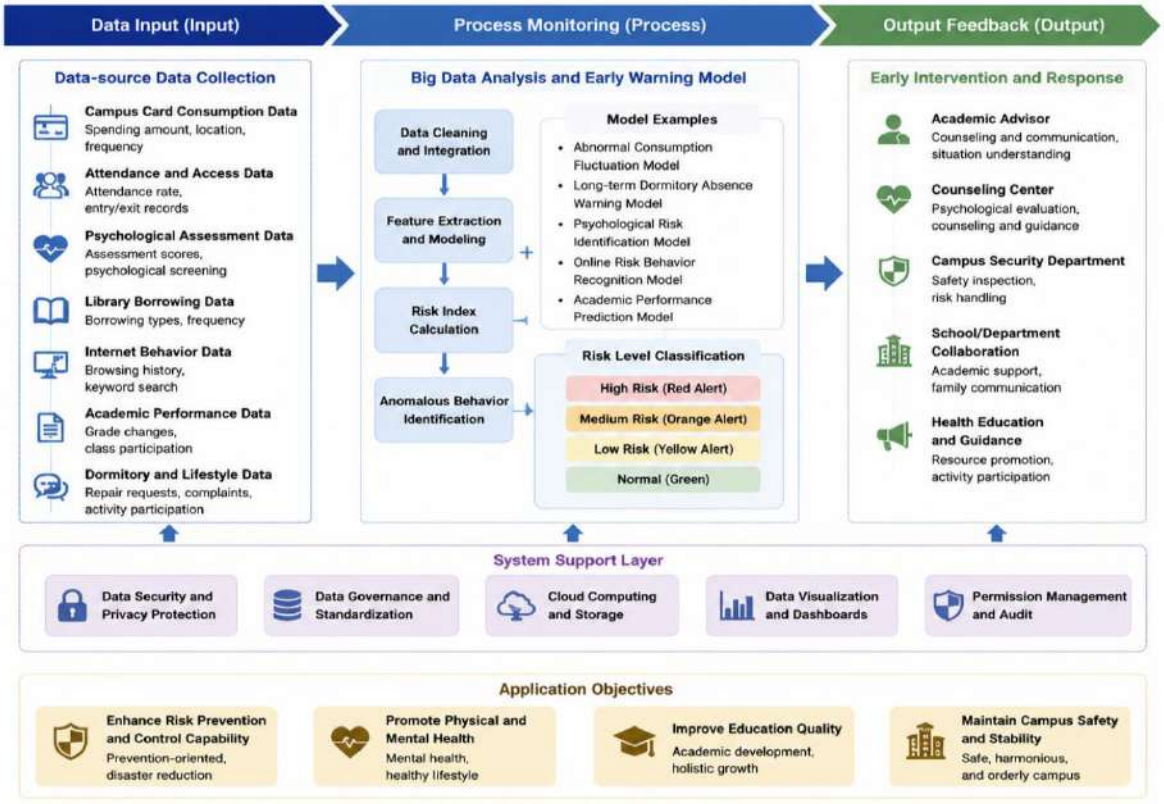
The theoretical framework is grounded in preventive governance and quality assurance theory. Traditional management is largely reactive, whereas digital QA aims to construct a closed-loop "Input-Process-Output" monitoring system[2]. Traditional management is largely reactive, whereas digital QA aims to construct a closed-loop "Input-Process-Output" monitoring system.

Input: Student attendance, classroom participation, network behavior, campus card consumption, library borrowing records, and mental health assessment data (anxiety, depression, stress indices) [4][6].

Process: Big data analytics and indicator models provide real-time alerts for anomalous behavior. Systems automatically flag patterns such as sustained absence, abnormal consumption, or deteriorating academic performance [6][10].

Output: Notifications to counselors, psychological counseling centers, or campus security departments; individualized interventions or safety measures for high-risk students.

[Figure 1. Digital Quality Assurance Closed-Loop Diagram - Input-Process-Output flow with departmental responsibilities]



Note: This diagram illustrates a digital quality assurance framework in higher education, integrating multi-source student data for early warning and intervention.

III. Results and Case Analysis

1. Mental Health Monitoring

China: Smart campus platforms at Chinese universities conduct systematic annual psychological assessments for incoming students. Research on Chinese university students' mental health status indicates that the prevalence of depression and anxiety among undergraduates represents a growing public health concern, with universities increasingly adopting digital screening tools to identify and support at-risk populations [4][5].

Uzbekistan: The HEMIS platform supports universities in tracking student academic and attendance data, enabling early identification of students who may require psychological or academic support. The system's centralized data architecture facilitates data-driven decision-making and enhances transparency in university management [3][8].

2. Anomalous Behavior Early Warning

Chinese universities have developed big data-based academic early warning models that integrate learning, lifestyle, and behavioral data to identify students at academic risk, enabling teachers and student managers to intervene proactively and improve educational quality [6][10]. Campus network monitoring systems further detect anomalous online activity patterns in real time, allowing institutions to identify harmful online information, online-induced risk behaviors, and potential drug-related threats in the campus environment [9].

In Uzbekistan, HEMIS tracks attendance and academic anomalies across enrolled students, and universities adopt counseling and home-school coordination measures to mitigate identified risks [3][8].

3. Campus Safety Management

Deep learning-based behavior recognition systems represent an emerging frontier in campus safety management, enabling real-time detection of anomalous behaviors and rapid alert generation for campus security personnel [7]. Chinese smart campus systems additionally integrate security surveillance and access control data to intercept harmful information and prevent drug-related incidents.

Uzbekistani universities use digital infrastructure to monitor network access and conduct psychological risk assessments, establishing reporting mechanisms that reduce campus security incidents [3][8].

IV. Analysis and Discussion

Digital QA practices in Chinese and Uzbekistani universities demonstrate that combining digital tools with educational practice generates synergistic effects. Chinese universities benefit from mature hardware platforms and deep big data algorithm applications, while Uzbekistani systems feature high standardization and well-regulated management processes.

Challenges include: balancing cross-departmental data sharing with student privacy protection; extending systems to encompass psychological-behavioral prediction and campus security situational awareness; and ensuring equitable digital access across institutions of varying resource levels.

Policy Recommendations: Establish cross-departmental data sharing and privacy protection frameworks; enhance risk prediction models especially for online-induced and drug-related risks; and promote bilateral digital governance exchanges within the Belt and Road cooperation framework.

V. Conclusion

Digital transformation has profoundly empowered higher education quality assurance, enabling more effective management of student mental health and campus safety. Key recommendations include: deepening system integration by incorporating mental health and safety modules into HEMIS and smart campus platforms; strengthening early intervention through big data-driven risk behavior prediction; and promoting transnational experience exchange between Chinese and Uzbekistan universities to jointly explore new quality assurance paradigms suited to digital-era governance.

References.

1. Altbach, P. G., Reisberg, L., & Rumbley, L. E. (2009). Trends in Global Higher Education: Tracking an Academic Revolution. Paris: UNESCO.

2. Harvey, L., & Newton, J. (2004). Transforming quality evaluation. Quality in Higher Education, 10(2), 149–165.

3. HEMIS. (2024). Higher Education Management Information System official portal. Retrieved from https://hemis.uz

4. Lai, A. Y.-K., & Yeung, W.-F. (2022). Editorial: Mental health of higher education students. Frontiers in Psychiatry, 13, 1089877. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.1089877

5. Li, X., Luo, X., Cox, A., Zhang, Y., & Lu, Y. (2023). The mental health information needs of Chinese university students and their use of online resources: a holistic model. Journal of Documentation, 79(2), 442–467. https://doi.org/10.1108/JD-12-2021-0249

6. Liu, J. (2020). Research on early warning system of college students' behavior based on big data environment. The International Archives of the Photogrammetry, Remote Sensing and Spatial Information Sciences, XLII-3/W10, 659–663. https://doi.org/10.5194/isprs-archives-XLII-3-W10-659-2020

7. Liu, L. (2025). Application of deep learning in behavior recognition and early warning system for campus safety management. PLOS ONE, 20(11), e0335040. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0335040

8. Ministry of Higher Education of Uzbekistan. (2022). Higher Education System Development Concept until 2030 and HEMIS Implementation Overview. Tashkent: MHEI.

9. UNESCO. (2022). Global Education Monitoring Report 2022: Technology in Education - A Tool on Whose Terms? Paris: UNESCO Publishing.

10. Wang, K. (2023). Academic early warning model for students based on big data analysis. International Journal of Emerging Technologies in Learning, 18(12), 4–17. https://doi.org/10.3991/ijet.v18i12.41087

Yangiboyeva Dilnoza Abdurasul qizi
Buxoro xalqaro universitetini mustaqil tadqiqotchisi

HAVASKOR SPORTCHILARDA IRODAVIY SIFATLARNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK JIHATLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada sport faoliyatida irodaviy o‘zini boshqarishning psixologik asoslari ilmiy jihatdan tahlil qilinadi. Irodaviy o‘zini boshqarish sportchining maqsadga yo‘naltirilgan xatti-harakatlarini nazorat qilish, emotsional holatini tartibga solish va murakkab vaziyatlarda barqaror qaror qabul qilish qobiliyatini ifodalaydi. Tadqiqotlarda aniqlanishicha, irodaviy sifatlar sport natijadorligining muhim psixologik omillaridan biri bo‘lib, u stressga chidamlilik va motivatsiya bilan uzviy bog‘liqdir. Maqolada o‘zini boshqarishning kognitiv, emotsional va xulqiy mexanizmlari yoritiladi. Shuningdek, maqsad qo‘yish, o‘zini nazorat qilish, ichki motivatsiya va irodaviy chidamlilik kabi omillar tahlil qilinadi. Sport faoliyatida irodaviy o‘zini boshqarishning yetarli darajada shakllanmaganligi ko‘pincha muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish va barqaror natija yo‘qligiga olib kelishi aniqlanadi. Natijalarga ko‘ra, psixologik treninglar, o‘zini motivatsiya qilish usullari va stressni boshqarish texnikalari irodaviy sifatlarni rivojlantirishda samarali vosita hisoblanadi.*

Kalit so‘zlar: *irodaviy o‘zini boshqarish, sport psixologiyasi, motivatsiya, stress, emotsional nazorat, irodaviy sifatlar, psixologik barqarorlik.*

Аннотация. *В данной статье рассматриваются психологические основы волевой саморегуляции в спортивной деятельности. Волевая саморегуляция представляет собой способность спортсмена контролировать свои действия, регулировать эмоциональное состояние и принимать устойчивые решения в сложных ситуациях. Исследования показывают, что волевые качества являются одним из ключевых факторов спортивной результативности и тесно связаны со стрессоустойчивостью и мотивацией. В статье анализируются когнитивные, эмоциональные и поведенческие механизмы саморегуляции. Особое внимание уделяется таким аспектам, как постановка целей, самоконтроль, внутренняя мотивация и волевая устойчивость. Отмечается, что недостаточное развитие волевой саморегуляции у спортсменов часто приводит к снижению результатов и страху неудачи. Результаты исследования показывают, что психологические тренинги, методы самовнушения и техники управления стрессом являются эффективными средствами развития волевых качеств в спорте.*

Ключевые слова: *волевая саморегуляция, спортивная психология, мотивация, стресс, эмоциональный контроль, волевые качества, психологическая устойчивость.*

Annotation. *This article examines the psychological foundations of volitional self-regulation in sports activities. Volitional self-regulation refers to an athlete's ability to control behavior, regulate emotional states, and make stable decisions in challenging situations. Research shows that volitional qualities are one of the key factors influencing sports performance and are closely related to motivation and stress resilience. The article analyzes cognitive, emotional, and behavioral mechanisms of self-regulation. Particular attention is given to goal setting, self-control, intrinsic motivation, and volitional endurance. It is noted that insufficient development of volitional self-regulation often leads to fear of failure and inconsistent performance in athletes. The findings indicate that psychological training, self-motivation techniques, and stress management strategies are effective tools for developing volitional qualities in sports.*

Key words: *volitional self-regulation, sport psychology, motivation, stress, emotional control, volitional traits, psychological resilience.*

Kirish. Sport faoliyatida irodaviy o‘zini boshqarishning psixologik asoslari zamonaviy sport psixologiyasining eng muhim va amaliy jihatdan dolzarb yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Irodaviy o‘zini boshqarish sportchining o‘z xulq-atvorini ongli ravishda tartibga solishi, maqsad sari yo‘naltirilgan harakatlarni davom ettirishi hamda emotsional va jismoniy zo‘riqish sharoitida barqarorlikni saqlab qolish qobiliyatini ifodalaydi. Xalqaro sport psixologiyasi tadqiqotlariga ko‘ra, yuqori darajadagi irodaviy sifatlar sport natijadorligining 25–35% gacha bo‘lgan qismini belgilovchi muhim omillardan biri sifatida qayd etiladi.

Zamonaviy ilmiy yondashuvlarda (Baumeister & Tierney, 2011; Weinberg & Gould, 2019) irodaviy o‘zini boshqarish “self-regulation” konsepsiyasi bilan bog‘liq holda o‘rganilib, u shaxsning uzoq muddatli maqsadlariga erishish uchun qisqa muddatli istak va to‘siqlarni boshqarish qobiliyati sifatida izohlanadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, irodaviy nazorati yuqori bo‘lgan sportchilar mashg‘ulot jarayonida intizomni saqlash, musobaqa paytida stressni boshqarish va yuqori natija ko‘rsatishda sezilarli ustunlikka ega bo‘ladi.

Statistik ma’lumotlarga ko‘ra, sport psixologiyasi tadqiqotlarida ishtirok etgan sportchilarning 60% dan ortig‘i muvaffaqiyatga erishishda jismoniy tayyorgarlik bilan bir qatorda irodaviy sifatlar hal qiluvchi rol o‘ynashini ta’kidlagan. Ayniqsa, individual sport turlarida (yengil atletika, boks, gimnastika) irodaviy o‘zini boshqarish darajasi jamoaviy sport turlariga nisbatan yanada muhimroq hisoblanadi.

Yerkes–Dodson qonuniga muvofiq, optimal psixologik qo‘zg‘alish darajasi sport natijasiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi, biroq haddan tashqari stress yoki irodaviy nazoratning susayishi natijaviy samaradorlikni keskin pasaytiradi. Shu sababli sport psixologiyasida irodaviy o‘zini boshqarish sportchining emotsional barqarorligi va muvaffaqiyatini ta’minlovchi asosiy mexanizmlardan biri sifatida qaraladi.

O‘zbekiston Respublikasida sportni rivojlantirish, yoshlarni professional va havaskor sportga jalb etish bo‘yicha keng ko‘lamli islohotlar amalga oshirilmoqda. Biroq amaliy kuzatuvlar shuni ko‘rsatadiki, ko‘plab sportchilarda irodaviy sifatlar yetarli darajada shakllanmaganligi sababli mashg‘ulotlarni muntazam davom ettirish, musobaqa jarayonida o‘zini boshqarish va stressga chidamlilik muammolari uchrab turadi.

Shu sababli sport faoliyatida irodaviy o‘zini boshqarishning psixologik asoslarini o‘rganish nafaqat sport natijadorligini oshirish, balki sportchilarning shaxsiy rivojlanishi, emotsional barqarorligi va uzoq muddatli professional muvaffaqiyatini ta’minlashda ham muhim ahamiyatga ega. Ushbu yo‘nalish zamonaviy sport psixologiyasining nazariy va amaliy jihatdan eng dolzarb masalalaridan biri bo‘lib qolmoqda.

Adabiyotlar tahlili. Sport faoliyatida irodaviy o‘zini boshqarishning psixologik asoslari masalasi sport psixologiyasida keng o‘rganilgan va ko‘plab xorijiy hamda rus olimlarining ilmiy izlanishlarida muhim o‘rin egallaydi. Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, irodaviy o‘zini

boshqarish sportchining maqsadga yo‘naltirilgan faoliyatini davom ettirish, emotsional holatini tartibga solish va murakkab sharoitlarda barqaror qaror qabul qilish qobiliyati sifatida talqin qilinadi.

Xorijiy olimlar orasida R. Baumeister va K. Tierney tomonidan ishlab chiqilgan “self-control strength model” irodaviy o‘zini boshqarishni cheklangan psixologik resurs sifatida izohlaydi. Ularning fikricha, irodaviy kuch vaqtinchalik charchashi mumkin bo‘lgan resurs bo‘lib, muntazam mashq va o‘zini boshqarish strategiyalari orqali rivojlantiriladi. Ushbu yondashuv sportchilarda irodaviy chidamlilikni oshirishda trening va o‘zini nazorat qilish muhimligini ko‘rsatadi.

R. Weinberg va D. Gould o‘z ishlarida sport psixologiyasida irodaviy o‘zini boshqarishni motivatsiya, diqqatni jamlash va stressni boshqarish bilan uzviy bog‘liq jarayon sifatida ko‘rsatadilar. Ularning tadqiqotlariga ko‘ra, yuqori darajadagi o‘zini boshqarish qobiliyatiga ega sportchilar musobaqa paytida tashqi bosimlarga kamroq beriladi va barqaror natija ko‘rsatadi.

A. Bandura tomonidan ilgari surilgan ijtimoiy-kognitiv nazariya ham irodaviy o‘zini boshqarishning nazariy asoslaridan biri hisoblanadi. Uning self-regulation konsepsiyasiga ko‘ra, shaxs o‘z xatti-harakatlarini maqsadlar, o‘zini kuzatish va o‘zini baholash orqali boshqaradi. Bu jarayon sportchilarda intizom va uzoq muddatli maqsadlarga sodiqlikni shakllantiradi.

J. Grossning emotsional regulyatsiya modeli ham irodaviy o‘zini boshqarishni tushuntirishda muhim ahamiyatga ega bo‘lib, u emotsiyalarni boshqarishning kognitiv qayta baholash strategiyasi sport samaradorligini oshirishini ta’kidlaydi. Bu model sportchilarda salbiy emotsiyalarni kamaytirish va barqaror psixologik holatni saqlashga xizmat qiladi.

Rus olimlari orasida E. P. Ilin irodaviy sifatlarni shaxsning nerv tizimi xususiyatlari, temperament va motivatsion soha bilan bog‘lab o‘rganadi. Unga ko‘ra, irodaviy o‘zini boshqarish tug‘ma xususiyat emas, balki ijtimoiy tajriba va mashg‘ulotlar jarayonida shakllanadigan psixologik sifatdir.

A. V. Rodionov sportchilarda irodaviy sifatlarni rivojlantirishda psixologik tayyorgarlik, autogen trening va ideomotor mashqlar muhim rol o‘ynashini ta’kidlaydi. U irodaviy o‘zini boshqarishni sport natijadorligining ajralmas qismi sifatida ko‘rib, uni tizimli ravishda rivojlantirish zarurligini asoslaydi.

G. D. Gorbunov esa murabbiy va sportchi o‘rtasidagi psixologik aloqa irodaviy sifatlarning shakllanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanini qayd etadi. Uning fikricha, ijobiy ijtimoiy muhit va qo‘llab-quvvatlovchi murabbiylik sportchining o‘zini boshqarish qobiliyatini sezilarli darajada kuchaytiradi.

V. N. Platonov sport tayyorgarligi tizimida irodaviy o‘zini boshqarishni jismoniy, texnik va taktik tayyorgarlik bilan birgalikda kompleks komponent sifatida ko‘rib chiqadi. Uning yondashuviga ko‘ra, yuqori natijalarga erishish faqat irodaviy barqarorlik mavjud bo‘lgan sharoitdagina mumkin.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, irodaviy o‘zini boshqarish murakkab psixologik tizim bo‘lib, u kognitiv, emotsional va ijtimoiy omillar integratsiyasi natijasida shakllanadi. Xorijiy va rus olimlarining tadqiqotlari bu jarayonning sport faoliyatidagi hal qiluvchi ahamiyatini tasdiqlab, uni rivojlantirish sportchilarning barqaror natijadorligi va psixologik mustahkamligini ta’minlashda muhim ekanini ko‘rsatadi.

Muhokama. Sport faoliyatida irodaviy o‘zini boshqarishning psixologik asoslari bo‘yicha o‘tkazilgan tahlil natijalari shuni ko‘rsatadiki, irodaviy sifatlar sportchining umumiy sport natijadorligini belgilovchi eng muhim ichki psixologik omillardan biri hisoblanadi. Olingan ma’lumotlar asosida aytish mumkinki, irodaviy o‘zini boshqarish sportchining nafaqat jismoniy harakatlarini, balki emotsional holatini, diqqatni jamlash qobiliyatini va murakkab vaziyatlarda qaror qabul qilish jarayonini ham boshqaruvchi asosiy mexanizm sifatida namoyon bo‘ladi.

Tahlil jarayonida aniqlanishicha, yuqori darajadagi irodaviy nazoratga ega sportchilar musobaqa jarayonida tashqi bosim, stress va kutilmagan vaziyatlarga nisbatan ancha barqaror bo‘ladi. Ular o‘z maqsadidan chalg‘imasdan, uzoq muddatli strategik reja asosida harakat qilish qobiliyatiga ega bo‘ladi. Aksincha, irodaviy o‘zini boshqarish darajasi past bo‘lgan sportchilarda tez charchash, motivatsiyaning pasayishi va emotsional beqarorlik holatlari ko‘proq kuzatiladi.

Muhokama jarayonida Bandura va Gross nazariyalariga asoslanib shuni ta’kidlash mumkinki, irodaviy o‘zini boshqarish kognitiv va emotsional jarayonlarning uyg‘unligi natijasida shakllanadi.

Sportchi o‘z xatti-harakatlarini maqsad bilan muvofiqlashtira olsa, u o‘zini boshqarish qobiliyatini mustahkamlaydi. Shu bilan birga, emotsional regulyatsiya strategiyalaridan samarali foydalanish sportchining stressga chidamliligini oshiradi.

Shuningdek, ijtimoiy omillar ham irodaviy o‘zini boshqarish jarayonida muhim rol o‘ynaydi. Murabbiy tomonidan beriladigan to‘g‘ri yo‘nalish, jamoaviy qo‘llab-quvvatlash va ijobiy sport muhiti sportchining ichki irodaviy resurslarini faollashtiradi. Salbiy muhit esa aksincha, irodaviy zaiflik va ishonchsizlikni kuchaytirishi mumkin.

O‘zbekiston sport amaliyotida ham irodaviy sifatlarning yetarli darajada shakllanmaganligi ayrim sportchilarning musobaqa jarayonida o‘z imkoniyatlarini to‘liq namoyon eta olmasligiga sabab bo‘layotgani kuzatiladi. Bu holat psixologik tayyorgarlik jarayonida irodaviy o‘zini boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish zarurligini ko‘rsatadi.

Vizualizatsiya, autogen trening, maqsad qo‘yish va o‘zini nazorat qilish mashqlari irodaviy sifatlarni rivojlantirishda samarali usullar sifatida namoyon bo‘ladi. Ushbu metodlar sportchiga ichki intizomni shakllantirish, qiyinchiliklarga bardosh berish va uzoq muddatli maqsadga sodiq qolish imkonini beradi.

Umuman olganda, o‘tkazilgan tahlil natijalari irodaviy o‘zini boshqarish sport faoliyatining ajralmas psixologik komponenti ekanligini tasdiqlaydi. Bu jarayon sportchining nafaqat sport natijalariga, balki uning shaxsiy rivojlanishi, emotsional barqarorligi va professional muvaffaqiyatiga ham bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli sport psixologiyasi amaliyotida irodaviy o‘zini boshqarishni rivojlantirishga qaratilgan tizimli yondashuvlarni joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa. Sport faoliyatida irodaviy o‘zini boshqarishning psixologik asoslarini o‘rganish natijalari shuni ko‘rsatadiki, irodaviy sifatlar sportchining umumiy sport muvaffaqiyatini belgilovchi eng muhim ichki psixologik mexanizmlardan biri hisoblanadi. Irodaviy o‘zini boshqarish sportchiga o‘z xatti-harakatlarini ongli ravishda tartibga solish, emotsional holatini nazorat qilish va murakkab sharoitlarda maqsadga yo‘naltirilgan faoliyatni davom ettirish imkonini beradi.

Tadqiqot davomida aniqlangan asosiy xulosalardan biri shundan iboratki, irodaviy o‘zini boshqarish darajasi yuqori bo‘lgan sportchilar stressli vaziyatlarda barqarorlikni saqlab qoladi, o‘z motivatsiyasini yo‘qotmaydi va musobaqa jarayonida optimal natija ko‘rsatadi. Aksincha, irodaviy nazorat yetarli darajada shakllanmagan sportchilarda tez charchash, ishonchsizlik va emotsional beqarorlik holatlari ko‘proq kuzatiladi.

Shuningdek, irodaviy sifatlar tug‘ma emas, balki maqsadli psixologik tayyorgarlik jarayonida shakllanadigan xususiyat ekanligi aniqlandi. Vizualizatsiya, autogen trening, o‘zini motivatsiya qilish, maqsad qo‘yish va stressni boshqarish kabi usullar irodaviy o‘zini boshqarishni rivojlantirishda samarali vosita sifatida namoyon bo‘ladi.

O‘zbekiston sport amaliyoti tajribasi ham shuni ko‘rsatadiki, sportchilarning jismoniy va texnik tayyorgarligi yuqori bo‘lishiga qaramay, irodaviy sifatlar yetarli darajada rivojlanmagan hollarda ular musobaqalarda o‘z imkoniyatlarini to‘liq namoyon eta olmaydi. Bu esa psixologik tayyorgarlikning, xususan irodaviy o‘zini boshqarishni rivojlantirishning dolzarbligini yanada oshiradi.

Umuman olganda, irodaviy o‘zini boshqarish sportchining nafaqat sportdagi natijalariga, balki uning shaxsiy rivojlanishi, emotsional barqarorligi va hayotiy maqsadlariga erishishida ham hal qiluvchi ahamiyatga ega. Shu sababli sport psixologiyasi amaliyotida irodaviy sifatlarni rivojlantirishga qaratilgan kompleks va tizimli yondashuvlarni keng joriy etish zarur hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Baumeister R. F., Tierney J.Willpower: Rediscovering the Greatest Human Strength. – New York: Penguin Press, 2011. – 336 p.
2. Bandura A.Self-Efficacy: The Exercise of Control. – New York: Freeman, 1997. – 604 p.
3. Weinberg R. S., Gould D.Foundations of Sport and Exercise Psychology. – Champaign: Human Kinetics, 2019. – 624 p.
4. Gross J. J.Handbook of Emotion Regulation. – New York: Guilford Press, 2015. – 720 p.

5. Lazarus R. S.Emotion and Adaptation. – New York: Oxford University Press, 1991. – 557 p.
6. Cox R. H.Sport Psychology: Concepts and Applications. – New York: McGraw-Hill, 2012. – 480 p.
7. Hardy L., Jones G., Gould D.Understanding Psychological Preparation for Sport. – Chichester: Wiley, 1996. – 288 p.
8. Hanin Y. L.Emotions in Sport. – Champaign: Human Kinetics, 2000. – 352 p.
9. Vealey R. S.Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation. // Journal of Sport and Exercise Psychology. – 1986. – Vol. 8(3). – P. 221–246.

Tajibayev Shohruh Maqsudovich
Buxoro davlat universiteti
psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

TURIZM SOHASIDA YOSHLAR BILAN ISHLASHDA GIDLARNING PROFILAKTIK KOMMUNIKATIV FAOLIYATI

Abstract. *This article analyzes the psychological aspects of guides' preventive communicative activities in the process of working with young people in the tourism sector. It substantiates the importance of guides' communicative competence as a key factor in fostering positive values among youth, promoting a healthy lifestyle, and preventing negative social influences. The article also highlights the significance of psychological mechanisms of preventive influence, including persuasion, emotional impact, and identification processes.*

Key words: *guide, communicative competence, preventive activity, youth, tourism, psychological immunity, communication, education, patriotism, social responsibility.*

Annotatsiya. *Mazkur maqolada turizm sohasida yoshlar bilan ishlash jarayonida gidlarning profilaktik-kommunikativ faoliyatining psixologik jihatlari tahlil qilingan. Gidlarning kommunikativ kompetentligi yoshlarda ijobiy qadriyatlar tizimini shakllantirish, sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish hamda salbiy ijtimoiy ta’sirlarning oldini olishda muhim omil sifatida asoslangan. Maqolada profilaktik ta’sirning psixologik mexanizmlari, jumladan ishontirish, emosional ta’sir va identifikatsiya jarayonlarining ahamiyati yoritilgan.*

Kalit so‘zlar: *gid, kommunikativ kompetentlik, profilaktik faoliyat, yoshlar, turizm, psixologik immunitet, muloqot, tarbiya, vatanparvarlik, ijtimoiy mas’uliyat.*

Zamonaviy jamiyatda kechayotgan globallashuv jarayonlari, ma’lumot oqimining keskin ortishi hamda ijtimoiy munosabatlardagi keskin o‘zgarishlar yoshlar tarbiyasiga yangicha yondashuvlarni talab qilmoqda. Xususan, yoshlarni turli salbiy ta’sirlar: giyohvandlik, axloqiy inqiroz, ekstremistik g‘oyalar va boshqa deviant xulq-atvor ko‘rinishlaridan himoya qilish insoniyat oldida turgan eng muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Bu vazifalarni amalga oshirishda ta’lim muassasalari, oila va jamoat tashkilotlari bilan bir qatorda turizm sohasi mutaxasislari ham katta tarbiyaviy imkoniyatlarga ega. So‘nggi yillarda turizm faqat iqtisodiy tarmoq sifatida emas, balki shaxsni ijtimoiylashtirish, milliy qadriyatlarni targ‘ib qilish va yoshlar ma’naviyatini yuksaltirishning muhim vositasi sifatida ham namoyon bo‘lmoqda. Turistik sayohatlar jarayonida yoshlar yangi ijtimoiy muhitga kirib boradi, tarixiy va madaniy meros bilan tanishadi, turli millat vakillari bilan muloqot qiladi hamda hayotiy tajribasini boyitadi. Bunday sharoitda gid shaxsi va uning kommunikativ faoliyati yoshlarni ma’naviy tarbiyalashda muhim rol o‘ynaydi. Gid turistik xizmat ko‘rsatish jarayonida turistlar bilan bevosita muloqot olib boruvchi, ularning diqqatini boshqaruvchi, ma’lumot yetkazuvchi va muayyan darajada tarbiyaviy ta’sir ko‘rsatuvchi mutaxassis ham hisoblanadi. Ayniqsa, yoshlar guruhlari bilan ishlashda gidning kommunikativ mahorati, psixologik bilimlari va profilaktik faoliyati muhim ahamiyatga ega. Chunki yoshlar bilan muloqot jarayonida nafaqat tarixiy yoki madaniy ma’lumotlar yetkaziladi, balki ularda milliy o‘zlikni anglash, vatanparvarlik, bag‘rikenglik, eksak ma’naviyat, ahloqiy kamolot, sog‘lom turmush tarzi va ijtimoiy

mas'uliyat kabi sifatlar ham shakllantiriladi [1]. Gidlarning kommunikativ kompetentligi profilaktik vazifalarni amalga oshirishning muhim sharti hisoblanadi. Yoshlar bilan ishlash jarayonida profilaktik kommunikativ faoliyat deganda, shaxsdagi xususan yeshlardagi salbiy xulq-atvorning oldini olish, ijtimoiy foydali qadriyatlarni qaror toptirish, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish va ijtimoiy faollikni rivojlantirishga qaratilgan muloqot jarayonlari tushuniladi. Turistik muhitda bunday ta'sir tabiiy va samarali kechadi. Chunki sayohat jarayonida ishtirokchilar kundalik hayotdan ma'lum darajada uzoqlashadi, yangi taassurotlarga ochiq bo'ladi va qabul qilinayotgan axborotning psixologik ta'siri kuchayadi.

Profilaktik ishlarning asosiy maqsadi insonda ijtimoiy maqbul xulq-atvorni shakllantirish, uni turli xavf omillari ta'siridan muhofaza qilish va barqaror hayotiy pozisiyani qaror toptirishdan iborat. Ayniqsa, yoshlar bilan ishlash jarayonida profilaktik yondashuv muhim ahamiyat kasb etadi, chunki aynan mazkur yosh davrida shaxsning dunyoqarashi, qadriyatlar tizimi va ijtimoiy munosabatlarga bo'lgan qarashlari shakllanadi.

Psixologik adabiyotlarda ta'kidlanishicha yoshlik davri inson hayotining eng murakkab va ayni vaqtda eng sermahsul bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda shaxsning mustaqillikka intilishi kuchayadi, o'zini anglash jarayonlari faollashadi va ijtimoiy muhit ta'siriga nisbatan sezgirlik ham yuqori darajada oshadi. Shu bilan birga, tashqi ta'sirlarga beriluvchanlik ham kuchayib boradi. Natijada yoshlarning ijobiy, ijtimoiy sifatlarni qabul qiish bilan bir qatorda salbiy axborotlar, zararli odatlar va deviant xulq-atvor ta'siriga ham tushib qolish ehtimoli ham kuchayadi. A. Maslouning ehtiyojlar nazariyasiga ko'ra, insonning ijtimoiy ehtiyojlari, xususan, muloqot qilish, jamoaga mansublikni his etish va o'zini namoyon qilish ehtiyojlari yoshlik davrida qondirilmasa, ular salbiy odatlar ta'siriga tushib qolishi ehtimoli ortib boradi [3]. Shu bois, profilaktik faoliyat yoshlarning ijtimoiy ehtiyojlarini ularga mos faoliyat orqali qondirishga xizmat qilishi lozim.

Profilaktikaning psixologik mazmuni shaxsda turli xavf omillariga nisbatan barqarorlikni shakllantirishdan iborat. Ilmiy adabiyotlarda mazkur holat "psixologik immunitet" tushunchasi orqali ifodalanadi. Psixologik immunitet insonning tashqi salbiy ta'sirlarga qarshi tura olishi, mustaqil qaror qabul qilishi va o'z xulqini boshqara olish qobiliyatini anglatadi. Yoshlarda psixologik immunitetni rivojlantirish profilaktik ishlarning muhim vazifalaridan hisoblanadi. Bugungi raqamli muhit sharoitida yoshlar hayotiga ta'sir ko'rsatayotgan omillar sifatida internet tarmoqlari, ommaviy axborot vositalari va turli ijtimoiy platformalar muhim o'rinni egallamoqda. Mazkur vositalar orqali keng tarqatilayotgan axborotlar yoshlar ongiga turlicha ta'sir ko'rsatmoqda. Shu sababli profilaktik ishlarda tanqidiy fikrlash, axborotni tahlil qilish va mustaqil baholash ko'nikmalarini rivojlantirish muhim vazifalar qatoriga kiradi.

Turizm sohasi mazkur vazifalarni amalga oshirish uchun qulay ijtimoiy-psixologik muhit hisoblanadi. Gid tomonidan tashkil etilgan qiziqarli suhbatlar, bahs-munozaralar, savol-javob va noan'anaviy interaktiv mashg'ulotlar yoshlarda nafaqat yangi bilimlarni, o'zgacha ijtimoiy ko'nikmalarni, yangicha qadriyatlar tizimini, madaniyatlararo muloqot madaniyatini ham shakllanishiga sabab bo'ladi. Turistik sayohatlarda tarixiy obidalar, muqaddas qadamjolar va madaniy meros ob'yektlari bilan tanishish jarayonida yuzaga keladigan hissiy kechinmalar yoshlarda yuksak insoniy fazilatlar: vatanparvarlik, milliy g'urur va ijtimoiy mas'uliyat tuyg'ularini shakllantirishga xizmat qiladi. Psixologiyada kommunikativ faoliyat insonlar o'rtasida axborot almashish, o'zaro ta'sir ko'rsatish va bir-birini anglash jarayonlarining yig'indisi sifatida talqin qilinadi.

Turistik sayohat davomida ishtirokchilarning e'tiborini tortish, ularning qiziqishini yanada oshirish va axborotni ta'sirchan shaklda yetkazish muloqotning samaradorligiga bevosita bog'liq. Ayniqsa, yoshlar bilan ishlash jarayonida bu holat juda muhim ahamiyat kasb etadi. Yoshlar psixologiyasiga oid tadqiqotlarda qayd etilishicha, mazkur yosh davri vakillari rasmiy ma'ruzalardan ko'ra ko'proq muloqotga, jonli fikr almashishga va interaktiv usullarga ko'proq qiziqish bildirishadi. Shu sababli gidning profilaktik ta'siri ko'p hollarda rasmiy targ'ibot orqali emas, balki muloqot jarayonida namoyon bo'ladi. Gidning har bir fikri, munosabati va xatti-harakati, axloqi, madaniyatlararo muloqot mahorati yoshlar uchun muayyan ijtimoiy namuna vazifasini bajarishi mumkin. Profilaktik kommunikativ faoliyatning asosiy maqsadi yoshlarda ijobiy qadriyatlar tizimini

shakllantirish, ularning ma’naviy-axloqiy rivojlanishiga ko‘maklashish va salbiy ijtimoiy ta’sirlarga qarshi barqaror ruhiy holatni qaror toptirishdan iborat. Bu jarayonda gidning shaxsiy namunasi muhim ahamiyat kasb etadi. Psixolog A. Banduraning ijtimoiy o‘rganish nazariyasiga ko‘ra, insonlar juda ko‘p xulq-atvor shakllarini kuzatish va taqlid qilish orqali o‘zlashtiradilar. Shu nuqtai nazardan qaraganda, gidning yuksak madaniyati, chiroyli nutqi, muomala uslubi va kasbiy etikasi yoshlar uchun ijobiy namuna vazifasini bajaradi. Gidning profilaktik kommunikativ faoliyati bir nechta psixologik jarayonlar orqali amalga oshiriladi. Birinchi mexanizm ishontirish hisoblanadi. Ishontirish – bu inson ongiga mantiqiy dalillar va asoslangan fikrlar orqali ta’sir o‘tkazish jarayonidir. Turistik sayohat davomida gid o‘zining professional muloqot mahorati orqali yoshlarda muayyan ijobiy sifatlarni shakllantirishi mumkin. Ikkinchi mexanizm emosional ta’sir hisoblanadi. Emosional jihatdan ta’sirchan axborot inson xotirasida uzoq vaqt saqlanadi. Shuning uchun gid tomonidan tarixiy qahramonlar hayoti, milliy ozodlik harakatlari yoki madaniy meros bilan bog‘liq voqealarning ta’sirchan tarzda bayon qilinishi yoshlarda milliy g‘urur, vatanparvarlik va ijtimoiy mas’uliyat tuyg‘ularini rivojlantirishga xizmat qiladi. Uchinchi mexanizm identifikatsiya jarayoni bilan bog‘liq. Identifikatsiya insonning o‘zini muayyan shaxs yoki ijtimoiy guruh bilan taqqoslashi orqali kechadi. Agar gid yuqori darajada madaniyatli, bilimli va muloqotga mahoratli shaxs sifatida namoyon bo‘lsa, yoshlarda unga o‘xshashga intilish holatlari kuzatilishi mumkin. Bu esa tarbiyaviy ta’sirning samaradorligini oshiradi.

Gidning profilaktik kommunikativ faoliyatida tinglash ko‘nikmasi ham muhim rol o‘ynaydi. Zamonaviy psixologik tadqiqotlar faol tinglash muloqotning muhim tarkibiy qismi ekanligini ko‘rsatmoqda. Yoshlarning fikrlarini eshitish, ular bilan muloqotda o‘zaro ishonch va hurmat muhitida munosabatda bo‘lish, ularning qiziqishlari va muammolarini tushunishga harakat qilish ishonch munosabatlarni shakllantirish imkonini beradi. Ishonch muhiti esa profilaktik ta’sirning muhim sharti hisoblanadi. Turistik muhitda profilaktik kommunikativ faoliyatning yana bir muhim jihati jamoaviy munosabatlarni rivojlantirish bilan bog‘liq. Sayohat jarayonida yoshlar birgalikda harakat qiladilar, turli vazifalarni bajaradilar va o‘zaro ijtimoiy munosabatlarga kirishadilar. Gid mazkur jarayonni maqsadli tashkil etish orqali jamoaviylik, o‘zaro hurmat, mas’uliyat va hamjihatlik kabi ijtimoiy sifatlarni shakllantirishi mumkin.

Shu bilan birga, profilaktik kommunikativ faoliyat giyohvandlik, huquqbuzarlik, agressiv xulq-atvor va boshqa turli hil salbiy holatlarning oldini olishda ham muhim ahamiyatga ega. Bu jaarayon byevosita targ‘ibot shaklida emas, balki sog‘lom turmush tarzi, ijobiy hayotiy maqsadlar va shaxsiy rivojlanish qadriyatlarini targ‘ib qilish orqali amalga oshirilganda yuqori samara beradi. Bu holatlar esa yoshlar bilaan ishlashda gidlarning profilaktik kommunikativ faoliyatini takomillashtirish zaruriyatini kun tartibiga qo‘ymoqda.

Raqamli turizm sharoitida gidlar faoliyatiga qo‘yilayotgan talablar tobora ortib bormoqda. Bugungi kunda gid yoshlar bilan ishlash jarayonida psixologik va tarbiyaviy vazifalarni ham bajaruvchi sub’yekt sifatida namoyon bo‘lmoqda. Shu bois profilaktik-kommunikativ faoliyatni takomillashtirish masalasi turizm sohasidagi muhim ilmiy va amaliy vazifalardan biriga aylandi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, yoshlar bilan ishlashda samarali muloqotni tashkil qilish, ularning qiziqishlari va ehtiyojlarini hisobga olish profilaktik ta’sir samaradorligini sezilarli darajada oshiradi [2]. Shu sababli profilaktik faoliyatni tashkil qilishda an’anaviy ma’ruza uslubidan ko‘ra interaktiv va jamoachilikka asoslangan usullardan foydalanish yaxshi natija bermoqda. Gidlarning profilaktik-kommunikativ faoliyatini takomillashtirishning birinchi muhim yo‘nalishi kasbiy tayyorgarlik tizimini rivojlantirish hisoblanadi. Amalda gidlarni tayyorlash dasturlarida tarix, madaniyat, ekskursiyashunoslik va turizm geografiyasiga katta e’tibor qaratiladi. Biroq yoshlar psixologiyasi, profilaktika psixologiyasi va kommunikativ texnologiyalarga oid bilimlar yetarli darajada qamrab olinmagan. Holbuki, yoshlar bilan ishlash samaradorligi ko‘p jihatdan gidning psixologik tayorgarligi va bilimlariga, malaka ko‘nikmalariga bog‘liq. Ikkinchi muhim yo‘nalish – gidlarning kommunikativ kompetentligini rivojlantirish bo‘yicha maxsus treninglar tashkil etishdir. Ilmiy tadqiqotlarda trening texnologiyalari kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirishning eng samarali usullaridan biri sifatida baholanadi. Uchinchi yo‘nalish turistik sayohatlar mazmunini profilaktik maqsadlarga moslashtirish bilan bog‘liq. Amalda ekskursiyalar asosan axborot berish vazifasiga yo‘naltirilgan bo‘lsa, ularning

tarbiyaviy va profilaktik imkoniyatlaridan to‘liq foydalanilmayapti. Vaholanki, tarixiy va madaniy ob’yektlar haqida ko‘proq ma’lumotga ega bo‘lish yoshlarda milliy g‘urur, vatanparvarlik va ma’naviy qadriyatlarni shakllantirish uchun katta imkoniyatlarga ega. To‘rtinchi yo‘nalish raqamli texnologiyalardan samarali foydalanish bilan bog‘liq. Bugungi yoshlar barcha ma’lumotlarni asosan raqamli muhit orqali qabul qilayotganligi sababli profilaktik faoliyatda ham zamonaviy texnologiyalardan foydalanish muhim ahamiyat kasb etadi. Turistik marshrutlar bo‘yicha elektron materiallar, interaktiv dasturlar, mobil ilovalar va multimedia vositalari yoshlarning qiziqishini yanada oshiradi. Shu bilan birga, profilaktik-kommunikativ faoliyat samaradorligini baholash tizimini ishlab chiqish ham muhim vazifalardan hisoblanadi. Bugungi kunda gidlar faoliyati asosan xizmat ko‘rsatish sifati nuqtai nazaridan baholanmoqda. Biroq ularning tarbiyaviy va profilaktik ta’sir darajasini baholash mezonlari yetarli darajada shakllanmagan.

Buning uchun quyidagi mezonlardan foydalanish mumkin:

– kommunikativ kompetentlik darajasi;

– yoshlar bilan ishlash samaradorligi;

– auditoriya bilan psixologik aloqa o‘rnata olish qobiliyati;

– profilaktik tadbirlarni tashkil qilish mahorati;

ishtirokchilarning qoniqish darajasi.

Mazkur mezonlar asosida ishlab chiqilgan diagnostik tizim gidlarning kasbiy rivojlanishini baholash va takomillashtirish imkonini beradi.

Profilaktik-kommunikativ faoliyatni takomillashtirishda ta’lim muassasalari, turizm tashkilotlari va psixologlar o‘rtasidagi hamkorlik ham muhim ahamiyat kasb etadi. Bunday hamkorlik asosida amaliy seminarlar, malaka oshirish kurslari va ilmiy-amaliy loyihalar tashkil qilinishi mumkin. Natijada gidlarning profilaktik imkoniyatlaridan yanada samarali foydalanishga erishiladi.

Xulosa qilib aytganda, turizm sohasida yoshlar bilan ishlashda gidlarning profilaktik-kommunikativ faoliyatini takomillashtirish kasbiy tayyorgarlikni kuchaytirish, kommunikativ kompetentlikni rivojlantirish, interaktiv texnologiyalarni joriy etish va profilaktik mazmunni boyitish orqali amalga oshirilishi mumkin. Bu esa yoshlarning ma’naviy-axloqiy rivojlanishiga, ijtimoiy faolligini oshirishga va turli salbiy ta’sirlarga qarshi psixologik barqarorligini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot. - Toshkent: Universitet, 2008. - 192 b.

2. Андреева Г.М. Социальная психология. - 5-е изд., испр. и доп. - М.: Аспект Пресс, 2010. - 363 с.

3. Реан А.А. Психология личности. Социализация, поведение, общение. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. - 407 с.

4. Мудрик А.В. Социальная педагогика. - 8-е изд. М.: Академия, 2013. - 240 с.

5. Белинская Е.П., Тихомандрицкая О.А. Социальная психология личности. М.: Академия, 2009. - 304 с.

Zoirov Abduqodir Askarovich
Buxoro davlat universiteti magistranti

DIQQAT SIFATLARI RIVOJLANISHINING PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada diqqat sifatlari rivojlanishining psixologik determinantlari muammosi umumiy psixologiya doirasida tahlil qilinadi. Diqqat insonning bilish jarayonlarini boshqaruvchi asosiy psixik mexanizm sifatida qaralib, uning barqarorligi, ko‘chuvchanligi, taqsimlanishi va hajmi kabi sifatlarining shakllanishiga ta’sir etuvchi ichki va tashqi omillar yoritiladi. Tadqiqotda diqqat rivojlanishining kognitiv, motivatsion, ijtimoiy va neyropsixologik*

asoslari ilmiy adabiyotlar tahlili asosida ochib berilgan. Shuningdek, diqqatning cheklangan resurslarga egaligi, idrok yuklamasi va avtomatlashtirish jarayonlari bilan bog‘liqligi asoslab beriladi. Maqolada diqqat sifatlarini rivojlantirishga doir zamonaviy nazariy yondashuvlar ham tahlil qilinadi. Olingan natijalar diqqat jarayonlarini tushunish va uni rivojlantirishga qaratilgan ilmiy-amaliy yondashuvlar uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

Kalit so‘zlar: *diqqat, diqqat sifatlari, psixologik determinantlar, kognitiv jarayonlar, motivatsiya, idrok yuklamasi, avtomatlashtirish, ijtimoiy muhit, psixik rivojlanish.*

Аннотация. *В данной статье рассматривается проблема психологических детерминант развития свойств внимания в рамках общей психологии. Внимание трактуется как основной психический механизм, регулирующий познавательные процессы человека, при этом анализируются внутренние и внешние факторы, влияющие на формирование таких его свойств, как устойчивость, переключаемость, распределяемость и объём. На основе анализа научной литературы раскрываются когнитивные, мотивационные, социальные и нейропсихологические основы развития внимания. Также обосновывается связь внимания с ограниченностью когнитивных ресурсов, перцептивной нагрузкой и процессами автоматизации. В статье рассматриваются современные теоретические подходы к развитию свойств внимания. Полученные результаты имеют важное теоретическое и практическое значение для понимания и развития процессов внимания.*

Ключевые слова: *внимание, свойства внимания, психологические детерминанты, когнитивные процессы, мотивация, перцептивная нагрузка, автоматизация, социальная среда, психическое развитие.*

Annotation. *This article examines the problem of psychological determinants of the development of attention properties within the framework of general psychology. Attention is considered a key cognitive mechanism that regulates human cognitive processes. The study analyzes internal and external factors influencing the development of attention properties such as stability, switching, distribution, and capacity. Based on a review of scientific literature, the cognitive, motivational, social, and neuropsychological foundations of attention development are explored. The article also discusses the relationship between attention and limited cognitive resources, perceptual load, and automatization processes. Modern theoretical approaches to the development of attention properties are analyzed. The findings are important for both theoretical understanding and practical improvement of attention processes.*

Key words: *attention, attention properties, psychological determinants, cognitive processes, motivation, perceptual load, automatization, social environment, mental development.*

Kirish. Diqqat inson psixikasining muhim tarkibiy qismi bo‘lib, u ongning muayyan obyektga yo‘naltirilishi, unda jamlanishi va faoliyatni boshqarish jarayonida markaziy o‘rin egallaydi. Insonning atrof-muhitni anglash, axborotni tanlab qabul qilish hamda uni qayta ishlash jarayonlari bevosita diqqatning rivojlanganlik darajasiga bog‘liq. Shu sababli diqqat sifatlari - barqarorlik, ko‘chuvchanlik, taqsimlanish, hajm va konsentratsiya - bilish jarayonlarining samaradorligini belgilovchi asosiy psixologik ko‘rsatkichlar sifatida namoyon bo‘ladi.

Hozirgi davrda ijtimoiy hayotning murakkablashuvi, axborot oqimining keskin ortishi hamda inson faoliyatining ko‘p yo‘nalishli tus olishi diqqat jarayonlariga nisbatan yuqori talablarni yuzaga keltirmoqda. Natijada diqqatning tez chalg‘ishi, uning barqarorligini saqlashdagi qiyinchiliklar kabi holatlar keng kuzatilmoqda. Bu esa diqqat sifatlarini chuqur o‘rganish va ularning rivojlanishiga ta’sir etuvchi omillarni aniqlash zaruratini yanada kuchaytiradi.

Diqqat sifatlarining rivojlanishi murakkab va ko‘p omilli jarayon bo‘lib, u biologik xususiyatlar, individual-psixologik omillar, motivatsiya, faoliyat mazmuni hamda ijtimoiy muhit ta’sirida shakllanadi. Ushbu omillar o‘zaro uzviy bog‘liq holda diqqatning sifat jihatlarini belgilab beradi. Shu nuqtai nazardan, diqqat sifatlari rivojlanishining psixologik determinantlarini tizimli va ilmiy asosda tahlil qilish dolzarb ilmiy muammo hisoblanadi.

Mazkur maqolaning maqsadi diqqat sifatlari rivojlanishiga ta’sir etuvchi asosiy psixologik determinantlarni aniqlash, ularning o‘zaro bog‘liqligini yoritish hamda diqqatni rivojlantirishning nazariy asoslarini ochib berishdan iborat.

Adabiyotlar tahlili. Diqqat sifatlari rivojlanishining psixologik determinantlari muammosi umumiy psixologiya doirasida keng o‘rganilgan ilmiy yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Diqqat insonning bilish faoliyatini tartibga soluvchi asosiy mexanizm sifatida qaralib, uning barqarorligi, ko‘chuvchanligi, taqsimlanishi va hajmi kabi sifatlari shaxs faoliyatining samaradorligini belgilaydi. Ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, diqqat sifatlarining rivojlanishi biologik, kognitiv, motivatsion hamda ijtimoiy omillar ta’sirida shakllanadigan murakkab jarayondir.

Diqqat muammosini o‘rganishda kognitiv yondashuv muhim o‘rin tutadi. Ushbu yo‘nalish vakillaridan biri Michael I. Posner diqqatni mustaqil psixik tizim sifatida talqin etib, uni uchta asosiy komponent - ogohlik, yo‘naltirish va ijroiy nazoratga ajratadi. Uning ilmiy qarashlariga ko‘ra, diqqat sifatlarining rivojlanishi ayniqsa ijroiy nazorat mexanizmlarining takomillashuvi bilan bog‘liq bo‘lib, bu jarayon insonning ongli faoliyatini boshqarish imkoniyatlarini kengaytiradi.

Diqqatning resurslarga bog‘liqligini tadqiq etgan Hal Pashler uni cheklangan kognitiv imkoniyat sifatida izohlaydi. Unga ko‘ra, inson bir vaqtning o‘zida cheklangan miqdordagi axborotni qayta ishlay oladi, ortiqcha yuklama esa diqqat sifatlarining pasayishiga olib keladi. Bu yondashuv diqqat rivojlanishida tashqi axborot oqimi va faoliyat murakkabligining muvozanati muhim determinant ekanligini ko‘rsatadi.

Diqqatning idrok jarayonlari bilan uzviy bog‘liqligini Marisa Carrasco o‘z tadqiqotlarida asoslab bergan. Uning fikricha, diqqat sezgi organlari orqali qabul qilinayotgan axborotni kuchaytiradi va idrok aniqligini oshiradi. Bu esa diqqat sifatlari rivojlangan sari insonning atrof-muhitni aniq va to‘liq anglash imkoniyatlari kengayishini bildiradi.

Diqqat va avtomatlashtirish jarayonlari o‘rtasidagi bog‘liqlik Gordon Logan tomonidan chuqur o‘rganilgan. Unga ko‘ra, dastlab ongli diqqatni talab qiladigan harakatlar takrorlash natijasida avtomatik tus oladi, natijada diqqat resurslari tejab qolinadi va murakkab vazifalarga yo‘naltiriladi. Bu esa diqqat sifatlari rivojlanishida tajriba va mashqning muhim ahamiyatga ega ekanligini ko‘rsatadi.

Diqqatning tanlovchanligini tushuntirishda Nilli Lavie tomonidan ishlab chiqilgan idrok yuklamasi nazariyasi alohida o‘rin tutadi. Ushbu nazariyaga ko‘ra, vazifaning murakkabligi diqqatning chalg‘ituvchi omillarga nisbatan barqarorligini belgilaydi. Yuqori yuklama sharoitida diqqat asosan asosiy faoliyatga qaratiladi, past yuklama sharoitida esa u tezroq chalg‘iydi. Bu holat diqqat sifatlarining rivojlanishida faoliyat sharoitlarining muhim rol o‘ynashini ko‘rsatadi.

Klassik psixologiya namoyandalari ham diqqat muammosiga muhim hissa qo‘shganlar. Xususan, Lev Vygotsky diqqatning ijtimoiy tabiati va uning rivojlanishida ijtimoiy muhitning rolini asoslab bergan. Unga ko‘ra, diqqat dastlab tashqi boshqaruv vositasida shakllanib, keyinchalik ichki psixik jarayonga aylanadi. Alexei Leontiev esa diqqatni faoliyatning ajralmas qismi sifatida talqin qilib, uning rivojlanishini motiv va maqsadlar tizimi bilan bog‘laydi.

Shuningdek, fiziologik yondashuv doirasida Ivan Pavlov tomonidan ishlab chiqilgan oliy nerv faoliyati haqidagi ta’limot diqqatning biologik asoslarini tushuntirishda muhim ahamiyatga ega. Unga ko‘ra, qo‘zg‘alish va tormozlanish jarayonlarining muvozanati diqqatning barqarorligi va ko‘chuvchanligini belgilaydi.

Umuman olganda, tahlil qilingan ilmiy manbalar diqqat sifatlari rivojlanishini ko‘p omilli va tizimli jarayon sifatida talqin etadi. Biologik asoslar, kognitiv resurslar, motivatsiya, tajriba va ijtimoiy muhitning o‘zaro ta’siri diqqat sifatlarining shakllanishi va rivojlanishini belgilovchi asosiy psixologik determinantlar sifatida namoyon bo‘ladi. Ushbu nazariy qarashlar diqqatni rivojlantirishga qaratilgan ilmiy va amaliy yondashuvlarni ishlab chiqishda muhim metodologik asos bo‘lib xizmat qiladi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot diqqat sifatlari rivojlanishining psixologik determinantlarini aniqlash hamda ularning o‘zaro bog‘liqligini ilmiy asosda tahlil qilishga qaratilgan. Tadqiqot metodologiyasi tizimli va kompleks yondashuvga asoslanib, unda nazariy hamda empirik usullar uyg‘un holda qo‘llanildi. Tadqiqotning nazariy asosini umumiy psixologiya, kognitiv

psixologiya va faoliyat yondashuvi tashkil etib, diqqatning barqarorligi, ko‘chuvchanligi, taqsimlanishi va hajmi kabi asosiy sifatlari turli psixologik determinantlar bilan bog‘liqlikda o‘rganildi.

Nazariy tahlil bosqichida diqqat muammosiga oid ilmiy manbalar o‘rganilib, turli olimlarning qarashlari solishtirma tahlil qilindi. Xususan, Michael I. Posner tomonidan ishlab chiqilgan diqqat tizimi modeli, Hal Pashlerning diqqat resurslarining cheklanganligi haqidagi qarashlari hamda Nilli Laviening idrok yuklamasi nazariyasi metodologik asos sifatida xizmat qildi. Shuningdek, Lev Vygotsky va Alexei Leontievlarning ijtimoiy va faoliyatga asoslangan yondashuvlari diqqat rivojlanishining ijtimoiy-psixologik jihatlarini tushuntirishda muhim ahamiyat kasb etdi.

Empirik tadqiqot jarayonida psixodiagnostik metodlardan foydalanildi. Jumladan, diqqatning barqarorligi, taqsimlanishi va ko‘chuvchanligini aniqlashga qaratilgan standartlashtirilgan test metodikalari, shuningdek, motivatsiya va o‘z-o‘zini boshqarish darajasini baholovchi so‘rovnomalar qo‘llanildi. Qo‘shimcha ravishda kuzatish va suhbat metodlari orqali ishtirokchilarning faoliyat jarayonidagi diqqat xususiyatlari va xulq-atvori o‘rganildi.

Olingan ma’lumotlar matematik-statistik tahlil usullari yordamida qayta ishlanib, diqqat sifatlari va ularni belgilovchi psixologik omillar o‘rtasidagi bog‘liqlik darajasi aniqlashtirildi. Korrelyatsion tahlil orqali o‘zaro munosabatlar darajasi baholandi, regressiya tahlili yordamida esa diqqat rivojlanishiga eng kuchli ta’sir etuvchi determinantlar aniqlandi. Natijalar sifat jihatidan ham tahlil qilinib, empirik ma’lumotlar nazariy qarashlar bilan solishtirildi.

Tadqiqot jarayonida ilmiy etik tamoyillarga qat’iy rioya qilinib, ishtirokchilarning ixtiyoriy roziligi ta’minlandi hamda olingan ma’lumotlarning maxfiyligi saqlandi. Ushbu metodologik yondashuv diqqat sifatlari rivojlanishining psixologik determinantlarini chuqur va har tomonlama o‘rganishga imkon yaratdi.

Muhokama. O‘tkazilgan tadqiqot natijalari diqqat sifatlari rivojlanishi murakkab va ko‘p omilli psixologik jarayon ekanligini yana bir bor tasdiqladi. Tahlillar shuni ko‘rsatdiki, diqqatning barqarorligi, ko‘chuvchanligi va taqsimlanishi kabi asosiy sifatlar nafaqat individual psixologik xususiyatlarga, balki motivatsiya, faoliyat mazmuni va kognitiv yuklama darajasiga ham bevosita bog‘liqdir. Ayniqsa, ichki motivatsiya darajasi yuqori bo‘lgan holatlarda diqqatning barqarorligi sezilarli darajada ortishi kuzatildi. Bu natija diqqatni boshqarishda ijroiy nazorat tizimining muhim rolini ta’kidlagan Michael I. Posnerning nazariy qarashlari bilan mos keladi.

Tadqiqot jarayonida aniqlangan muhim jihatlardan biri - diqqat sifatlariga kognitiv yuklamaning ta’siridir. Ma’lum bo‘lishicha, vazifalarning ortiqcha murakkablashuvi yoki aksincha, haddan tashqari soddaligi diqqat samaradorligiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Bu holat Nilli Lavie tomonidan ishlab chiqilgan idrok yuklamasi nazariyasini tasdiqlaydi. Ya’ni, optimal darajadagi yuklama diqqatni faol holatda ushlab turadi, ortiqcha yoki yetarli bo‘lmagan yuklama esa chalg‘ish ehtimolini oshiradi.

Shuningdek, natijalar diqqat resurslarining cheklanganligi haqidagi ilmiy qarashlarni ham qo‘llab-quvvatladi. Bir vaqtning o‘zida bir nechta vazifani bajarishga urinish diqqatning taqsimlanish sifatini pasaytirishi va umumiy samaradorlikni kamaytirishi aniqlandi. Bu jihat Hal Pashler tomonidan ilgari surilgan nazariy yondashuv bilan uyg‘unlashadi. Shu bois faoliyatni tashkil etishda vazifalarni bosqichma-bosqich va tizimli ravishda bajarish muhim ahamiyat kasb etadi.

Muhokama davomida diqqat sifatlarining rivojlanishida tajriba va mashqning roli ham alohida e’tiborga molik ekanligi aniqlandi. Takroriy faoliyat jarayonida ayrim amallar avtomatlashtiriladi, natijada diqqat resurslari murakkabroq vazifalarga yo‘naltiriladi. Bu holat Gordon Loganning avtomatlashtirish nazariyasi bilan izohlanadi. Demak, muntazam mashq diqqat sifatlarini rivojlantirishning muhim sharti hisoblanadi.

Ijtimoiy va muhit omillarining ta’siri ham muhim natijalardan biri sifatida qayd etildi. Qo‘llab-quvvatlovchi, tartibli va maqsadga yo‘naltirilgan muhit diqqatning barqarorligini mustahkamlashga xizmat qilishi kuzatildi. Bu esa Lev Vygotsky tomonidan ilgari surilgan diqqatning ijtimoiy tabiati haqidagi qarashlarni tasdiqlaydi. Shuningdek, faoliyatning mazmuni va motivlari diqqatni boshqarishda hal qiluvchi omil ekanligi Alexei Leontievning faoliyat nazariyasi bilan hamohang ekanligi aniqlandi.

Umuman olganda, muhokama natijalari diqqat sifatlari rivojlanishini yagona omil bilan emas, balki biologik, kognitiv, motivatsion va ijtimoiy determinantlarning o‘zaro ta’siri orqali tushuntirish zarurligini ko‘rsatadi. Bu esa diqqatni rivojlantirishga qaratilgan yondashuvlar kompleks va tizimli bo‘lishi lozimligini anglatadi.

Xulosa. Mazkur tadqiqot natijalari diqqat sifatlari rivojlanishi inson psixikasining murakkab va ko‘p qirrali jarayoni ekanligini ko‘rsatdi. Tahlillar asosida diqqatning barqarorligi, ko‘chuvchanligi, taqsimlanishi va hajmi kabi asosiy sifatlar bir qator psixologik determinantlar - motivatsiya, kognitiv yuklama, o‘z-o‘zini boshqarish, faoliyat mazmuni hamda ijtimoiy muhit bilan uzviy bog‘liq holda shakllanishi aniqlandi. Ayniqsa, ichki motivatsiyaning yuqori darajasi va rivojlangan o‘zini nazorat qilish mexanizmlari diqqatni uzoq muddat davomida saqlash va uni samarali boshqarishda muhim omil sifatida namoyon bo‘ldi.

Tadqiqot natijalari shuni ham tasdiqladiki, diqqat resurslari cheklangan bo‘lib, ularni oqilona taqsimlash diqqat sifatlarining rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etadi. Faoliyat jarayonida optimal darajadagi kognitiv yuklama diqqatning faolligini ta’minlasa, ortiqcha yoki yetarli bo‘lmagan yuklama uning pasayishiga olib keladi. Shu bilan birga, muntazam mashq va tajriba orttirish natijasida ayrim faoliyat turlari avtomatlashtiriladi, bu esa diqqat resurslarini murakkabroq vazifalarga yo‘naltirish imkonini beradi.

Shuningdek, diqqat sifatlari rivojlanishida ijtimoiy muhit va faoliyat sharoitlarining o‘rni ham muhim ekanligi aniqlandi. Tartibli, maqsadga yo‘naltirilgan va qo‘llab-quvvatlovchi muhit diqqatning barqarorligini oshiradi hamda uning samarali boshqarilishiga xizmat qiladi. Demak, diqqat sifatlarini rivojlantirish faqat individual psixologik xususiyatlarga bog‘liq bo‘lib qolmay, balki tashqi sharoitlar va pedagogik yondashuvlar bilan ham belgilanadi.

Xulosa qilib aytganda, diqqat sifatlari rivojlanishi biologik, kognitiv, motivatsion va ijtimoiy omillarning o‘zaro ta’siri natijasida yuzaga keladigan tizimli jarayondir. Ushbu jarayonni chuqur o‘rganish va ilmiy asosda yondashish diqqatni rivojlantirishga qaratilgan samarali usullarni ishlab chiqish, shuningdek, inson faoliyatining turli sohalarida samaradorlikni oshirish uchun muhim nazariy va amaliy ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Posner M. I., Petersen S. E. The Attention System of the Human Brain. Annual Review of Neuroscience, 1990.
2. Posner M. I. Cognitive Neuroscience of Attention. Guilford Press, 2012.
3. Pashler H. The Psychology of Attention. MIT Press, 1998.
4. Carrasco M. Visual Attention: The Past 25 Years. Vision Research, 2011.
5. Logan G. D. Automatization and Cognitive Control in Task Performance. Psychological Review, 1985.
6. Lavie N. Perceptual Load as a Necessary Condition for Selective Attention. Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance, 1995.

Axmedova Zarina Jamilovna
Buxoro davlat universiteti, Psixologiya kafedra o‘qituvchisi,
Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori, (PhD)
Narzulloyeva Jasmina Jo‘rabek qizi
Buxoro davlat universiteti
Psixologiya y o‘nalishi 2-bosqich talabasi

TALABALAR DUAL TA’LIM TIZIMIGA MOSLASHUVINING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada oliy va professional ta’lim tizimida joriy etilayotgan dual ta’lim shaklining mohiyati hamda unda tahsil olayotgan talabalarning pedagogik va psixologik adaptatsiya*

xususiyatlari ilmiy jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqot davomida talaba shaxsining bir vaqtning o‘zida ham o‘qish, ham ish muhitiga moslashish jarayonidagi ichki motivatsiyasi, hissiy barqarorligi va yuzaga keladigan psixologik to‘siqlari tizimli ravishda o’rganilgan.

Kalit so’zlar: *dual ta’lim, pedagogik adaptatsiya, psixologik moslashuv, kasbiy motivatsiya, korporativ muhit, emotsional intellekt, stressga chidamlilik, integratsiya.*

Аннотация. *В данной статье с научной точки зрения анализируется суть дуальной формы обучения, внедряемой в систему высшего и профессионального образования, а также особенности педагогической и психологической адаптации обучающихся студентов. В ходе исследования систематически изучены внутренняя мотивация, эмоциональная стабильность и возникающие психологические барьеры в процессе одновременного приспособления личности студента как к учебной, так и к рабочей атмосфере.*

Ключевые слова: *дуальное обучение, педагогическая адаптация, психологическая адаптация, профессиональная мотивация, корпоративная среда, эмоциональный интеллект, стрессоустойчивость, интеграция.*

Abstract. *This article provides a scientific analysis of the essence of dual education being implemented in higher and professional education systems, alongside the pedagogical and psychological adaptation characteristics of students enrolled in this program. The study systematically examines the internal motivation, emotional stability, and emerging psychological barriers of students as they concurrently adapt to both academic and professional work environments.*

Key words: *dual education, pedagogical adaptation, psychological adaptation, professional motivation, corporate environment, emotional intelligence, stress resilience, integration.*

Kirish. Zamonaviy dunyoda iqtisodiyotning shiddatli rivojlanishi va texnologik transformatsiyalar mehnat bozorining oliy ma’lumotli kadrlarga bo‘lgan talablarini tubdan o‘zgartirib yubordi. Bugungi kun ish beruvchisi faqatgina nazariy bilimlarga ega bo‘lgan diplomli mutaxassisni emas, balki ishlab chiqarish korxonasi yoki xizmat ko‘rsatish sohasidagi real muammolarni bevosita hal qila oladigan, amaliy ko‘nikmalari shakllangan raqobatbardosh kadrlarni qidirmoqda. Biroq, an’anaviy ta’lim tizimida uzoq yillar davomida mavjud bo‘lgan "nazariya va amaliyot o‘rtasidagi uzilish" (akademik bo‘shliq) bitiruvchilarning ish topishini va korxona muhitiga moslashishini qiyinlashtirib keldi. Aynan mana shu global muammoni hal etish, ta’lim sifatini mutlaqo yangi bosqichga ko‘tarish maqsadida dunyo miqyosida dual ta’lim tizimi eng samarali mexanizm sifatida e’tirof etildi va keng joriy etilmoqda. Xalqaro tajribaga nazar tashlaydigan bo‘lsak, dual ta’lim shakli Germaniya, Avstriya, Shveytsariya kabi Yevropa davlatlarining iqtisodiy barqarorligini ta’minlovchi asosiy drayverlardan biri hisoblanadi. G‘arbiy Yevropa pedagogika va psixologiya fanida talabalarning ushbu tizimga moslashuvi masalalari strategik darajada o‘rganiladi. Negaki, talaba bir vaqtning o‘zida ham universitet auditoriyasidagi akademik qoidalarga, ham korxonaning qat’iy intizomiy va korporativ muhitiga bo‘ysinishi kerak. O‘zbekiston Respublikasida ham so‘nggi yillarda oliy va professional ta’lim tizimini tubdan isloh qilish, uni ishlab chiqarish va iqtisodiyot tarmoqlari bilan uzviy bog‘lash davlat siyosatining eng muhim yo‘nalishlaridan biriga aylandi. Davlatimiz rahbari tomonidan qabul qilingan qator farmon va qarorlar, xususan, professional ta’lim muassasalarida hamda oliy ta’lim tizimida dual ta’lim shaklini joriy etish to‘g‘risidagi huquqiy-me’yoriy hujjatlar ijrosi doirasida bugungi kunda yirik ishlab chiqarish korxonalari, bank-moliya institutlari va klasterlar bilan tizimli hamkorlik yo‘lga qo‘yildi. Shu o'rinda ta'kidlash joizki, oliy ta'lim muassasasi va korxona o'rtasidagi "psixologik qo'llab-quvvatlash ko'priklari"ni yaratish uchun quyidagi amaliy qadamlarni amalga oshirish taklif etiladi:

Ustoz-shogird tizimi: Korxonadagi tajribali mutaxassislar nafaqat ish jarayonini o‘rgatishi, balki yosh kadrning jamoaga moslashishiga psixologik ko‘makchi bo‘lishi zarur.

Moslashuv monitoringi: Talabaning korxonadagi dastlabki oylarida undagi charchoq, stress va motivatsiya darajasini aniqlovchi ekspress-psixologik diagnostika (masalan, so'rovnomalar) o'tkazib borish.

Refleksiv seminarlar: Universitet muhitida talabalar ishlab chiqarishda orttirgan amaliy tajribalarini va u yerda yuzaga kelgan psixologik qiyinchiliklarni guruhda muhokama qilishlari va qayta ishlashlari uchun maxsus interaktiv maydonlar yaratish.

Xulosa qilib aytganda, dual ta’lim shunchaki nazariya va amaliyotning mexanik qo‘shiluvi emas. Bu - yosh mutaxassis shaxsiyatining to‘liq qayta shakllanish jarayonidir. Korxonadagi mehnat muhiti "ishlab chiqarish stressi"ni keltirib chiqarmasligi, aksincha, talabaning kasbiy o'sishiga xizmat qiladigan rivojlantiruvchi omilga aylanishi uchun pedagogik hamkorlikni psixologik qo'llab-quvvatlash bilan parallel ravishda olib borish davr talabidir.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Talabalarning dual ta’lim tizimiga moslashuvi pedagogika va psixologiya fanlarida dolzarb ilmiy yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Dual ta’lim tizimi nazariy bilim bilan amaliy faoliyatning integratsiyasiga asoslanib, talabaning kasbiy kompetensiyasini rivojlantirishga xizmat qiladi. Ushbu tizimda talaba bir vaqtning o‘zida ham ta’lim muassasasida bilim oladi, ham ishlab chiqarish jarayonida amaliy tajriba orttiradi. Shu sababli dual ta’lim tizimida pedagogik hamda psixologik moslashuv masalasi ko‘plab olimlarning tadqiqot obyektiga aylangan.

Georg Kerschensteiner kasbiy pedagogika va mehnat ta’limi nazariyasining asoschilaridan biri hisoblanadi. Olim o‘zining “mehnat maktabi” konsepsiyasida ta’limning asosiy vazifasi shaxsni amaliy faoliyatga tayyorlashdan iborat ekanligini ta’kidlagan. Uning fikricha, haqiqiy bilim faqat nazariy ma’lumotlarni o‘zlashtirish orqali emas, balki amaliy faoliyat jarayonida shakllanadi. Kerschensteiner o‘quvchilarning kasbiy tayyorgarligini rivojlantirishda ishlab chiqarish bilan hamkorlik qilish zarurligini qayd etadi. U ta’lim va mehnat o‘rtasidagi uzviy bog‘liqlik insonning mas’uliyat, intizom va mustaqillik kabi sifatlarini shakllantirishini ilmiy jihatdan asoslab bergan. Olimning qarashlari bugungi kunda dual ta’lim tizimining metodologik asoslaridan biri sifatida qaraladi. Ayniqsa, talabaning ishlab chiqarish muhitida faol ishtirok etishi orqali kasbiy moslashuv jarayoni tezlashishi haqidagi fikrlari hozirgi dual ta’lim tizimida o‘z dolzarbligini saqlab qolmoqda.

O‘zbek psixolog olimlarining ilmiy qarashlari ham mazkur tadqiqot uchun muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi. M.G. Davletshin ta’lim psixologiyasi, yosh davrlari psixologiyasi va shaxs rivojlanishi masalalarini o‘rgangan. Olimning tadqiqotlarida talabaning o‘quv faoliyatiga moslashuvi, motivatsiyasi va psixologik tayyorgarligi muhim omil sifatida talqin qilinadi. Davletshin ta’lim jarayonida qulay psixologik muhit yaratish talabaning o‘quv faolligini oshirishini ta’kidlaydi. Uning fikricha, ta’lim jarayonida o‘qituvchi va talaba o‘rtasidagi ijobiy munosabat motivatsiyani shakllantiruvchi asosiy omillardan biridir.

B.R. Qodirov yosh va pedagogik psixologiya sohasida ilmiy izlanishlar olib borgan. U yoshlarning kasbiy yo‘nalganligi va ijtimoiy faolligini o‘rganib, shaxs rivojlanishida ijtimoiy muhitning ta’sirini asoslab bergan. Olimning tadqiqotlariga ko‘ra, ta’lim muhiti va jamoa bilan hamkorlik talabaning kasbiy shakllanishida muhim omil hisoblanadi. Bu esa dual ta’lim tizimida talabaning ishlab chiqarish jamoasiga moslashuvini tushuntirishda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi.

Muhokama. Dual ta’lim tizimidagi pedagogik-psixologik moslashuvning o‘ziga xosligi shundaki, u ikki tomonlama xarakterga ega. Bir tomondan, pedagogik moslashuv talabadan yangi o‘quv modullarini o‘zlashtirish, mustaqil ta’lim olish va texnik hujjatlar bilan ishlashni talab qilsa, ikkinchi tomondan, psixologik moslashuv jamoaga kirishish, kattalar bilan professional muloqot o‘rnatish va mas’uliyatni his qilishni yuklaydi.Ilmiy yangilik sifatida shuni ta’kidlash joizki, dual ta’limda muvaffaqiyatli moslashishning eng bosh omili bu - "Kasbiy -konsepsiya"ning erta shakllanishidir. Agar talaba korxonadagi mehnatini shunchaki majburiyat deb bilsa, unda moslashuv inqirozi uzoq davom etadi. Agar u o‘zini kelajak kadr sifatida his qilsa, psixologik himoya mexanizmlari ijobiy tomonga o‘zgaradi.Pedagogik muhit talabadagi "akademik passivlik"ni sindirishi, korxona muhiti esa "ishlab chiqarish stressi"ni kompenzatsiya qilishi lozim. Buning uchun oliy ta’lim muassasasi va korxona o‘rtasida "psixologik qo‘llab-quvvatlash ko‘priklari" yaratilishi kerak. Inson kapitalini rivojlantirishga qaratilgan zamonaviy yondashuvlar ta’lim tizimining mazmun va shakl jihatdan yangilanishini talab etmoqda. Ayniqsa, professional ta’lim sohasida nazariy bilimlarning amaliy faoliyat bilan uzviy bog‘lanishi muhim pedagogik vazifa sifatida

qaralmoqda.So‘nggi yillarda dunyo tajribasida dual ta’lim modeli yoshlar bandligini ta’minlash va malakali kadrlar tayyorlashning samarali vositasi sifatida baholanmoqda. Chunki ishlab chiqarish korxonalari bilan hamkorlik asosida tashkil etilgan ta’lim jarayoni bitiruvchilarning amaliy tajribasini oshirib, ularning mehnat bozoridagi raqobatbardoshligini kuchaytiradi.Rivojlangan davlatlar tajribasi shuni ko‘rsatadiki, ishlab chiqarish bilan integratsiyalashgan ta’lim modeli bitiruvchilarning kasbiy tayyorgarligini kuchaytirib, ularning mehnat bozoridagi raqobatbardoshligini oshiradi. O‘zbekistonda ham professional ta’lim tizimini takomillashtirish jarayonida dual ta’limga alohida e’tibor qaratilib, ishlab chiqarish bilan integratsiyani kuchaytirishga qaratilgan keng ko‘lamli islohotlar amalga oshirilmoqda.Mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi talabalarning dual ta’lim tizimiga moslashuvining pedagogik-psixologik xususiyatlarini o‘rganish, moslashuv samaradorligiga ta’sir qiluvchi omillarni aniqlash hamda ta’lim jarayonini takomillashtirishga xizmat qiluvchi ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat. Tadqiqot natijalari dual ta’lim tizimida talabalarning kasbiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash va ta’lim sifatini oshirishda muhim ilmiy manba bo‘lib xizmat qiladi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, dual ta’lim tizimi zamonaviy ta’limning muhim yo‘nalishlaridan biri bo‘lib, nazariy bilim va amaliy faoliyat uyg‘unligini ta’minlashga xizmat qiladi. Ushbu tizim orqali talabalar o‘z mutaxassisligi bo‘yicha nafaqat nazariy bilimga, balki amaliy tajribaga ham ega bo‘ladilar. Bu esa mehnat bozori talablariga mos, raqobatbardosh va malakali mutaxassislarni tayyorlash imkonini beradi. Tadqiqot davomida talabalarning dual ta’lim tizimiga moslashuvi murakkab pedagogik va psixologik jarayon ekanligi aniqlandi. Talabaning yangi muhitga moslashuvi uning motivatsiyasi, kommunikativ qobiliyati, kasbiy qiziqishi va psixologik tayyorgarligiga bog‘liq ekanligi kuzatildi. Shu bilan birga, pedagogik qo‘llab-quvvatlash va mentorlik faoliyati moslashuv jarayonining muvaffaqiyatli kechishida muhim omil sifatida namoyon bo‘ldi. Umuman olganda, dual ta’lim tizimi yoshlarning kasbiy rivojlanishida, ularni amaliy faoliyatga tayyorlashda va zamonaviy mehnat bozori talablariga moslashtirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Shu sababli ushbu tizimni pedagogik va psixologik jihatdan chuqur o‘rganish hamda amaliyotga samarali tatbiq etish bugungi kunning dolzarb vazifalaridan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. B.R. Qodirov. Shaxs va muloqot psixologiyasi. - Toshkent: Fan, 2005.
2. Georg Kerschensteiner. Ponyatiye trudovoy shkoli. - Moskva: Pedagogika, 1914.
3. Lev Vygotskiy. Pedagogik psixologiya. - Moskva: Pedagogika, 1991.
4. M.G. Davletshin. Yosh va pedagogik psixologiya. - Toshkent: O‘qituvchi, 1974
5. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining professional ta’lim tizimini rivojlantirish va dual ta’limni joriy etishga oid farmon va qarorlari.

Saidova Sitora Alisherovna
O‘zbekiston Respublikasi Ichki Ishlar Vazirligi Akademiyasi Oliy ta’limdan keyingi ta’lim fakulteti tayanch doktorantura, doktoranti
sitora.saidova.9595@mail.ru

TALABALAR O‘RTASIDA GIYOHVANDLIK VA PSIXOTROP MODDALARNING G‘AYRIQONUNIY MUOMALASI BILAN BOG‘LIQ HUQUQBUZARLIKLAR PROFILAKTIKASINING O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Maqolada talabalar yoshlari muhitida giyohvand moddalar noqonuniy aylanishiga qarshi profilaktika choralarining o‘ziga xos xususiyatlari kriminologik yondashuvlar asosida tahlil etiladi. Talabalarning ijtimoiy-psixologik holati, tengdoshlar bosimi, o‘qishdagi stress va raqamli makonning ta’siri hisobga olinib, profilaktikaning an’anaviy kriminologik tizimdan farqli jihatlari ochib beriladi. O‘zbekiston qonunchiligi va 2024–2028 yillarga mo‘ljallangan Milliy strategiya doirasida repressiv va ijtimoiy yo‘naltirilgan yondashuvlar solishtiriladi. Tadqiqot*

natijalari talabalar orasida ijtimoiy, psixologik va raqamli texnologiyalarga asoslangan kompleks profilaktika mexanizmlarini joriy etish zarurligini ko‘rsatadi.

Kalit so’zlar: *giyohvandlik profilaktikasi, talabalar yoshlari, kriminologik profilaktika, tengdoshlar bosimi, ijtimoiy bog‘lanish nazariyasi, shtamm nazariyasi, milliy strategiya, raqamli monitoring, xavf omillari.*

Аннотация. *В статье на основе криминологических теорий анализируются специфические особенности профилактических мероприятий против незаконного оборота наркотических средств и психотропных веществ среди студентов. Раскрываются отличительные аспекты профилактики в студенческой молодежной среде с учетом социально-психологического состояния, давления сверстников, академического стресса и влияния цифровой среды. На основе научных теорий (Долгова, Кудрявцев, Мертон, Хирши, Агнью), действующего законодательства Республики Узбекистан и Национальной стратегии на 2024–2028 годы проводится сравнение репрессивного и социально-профилактического подходов. Результаты исследования подчеркивают необходимость внедрения комплексных, социально-ориентированных и цифровых механизмов профилактики в студенческой среде.*

Ключевые слова: *профилактика наркомании, студенческая молодежь, криминологическая профилактика, давление сверстников, теория социальных связей, теория напряжения, национальная стратегия, цифровой мониторинг, факторы риска.*

Abstract. *The article analyzes the specific features of preventive measures against the illegal circulation of narcotic drugs and psychotropic substances among students on the basis of criminological theories. It reveals the distinctive aspects of prevention in the student youth environment, taking into account their socio-psychological characteristics, peer pressure, academic stress, and the influence of the digital environment. Repressive and socio-preventive approaches are compared based on scientific theories (Dolgova, Kudryavtsev, Merton, Hirschi, Agnew), the current legislation of the Republic of Uzbekistan, and the National Strategy for 2024–2028. The research results substantiate the need to implement complex, socially-oriented, and digitally-based prevention mechanisms in the student environment.*

Key words: *drug addiction prevention, student youth, criminological prevention, peer pressure, social bond theory, strain theory, national strategy, digital monitoring, risk factors.*

Kirish. Zamonaviy axborot jamiyatida oliy ta’lim talabalari orasida giyohvandlik vositalarining tarqalishi ijtimoiy barqarorlikka jiddiy tahdid solmoqda. Talabalar muhiti o‘zining maxsus xususiyatlari - yuqori intellektual yuklama, mustaqillikka o‘tish davri va kuchli ijtimoiy aloqalar tufayli boshqa yosh guruhlariga nisbatan yuqori xavf ostida turadi. Mustaqil yashash, yuqori akademik yuklama, moliyaviy muammolar, tengdoshlar ta’siri va bo‘sh vaqtni samarasiz o‘tkazish kabi omillar talabalarda deviant xulq-atvor shakllanishiga, shu jumladan giyohvand moddalarga qiziqish ortishiga olib kelmoqda.[1]

O‘zbekiston Respublikasida 2025-yilda 15 412 ta narkojinoyat qayd etilib, 3,6 tonnaga yaqin giyohvandlik moddalari musodara qilingan. Shulardan 124 nafar talaba giyohvandlik vositalari bilan bog‘liq huquqbuzarliklarda ishtirok etganligi aniqlangan.[^2] Bu ko‘rsatkichlar muammoning dolzarbligini va uni faqat huquqiy-repressiv usullar bilan hal etib bo‘lmasligini yaqqol namoyon etadi.

Maqolaning asosiy maqsadi - talabalar muhitida giyohvandlikka qarshi profilaktikaning o‘ziga xos xususiyatlarini kriminologik nazariyalar va milliy siyosat hujjatlari asosida tahlil etish hamda ilmiy asoslangan samarali mexanizmlarni ishlab chiqishdir.

Nazariy asoslar

Kriminologiyada yoshlar jinoyatchiligining oldini olishning asosiy yo‘li ularning ijtimoiylashuv jarayoniga kompleks ta’sir etishdan iborat. A.I. Dolgova repressiv choralar o‘rniga ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va shaxsiy qadriyatlar tizimini shakllantirishni asosiy ustuvorlik deb hisoblaydi.[3]

V.N. Kudryavtsev jinoyatni muayyan ijtimoiy sharoitlarning natijasi sifatida ko‘rib chiqadi.[4] Robert Mertonning shtamm (anomie) nazariyasi ijtimoiy maqsadlar va ularni amalga oshirish imkoniyatlari o‘rtasidagi nomuvofiqlikni deviant xulqning asosiy sababi deb izohlaydi.[5] Travis Hirschining ijtimoiy bog‘lanish nazariyasi esa oila, ta’lim muassasasi va jamiyat bilan bog‘lanishning zaiflashishini jinoyatchilikning asosiy omili sifatida belgilaydi.[6] Robert Agnewning umumiy shtamm nazariyasi stress, salbiy hayotiy voqealar va emotsional tajribalarning ta’sirini yanada chuqurroq ochib beradi.[7]

Talabalar muhitida bu nazariyalar ayniqsa dolzarb, chunki universitet davrida tengdoshlar bosimi, akademik stress, ijtimoiy izolyatsiya va kelajakka nisbatan noaniqlik kabi shtammlar kuchayadi.

Huquqiy baza va milliy siyosat

O‘zbekiston Respublikasi Jinoyat kodeksining 271-, 273- va 275-moddalarida giyohvandlik vositalari bilan bog‘liq jinoyatlar uchun javobgarlik belgilangan.[8] “Giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalar to‘g‘risida”gi Qonun (1999-yil) asosiy huquqiy hujjat bo‘lib qolmoqda.

Prezidentning 2024-yil 6-maydagi PF-73-son Farmoni bilan tasdiqlangan 2024–2028 yillarga mo‘ljallangan Milliy strategiya talabalar muhitida profilaktikani alohida ustuvor yo‘nalish sifatida belgilaydi.[9] Strategiyada “giyohvandlikka qarshi immunitet” shakllantirish, ta’lim muassasalarida targ‘ibot ishlarini kuchaytirish va raqamli monitoring mexanizmlarini joriy etish ko‘zda tutilgan. 2025-yilda qabul qilingan PF-207-son Farmon talabalar yotoqxonalari va ta’lim muassasalarida nazoratni yanada kuchaytirdi.

Zamonaviy xavflar va talabalar muhitining o‘ziga xos xususiyatlari

Raqamli texnologiyalar rivoji (onlayn-savdo, “zakladka” tizimi, Telegram-kanallar) an’anaviy profilaktika usullarini sezilarli darajada qiyinlashtirmoqda. Sintetik moddalar (pregabalin, tropikamid va boshqalar) tarqalishi yangi xatarlarni keltirmoqda.[10]

Talabalar muhitida profilaktikaning o‘ziga xos jihatlari quyidagilardan iborat:

Guruhiy dinamika va tengdoshlar ta’sirining kuchliligi - peer-to-peer (tengdoshlar orasida) ogohlantirish dasturlarini joriy etish zarur.

Yuqori akademik stress - universitetlarda psixologik yordam markazlarini tashkil etish.

Ijtimoiy monitoring - talabalar yotoqxonalari va ijarahonalarda mahalla va ota-onalar bilan hamkorlikni kuchaytirish.

Raqamli xavflar - onlayn-platformalarni monitoring qilish va bloklash mexanizmlarini yaratish.

Xalqaro tajribada (AQSh va Yevropa mamlakatlarida) Life Skills Training va Botvin kabi ilmiy asoslangan kompleks dasturlar talabalar o‘rtasida giyohvandlikni sezilarli darajada kamaytirgani isbotlangan.

Tavsiyalar

Oliy ta’lim muassasalarida majburiy “Sog‘lom turmush tarzi va giyohvandlikka qarshi immunitet” fanini joriy etish.

Talabalar o‘rtasida ijtimoiy reklama, flashmob va kreativ loyihalarni kengaytirish.

Oila va mahallalar bilan uch tomonlama hamkorlik mexanizmini yaratish.

Raqamli monitoring tizimini rivojlantirish va sun’iy intellekt imkoniyatlaridan foydalanish.

Doimiy empirik monitoring va ilmiy tadqiqotlar o‘tkazishni yo‘lga qo‘yish.

Xulosa

Talabalar o‘rtasida giyohvandlikka qarshi kurash faqat repressiv choralar bilan cheklanib qolmasligi lozim. Kompleks ijtimoiy-psixologik, ta’limiy va innovatsion raqamli yondashuvlar Milliy strategiya maqsadlariga erishishning eng samarali yo‘li hisoblanadi. Yoshlar bilan yaqin hamkorlik, ularning muammolarini chuqur tushunish orqali ushbu ijtimoiy xavfni sezilarli darajada pasaytirish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining PF-73-son Farmoni (06.05.2024).
2. Gazeta.uz ma’lumotlari (2026-yil, 2025-yil statistikasi).
3. Dolgova A.I. Kriminologiya. – M.: Norma, 2010.

4. Kudryavtsev V.N. Prichiny pravonarusheniy. – M.: Nauka, 1976.
5. Merton R.K. Social Structure and Anomie // American Sociological Review. 1938.
6. Hirschi T. Causes of Delinquency. Berkeley, 1969.
7. Agnew R. Foundation for a General Strain Theory... Criminology, 1992.
8. O‘zbekiston Respublikasi Jinoyat kodeksi. Toshkent, 2024.
9. Muhiddinov X. Yoshlar orasida giyohvandlikning tarqalishi va uning profilaktikasi. – T.: Fan, 2022.
10. BMTning Jahon giyohvandlik hisoboti va xalqaro tajribalar.

Nazarova Sadoqat Ilhom qizi
Urganch davlat pedagogika instituti mustaqil izlanuvchisi
Email: sadoqatnazarova086@gamil.com

DIFFERENSIAL YONDASHUV ASOSIDA BO‘LAJAK PEDAGOGLARDA IJTIMOIY MAS’ULIYAT KOMPETENSIYASINI RIVOJLANTIRISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH SAMARADORLIGINI OSHIRISH YO‘LLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada differensial yondashuv asosida bo‘lajak pedagoglarda ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasini rivojlantirish metodikasini takomillashtirishning nazariy va amaliy asoslari yoritilgan. Bo‘lajak pedagoglarning individual xususiyatlari, qobiliyatlari va ehtiyojlarini hisobga olgan holda ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasini rivojlantirishning samarali yo‘llari tahlil qilingan. Shuningdek, differensial yondashuvning pedagogik imkoniyatlari hamda ta’lim jarayonida qo‘llash mexanizmlari ochib berilgan.*

Kalit so’zlar: *differensial yondashuv, bo‘lajak pedagog, ijtimoiy mas’uliyat, kompetensiya, kasbiy tayyorgarlik, pedagogik texnologiyalar, ta’lim sifati, innovatsion metodlar.*

Аннотация. *В статье освещаются теоретические и практические основы совершенствования методики развития компетенции социальной ответственности у будущих педагогов на основе дифференцированного подхода. Проанализированы эффективные пути развития социальной ответственности с учетом индивидуальных особенностей, способностей и потребностей студентов. Раскрыты педагогические возможности дифференцированного подхода и механизмы его применения в образовательном процессе.*

Ключевые слова: *дифференцированный подход, будущий педагог, социальная ответственность, компетенция, профессиональная подготовка, педагогические технологии, качество образования, инновационные методы.*

Annotation.*This article highlights the theoretical and practical foundations of improving the methodology for developing social responsibility competence in future teachers based on a differentiated approach. Effective ways of developing social responsibility by considering students’ individual characteristics, abilities, and needs are analyzed. The pedagogical potential of the differentiated approach and its implementation mechanisms in the educational process are also revealed.*

Key words: *differentiated approach, future teacher, social responsibility, competence, professional training, pedagogical technologies, quality of education, innovative methods.*

Bugungi kunda dunyo ta’lim tizimida shaxsga yo‘naltirilgan ta’lim, kompetensiyaviy yondashuv va individual rivojlanishni ta’minlash masalalari ustuvor ahamiyat kasb etmoqda. Jamiyat taraqqiyotining zamonaviy bosqichida pedagog kadrlarning nafaqat kasbiy bilim va ko‘nikmalarga ega bo‘lishi, balki yuksak ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasiga ham ega bo‘lishi muhim hisoblanadi.

O‘zbekiston Respublikasining “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni, “2022–2026-yillarga mo‘ljallangan Yangi O‘zbekistonning taraqqiyot strategiyasi” hamda oliy ta’limni rivojlantirishga

oid me’yoriy-huquqiy hujjatlarda yoshlarni mas’uliyatli, tashabbuskor va ijtimoiy faol shaxs sifatida tarbiyalash ustuvor vazifa sifatida belgilangan.

Ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasi pedagogning kasbiy faoliyatida muhim o‘rin tutib, uning jamiyat, ta’lim muassasasi, o‘quvchilar va kasbiy burchiga nisbatan ongli munosabatini ifodalaydi. Shu sababli bo‘lajak pedagoglarda mazkur kompetensiyani shakllantirish va rivojlantirish dolzarb ilmiy-pedagogik muammo hisoblanadi.

Differensial yondashuv ta’lim jarayonini talabalarning individual imkoniyatlari, qiziqishlari, ehtiyojlari va tayyorgarlik darajasiga mos ravishda tashkil etishni nazarda tutadi. Mazkur yondashuvning asosiy maqsadi har bir talabaga uning rivojlanish imkoniyatlariga mos pedagogik sharoit yaratishdan iborat.

Pedagogika fanida differensial yondashuvning nazariy asoslari ko‘plab olimlar tomonidan tadqiq etilgan. Xususan, V.A. Slastenin, I.P. Podlasiy, N.A. Muslimov, O. Hasanboyeva, K. Xoshimov va boshqa olimlarning ilmiy qarashlarida ta’limni individuallashtirish va differensiallashtirish masalalari yoritilgan. Ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasi shaxsning o‘z faoliyati natijalari uchun javobgarlikni his qilishi, jamiyat manfaatlarini hisobga olishi, ijtimoiy me’yor va qadriyatlarga amal qilishi hamda faol fuqarolik pozitsiyasini namoyon etishi bilan tavsiflanadi.

Bo‘lajak pedagoglarda ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasini rivojlantirish quyidagi komponentlarni o‘z ichiga oladi:

1. Motivatsion component.
2. Kognitiv component.
3. Faoliyatli component.
4.Refleksiv komponent.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, differensial yondashuv asosida tashkil etilgan mashg‘ulotlar talabalarning mustaqil fikrlashi, kasbiy mas’uliyat hissi va ijtimoiy faolligini oshiradi. Mazkur kompetensiyani rivojlantirish samaradorligini oshirishning muhim yo‘llari quyidagilardan iborat:

1. Talabalarning individual xususiyatlarini diagnostika qilish

Ta’lim jarayonining boshida talabalar qobiliyati, qiziqishi va ehtiyojlarini aniqlash muhimdir. Bu esa differensial topshiriqlarni ishlab chiqish imkonini beradi.

2. Interaktiv metodlardan foydalanish

“Aqliy hujum”, “Debat”, “Keys-stadi”, “Loyiha metodi”, “SWOT tahlil” kabi metodlar talabalarning ijtimoiy faolligini rivojlantiradi.

3. Ijtimoiy loyihalar tashkil etish

Talabalarni mahalla, maktab va jamoat tashkilotlari bilan hamkorlikdagi ijtimoiy loyihalarga jalb qilish ularda mas’uliyat hissini kuchaytiradi.

4. Refleksiv faoliyatni rivojlantirish

Talabalarning o‘z faoliyatini tahlil qilishi va baholashi ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasining rivojlanishiga xizmat qiladi.

5. Raqamli texnologiyalardan foydalanish

Elektron ta’lim platformalari, onlayn forumlar va virtual loyihalar talabalarning ijtimoiy hamkorlik ko‘nikmalarini rivojlantiradi. Olib borilgan tajriba-sinov ishlari natijasida differensial yondashuv asosida tashkil etilgan ta’lim jarayoni talabalarning ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasini rivojlantirishda yuqori samaradorlikka ega ekanligi aniqlandi. Bu esa differensial yondashuvning bo‘lajak pedagoglarni tayyorlashdagi muhim pedagogik vosita ekanligini tasdiqlaydi.

Bugungi kunda oliy ta’lim tizimida bo‘lajak pedagoglarni tayyorlash jarayonida nafaqat kasbiy bilim va ko‘nikmalarni shakllantirish, balki ularda ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasini rivojlantirish ham ustuvor vazifalardan biri hisoblanadi. Chunki pedagog shaxsining ijtimoiy mas’uliyat darajasi uning kelajakdagi kasbiy faoliyati sifati, jamiyat oldidagi burchini anglash darajasi hamda yosh avlod tarbiyasiga bo‘lgan munosabatini belgilab beradi.

Differensial yondashuv asosida ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasini rivojlantirish talabalarning individual xususiyatlari, qiziqishlari, ehtiyojlari, qobiliyatlari va tayyorgarlik darajalarini hisobga olgan holda ta’lim jarayonini tashkil etishni nazarda tutadi. Mazkur yondashuv

har bir talabaga o‘z imkoniyatlarini to‘liq namoyon etish, mustaqil fikrlash, muammoli vaziyatlarni tahlil qilish va ijtimoiy ahamiyatga ega qarorlar qabul qilish imkoniyatini yaratadi.

Bo‘lajak pedagoglarda ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasini rivojlantirish samaradorligini oshirishning muhim yo‘llaridan biri ta’lim mazmuniga ijtimoiy yo‘naltirilgan topshiriqlarni keng joriy etish hisoblanadi. Bunda talabalarning jamiyatda uchraydigan real pedagogik va ijtimoiy muammolarni tahlil qilishlari, ularga yechim ishlab chiqishlari hamda amaliy faoliyat orqali o‘z munosabatlarini namoyon etishlari muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, keys-stadi, loyiha metodi, muammoli ta’lim va refleksiv topshiriqlardan foydalanish talabalarda mas’uliyat hissining rivojlanishiga xizmat qiladi.

Shuningdek, volontyorlik faoliyatlari, ijtimoiy loyihalar va jamoatchilik ishlari ham talabalarning ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasini shakllantirishda samarali vosita hisoblanadi. Bunday faoliyatlar jarayonida talabalar jamiyat ehtiyojlarini anglaydi, fuqarolik pozitsiyasini mustahkamlaydi hamda o‘z harakatlari natijasi uchun javobgarlik hissini rivojlantiradi. Natijada ularda kasbiy va ijtimoiy faoliyatga nisbatan ongli munosabat shakllanadi.

Ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasini rivojlantirish samaradorligini oshirishda raqamli ta’lim texnologiyalaridan foydalanish ham muhim ahamiyatga ega. Elektron ta’lim platformalari, virtual muhokamalar, onlayn loyihalar va interaktiv ta’lim resurslari talabalarning mustaqil ta’lim olish faoliyatini faollashtiradi hamda ijtimoiy masalalarga nisbatan mas’uliyatli yondashuvni rivojlantiradi. Ayniqsa, raqamli muhitda hamkorlikda ishlash ko‘nikmalarining shakllanishi ijtimoiy mas’uliyatning muhim tarkibiy qismlaridan biri hisoblanadi.

Bo‘lajak pedagoglarda ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasini rivojlantirish metodikasini takomillashtirishning yana bir muhim yo‘nalishi refleksiv faoliyatni tashkil etishdir. Refleksiya jarayonida talabalar o‘z faoliyatini tahlil qiladi, erishilgan natijalarni baholaydi va kelgusidagi rivojlanish istiqbollarini belgilaydi. Bu esa ularda o‘z-o‘zini nazorat qilish, o‘z faoliyati natijalari uchun javobgarlikni his qilish hamda kasbiy o‘sishga intilish kabi sifatlarni rivojlantiradi.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, differensial yondashuv asosida tashkil etilgan ta’lim jarayonida talabalarning ijtimoiy mas’uliyat darajasi an’anaviy yondashuvga nisbatan yuqori natijalarni namoyon etadi. Buning asosiy sababi har bir talabaning shaxsiy imkoniyatlari va ehtiyojlarini hisobga olish orqali uning ta’lim jarayonidagi faolligini oshirish, mustaqil qaror qabul qilishga yo‘naltirish hamda ijtimoiy ahamiyatga ega faoliyatlarga jalb etish bilan izohlanadi.

Differensial yondashuv asosida bo‘lajak pedagoglarda ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish ta’lim sifati va samaradorligini oshirishning muhim omili hisoblanadi. Mazkur yondashuv talabalarning individual imkoniyatlarini hisobga olish, ularning kasbiy va shaxsiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash hamda jamiyat oldidagi mas’uliyatini shakllantirish imkonini beradi.

Kelgusida pedagogika yo‘nalishidagi ta’lim dasturlariga ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasini rivojlantirishga qaratilgan maxsus modullarni joriy etish, raqamli texnologiyalar asosida differensial ta’lim muhitini yaratish va innovatsion metodlarni keng qo‘llash maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. O‘zbekiston Respublikasi “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni. – Toshkent, 2020.
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining PF–60-son Farmoni. – Toshkent, 2022.
3. Muslimov N.A. Kasb ta’limi o‘qituvchisini kasbiy shakllantirishning nazariy-metodik asoslari. – T., 1993.
4. Hasanboyeva O. Pedagogika tarixi. – T.: O‘qituvchi, 1997.
5. Podlasiy I.P. Pedagogika. – M.: VLADOS, 1996.
6. Xoshimov K., Nishonova S. Pedagogika tarixi. – T.: O‘zMilliy kutubxonasi, 2005.
7. Raupova M. Axloqiy me’yorlar va qadriyatlar – bo‘lajak o‘qituvchilarning huquqiy ijtimoiylashuvining asosi. – T., 2023.

O‘ktamova Shohida Odilbek qizi
Abu Rayhon Beruniy nomidagi Urganch davlat universiteiti
“Pedagogika va psixologiya” kafedrasi dotsenti, ps.f.f.d.(PhD)

VOYAGA YETMAGANLAR O‘RTASIDA HUQUQBUZARLIK PROFILAKTIKASINI TASHKIL ETISH PSIXOLOGIK FENOMEN SIFATIDA

Kirish. Jamiyat taraqqiyoti va barqarorligi har bir avlodning tarbiyasi, huquqiy ongi va ijtimoiy moslashuvi bilan chambarchas bog‘liq. Ayniqsa, voyaga yetmaganlarning huquqbuzarlikka moyilligi va uning oldini olish masalasi zamonaviy psixologiya, pedagogika va huquqshunoslik fanlari uchun dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. Yoshlarning huquqiy xatti-harakatlarini shakllantirish, ularning ijtimoiy moslashuv darajasini oshirish va deviant xulq-atvorning oldini olish maqsadida turli profilaktik choralar ishlab chiqish zarur. Bu jarayonda psixologik yondashuv muhim ahamiyat kasb etib, voyaga yetmaganlarning shaxsiy rivojlanishi, oilaviy tarbiyasi, ta’lim tizimi va ijtimoiy muhit bilan o‘zaro bog‘liqligi atroflicha tahlil qilinishi lozim.

Voyaga yetmaganlar tomonidan sodir etiladigan huquqbuzarliklarning oldini olishda shaxsiy motivatsiya, o‘z-o‘zini boshqarish qobiliyati va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimining mavjudligi katta rol o‘ynaydi. Psixologik jihatdan yetuk bo‘lmagan, emotsional jihatdan beqaror va ijtimoiy tajribasi yetarli bo‘lmagan yoshlar ko‘pincha noto‘g‘ri qarorlar qabul qilishga moyil bo‘ladilar. Shu boisdan, huquqbuzarlik profilaktikasini samarali tashkil etish uchun psixologik ta’sir vositalari – psixokorreksiya, psixoprofilaktika, reabilitatsiya va ta’lim dasturlaridan foydalanish lozim. Bu yo‘nalishlar yoshlarning huquqiy ongini rivojlantirish, ularni ijtimoiy muhitga moslashtirish va konstruktiv fikrlash qobiliyatlarini shakllantirishga xizmat qiladi.

Huquqbuzarlik profilaktikasini samarali amalga oshirishda oilaning o‘rni alohida ahamiyat kasb etadi. Oilaviy muhitning beqarorligi, ota-onalarning tarbiyaviy yondashuvlaridagi kamchiliklar yoki bolaning e’tiborsiz qoldirilishi voyaga yetmaganlarning nojo‘ya xatti-harakatlarini shakllantirishga sabab bo‘lishi mumkin. Shu bois, profilaktika chora-tadbirlari oilalar bilan ishlash, ota-onalarga pedagogik va psixologik maslahatlar berish, yoshlarni ijtimoiy faollikka jalb etish kabi yo‘nalishlarni o‘z ichiga olishi lozim.

Shuningdek, ta’lim muassasalarining ham huquqbuzarlikning oldini olishdagi o‘rni katta. Maktab va boshqa ta’lim muassasalarida psixologik xizmatlarni rivojlantirish, o‘quvchilarga huquqiy savodxonlik bo‘yicha bilim berish, ularni ijtimoiy va kasbiy jihatdan yo‘naltirish orqali yoshlarning kelajakdagi xulq-atvori shakllantiriladi. Shu bilan birga, ta’lim muassasalarida konfliktlarni hal qilish, stressni boshqarish va ijtimoiy moslashuv bo‘yicha treninglar tashkil etish ham voyaga yetmaganlarning huquqiy normalarga rioya qilishini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlil. Voyaga yetmaganlarning huquqbuzarlik sodir etish sabablari murakkab psixologik va ijtimoiy jarayonlar bilan bog‘liq bo‘lib, ayniqsa, guruh bosimi va deviant xulq-atvor ushbu jarayonda muhim o‘rin tutadi. Yoshlar ko‘pincha atrof-muhitning ta’siri ostida shakllanadi va o‘zini jamiyatda qabul qildirishga intiladi. Ushbu ehtiyoj ularni ba’zan noto‘g‘ri yo‘nalishga yetaklashi, natijada huquqbuzarlik sodir etish ehtimolini oshirishi mumkin. Ijtimoiy ta’sir mexanizmlari shaxsning ichki motivatsiyasini shakllantiradi va unga o‘z xatti-harakatlarini baholashga yordam beradi. Shu sababli, agar voyaga yetmaganlar ijtimoiy normaga zid bo‘lgan guruhlar ta’siriga tushsa, ular huquqbuzarlikka moyil bo‘lishi mumkin.

Shaxsning rivojlanishi ijtimoiy muhit va psixologik omillarning o‘zaro bog‘liqligi asosida kechadi. Har bir insonning xatti-harakati tashqi ta’sirlar va ichki motivatsiya natijasida shakllanadi. Yoshlarning guruh ichida o‘z o‘rnini topish istagi, tanqidga uchrash yoki yolg‘izlikdan qo‘rqish ularni noto‘g‘ri xatti-harakatlarni bajarishga majbur qilishi mumkin. Bu holatda, voyaga yetmaganlar noto‘g‘ri qaror qabul qilish ehtimoli yuqori bo‘ladi, chunki ular guruh qoidalariga moslashishga harakat qiladi. Shu boisdan, ijtimoiy moslashuv va shaxsiy mustaqillikni shakllantirish huquqbuzarlikning oldini olishda muhim omillardan biridir.

Shaxs faoliyati va uning motivatsiyasi tashqi ta’sirlar bilan chambarchas bog‘liq. O‘smirlik davrida ijtimoiy guruhga bo‘lgan ehtiyoj yuqori bo‘lib, yoshlar o‘z atrofidagi kishilar ta’sirida xatti-

harakatlarini belgilaydi. Noto‘g‘ri muhitga tushib qolgan yoshlar esa qabul qildirilish yoki hurmat qozonish uchun huquqiy normalarga zid harakatlarni sodir etishi mumkin. Shu bois, yoshlarning motivatsiyasini to‘g‘ri yo‘naltirish, ularni sog‘lom jamiyat a’zosi sifatida shakllantirish huquqbuzarlikning oldini olishda muhim hisoblanadi.

Shaxs rivojlanishi ijtimoiy-madaniy ta’sirlar natijasida yuzaga keladi. Agar voyaga yetmaganlar noto‘g‘ri guruh ichida uzoq vaqt qolsa, ularning huquqbuzarlikka moyilligi ortadi. Yoshlar hayotining dastlabki bosqichlarida ijtimoiy muhit, ta’lim va tarbiya jarayonlari ularning xulq-atvorini shakllantirishda katta rol o‘ynaydi. Shu sababli, yoshlarning to‘g‘ri ijtimoiy munosabatlarga ega bo‘lishi va huquqbuzarlikdan himoyalanishi uchun ularning tarbiyaviy muhitini sog‘lomlashtirish zarur.

Inson rivojlanish jarayonida biologik, ijtimoiy va psixologik omillar o‘zaro ta’sir qiladi. Yoshlarning huquqbuzarlik sodir etishi ularning psixologik yetukligi va ijtimoiy moslashish darajasiga bog‘liq. Agar bola yoki o‘smir emotsional jihatdan beqaror bo‘lsa va o‘z xatti-harakatlarini nazorat qila olmasa, u guruh bosimiga osonlik bilan berilishi mumkin. Shu bois, huquqbuzarlikning oldini olish uchun yoshlarning shaxsiy mas’uliyatini shakllantirish, ularning emotsional rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash va ularga ijtimoiy moslashuv strategiyalarini o‘rgatish muhim hisoblanadi.

Ijtimoiy munosabatlar insonning psixologik rivojlanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega. Noto‘g‘ri ijtimoiy muhit yoshlarning huquqbuzarlik sodir etish ehtimolini oshiradi. Ayniqsa, o‘smirlik davrida yoshlar jamiyatda o‘z o‘rnini topish uchun turli tajribalarni o‘tkazadi va ba’zan bu tajribalar noto‘g‘ri yo‘nalishda bo‘lishi mumkin. Shu bois, voyaga yetmaganlarning ijtimoiy tajribalarini ijobiy shakllantirish va ularni sog‘lom muhitga yo‘naltirish muhim ahamiyat kasb etadi.

O‘smirlik yoshida shaxs rivojlanishi faoliyat va muloqot orqali shakllanadi. Guruh bosimi va atrof-muhit ta’siri yoshlarning xatti-harakatlariga bevosita ta’sir qiladi. Agar yoshlar noto‘g‘ri xulq-atvorni o‘zlashtirsa, bu ularning kelajakdagi huquqiy madaniyatiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu sababli, yoshlarning shaxsiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash, ularni ijtimoiy jihatdan moslashuvchan qilish va deviant xatti-harakatlarning oldini olish bo‘yicha chora-tadbirlarni kuchaytirish lozim.

Guruh bosimi va deviant xulq-atvor voyaga yetmaganlarning huquqbuzarlik sodir etishiga olib keluvchi asosiy psixologik omillardan biridir. Yoshlarning noto‘g‘ri yo‘nalishga tushib qolishining oldini olish uchun ularga sog‘lom muhit yaratish, huquqiy savodxonlikni oshirish va ijtimoiy moslashuv strategiyalarini rivojlantirish zarur. Shuningdek, psixologik yondashuvlar orqali ularning xulq-atvorini boshqarish va guruh bosimidan kelib chiqadigan salbiy ta’sirlarni kamaytirish mumkin.

Muhokama. Fikrimizcha, voyaga yetmaganlar orasida huquqbuzarlik sodir etilishining asosiy sabablari ijtimoiy muhit, guruh bosimi va shaxsning psixologik xususiyatlari bilan bog‘liq. Yoshlar o‘zlarini jamiyatda qabul qildirish va tegishli guruhning bir qismi sifatida his qilish istagida bo‘lib, bu ularning xatti-harakatlarini shakllantirishda muhim omil hisoblanadi. Agar voyaga yetmaganlar noto‘g‘ri ijtimoiy guruhlarga qo‘shilib qolsa, deviant xulq-atvor shakllanishi va huquqbuzarlikka moyillik ortishi ehtimoli yuqori bo‘ladi. Shuning uchun, ularning shaxsiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash, ijtimoiy moslashuv strategiyalarini o‘rgatish va sog‘lom muhit yaratish huquqbuzarlikning oldini olishning samarali choralaridan biri hisoblanadi. Shu bilan birga, oilaviy tarbiya, ta’lim tizimi va ijtimoiy institutlar hamkorligi yoshlarning huquqiy ongi va ijtimoiy javobgarligini oshirishga xizmat qiladi. Profilaktik tadbirlar orqali yoshlarni ijtimoiy jihatdan faol shaxs sifatida shakllantirish va ular orasida huquqbuzarlikning oldini olish imkoniyatlarini kengaytirish mumkin. Shu sababli, huquqbuzarlik profilaktikasi kompleks yondashuv asosida amalga oshirilishi lozim.

Ilk yoshlik davri organizmning fiziologik yetukligi va psixologik shakllanish jarayonining yakunlanishi bilan tavsiflanadi. Bu bosqichda inson tanasining rivojlanishi muvozanatga kelib, ko‘plab jismoniy funksiyalar me’yoriy holatga o‘tadi. Shu bilan birga, psixologik jarayonlar ham o‘zgarib borib, shaxsiy va ijtimoiy identifikatsiya kuchayadi. Yoshlar o‘zini mustaqil shaxs sifatida anglay boshlaydi va bu ularning atrof-muhit bilan o‘zaro munosabatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. O‘zgarayotgan jismoniy va hissiy holatlar esa psixologik beqarorlikni kuchaytirib, huquqbuzarlik xatti-harakatlarining shakllanishiga olib kelishi mumkin.

Shungdek, oilaning ta’siri alohida ahamiyatga ega. Ota-onalarning ijtimoiy mavqei, intellektual darajasi va tarbiya uslubi yoshlarning huquqiy xulq-atvorining shakllanishiga bevosita ta’sir qiladi. Agar oila ichida zo‘ravonlik, beparvolik yoki psixologik bosim mavjud bo‘lsa, bu bolalarda salbiy xatti-harakatlarning rivojlanishiga sabab bo‘lishi mumkin. Bunday sharoitda voyaga yetmaganlar tashqi muhitda o‘ziga nisbatan iliqlik va qabul qilinish tuyg‘usini izlashadi, bu esa ularning noto‘g‘ri guruhlar ta’siriga tushib qolish xavfini oshiradi. Shu sababli, huquqbuzarlikning oldini olishda ota-onalar bilan ishlash, psixologik maslahatlar berish va sog‘lom oilaviy muhitni shakllantirish muhim ahamiyatga ega.

Xulosa. Hozirgi zamon axborot vositalari orqali odamlar ongi va xulq-atvoriga ta’sir o‘tkazish tobora kuchayib bormoqda. Televideniye, radio, internet va matbuot orqali beriladigan reklama va targ‘ibot materiallari inson psixologiyasiga sezilarli darajada ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli, yosh avlodni bunday axborot manipulyatsiyasidan himoya qilish muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Bundan tashqari, turli destruktiv guruhlar, diniy-ekstremistik oqimlar va manipulyativ g‘oyalar yoshlarni o‘z ta’sir doirasiga tortib, ularning ijtimoiy xavfsizligini tahdid ostiga qo‘yishi mumkin. Ayniqsa, yoshlarning axborotni tahlil qilish va tanqidiy fikrlash ko‘nikmalarining yetishmovchiligi ularning noto‘g‘ri yo‘nalishga tushib qolish ehtimolini oshiradi. Shu sababli, ta’lim va tarbiya jarayonida yoshlarni axborot manipulyatsiyasidan himoya qilishga qaratilgan maxsus dasturlarni shakllantirish zarur.

Voyaga yetmaganlarni turli destruktiv g‘oyalardan himoya qilish uchun ularda manipulyativ ta’sirlarga qarshi turish ko‘nikmalarini rivojlantirish lozim. Bu jarayonda ijtimoiy, psixologik va siyosiy omillar muhim rol o‘ynaydi. Yoshlarning psixologik barqarorligini oshirish va ularni ijtimoiy ta’sirlardan himoya qilish uchun aniq strategiyalar ishlab chiqilishi kerak. Bu strategiyalar orqali shaxsning ichki psixologik holati va tashqi muhit o‘rtasida muvozanatni ta’minlash mumkin. Bunday himoya mexanizmlarini yaratishda psixologik va ijtimoiy tadqiqotlar natijalariga asoslangan holda harakat qilish zarur. Yoshlarning axborot madaniyatini oshirish va ularni mustaqil fikrlashga o‘rgatish orqali manipulyativ ta’sirlarga qarshi immunitet shakllantirish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Блэкборн Р. Психология криминального поведения. – СПб.: Питер, 2004.
2. Ганеева Э.И. Формирование индивидуального стиля общения у подростков в учебно-воспитательном процессе: Дис. … канд. психол. наук. – Т.: УзНУ, 2002. – 159 с.
3. Ikromova S.A. “O‘smirlarda destruktiv axborotlarga nisbatan mafkuraviy immunitet shakllantirishning ijtimoiy-psixologik omillari” mavzusidagi dissertatsiya ishi - Buxoro., 2024. – 86 b.
4. Романова Е.С., Гребенников Л.Р., Механизмы психологической защиты. Генезис. Функционирование. Диагностика. – Мытищи, Изд-во “Талант”, 1990.
5. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. –М.:Республика, 1994.
6. Халилова Н.И. Ўсмирлик даврида ўзини ўзи назорат қилиш шаклланишининг психологик хусусиятлари. Психол. фан. номз. ... дис. – Т.: ТДПУ, 2010. – 140 б.

Suyunboyeva Mushtariybegim Akmaljon qizi
Andijon shahar 3-umumiy o‘rta ta’lim maktabi o‘qituvchisi, ADU tadqiqotchisi

BOSHLANG‘ICH SINF O‘QUVCHILARIDA SOG‘LOM TURMUSH TARZIGA YO‘NALTIRILGAN SHAXSIY SIFATLARNI SHAKLLANTIRISH ORQALI KELAJAKDAGI NARKOXAVFLARNING OLDINI OLISH

Annotatsiya. *Mazkur maqolada boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida sog‘lom turmush tarziga yo‘naltirilgan shaxsiy sifatlarni shakllantirish orqali kelajakda yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan narkoxavflarning oldini olishning psixologik-pedagogik omillari tahlil qilingan. Mas'uliyatlilik, o‘zini nazorat qilish, mustaqillik, irodaviy barqarorlik va sog‘lom qadriyatlarga sodiqlik kabi shaxsiy*

sifatlarning profilaktik ahamiyati yoritilgan. Tadqiqot natijalariga asoslanib, bolalarda sog‘lom hayotiy pozitsiyani shakllantirish bo‘yicha tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so’zlar: *sog‘lom turmush tarzi, shaxsiy sifatlar, boshlang‘ich sinf o‘quvchilari, narkoxavf, profilaktika, psixologik rivojlanish, irodaviy sifatlar, tarbiya.*

Аннотация. *В статье рассматриваются психолого-педагогические факторы профилактики будущих наркорисков путем формирования личностных качеств, ориентированных на здоровый образ жизни у учащихся начальных классов. Раскрыта профилактическая роль ответственности, самоконтроля, самостоятельности, волевой устойчивости и приверженности здоровым ценностям. Разработаны рекомендации по формированию у детей здоровой жизненной позиции.*

Ключевые слова: *здоровый образ жизни, личностные качества, учащиеся начальных классов, наркориски, профилактика, психологическое развитие, волевые качества.*

Annotation. *This article examines psychological and pedagogical factors for preventing future drug-related risks through the development of personality traits oriented toward a healthy lifestyle among primary school students. The preventive role of responsibility, self-control, independence, volitional stability, and commitment to healthy values is highlighted. Recommendations for fostering a healthy life position in children are proposed.*

Key words: *healthy lifestyle, personality traits, primary school students, drug risks, prevention, psychological development, volitional qualities.*

Bugungi globallashuv va axborotlashuv sharoitida bolalar tarbiyasi jamiyatning eng muhim vazifalaridan biri hisoblanadi. Yosh avlodni turli ijtimoiy tahdidlar, jumladan, giyohvandlik, zararli odatlar va destruktiv axborotlarning salbiy ta'siridan himoya qilish dolzarb masala bo‘lib qolmoqda. Mutaxassislarning fikriga ko‘ra, giyohvandlikka qarshi samarali kurash faqat muammoning yuzaga kelgan davrida emas, balki uning profilaktikasini bolalik davridan boshlash orqali amalga oshiriladi [1, b.24].

Boshlang‘ich maktab yoshi shaxsning asosiy qadriyatlari, motivlari va xulq-atvor me'yorlari shakllanadigan muhim bosqich hisoblanadi. Aynan shu davrda sog‘lom turmush tarziga yo‘naltirilgan shaxsiy sifatlarni rivojlantirish kelajakda turli xavfli xulq-atvor shakllarining oldini olishga xizmat qiladi [2, b.39].

Tadqiqotchilarning ta'kidlashicha, mas'uliyatlilik, o‘zini nazorat qilish va irodaviy barqarorlik kabi sifatlarning rivojlanganligi shaxsning zararli ta'sirlarga qarshi turish qobiliyatini oshiradi [3, b.18].

Tadqiqotda tizimli yondashuv, nazariy tahlil, qiyosiy tahlil, ilmiy manbalarni kontent-tahlil qilish va psixologik umumlashtirish metodlaridan foydalanildi.

Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida sog‘lom turmush tarziga yo‘naltirilgan shaxsiy sifatlarni shakllantirish quyidagi yo‘nalishlar asosida o‘rganildi:1. Mas'uliyatlilik

Bolaning o‘z harakatlari natijasini anglay olishi va ongli qaror qabul qilish qobiliyatini ifodalaydi.

2. O‘zini nazorat qilish

Emotsiyalar va xatti-harakatlarni boshqarish, impulsiv qarorlarning oldini olish imkonini beradi [4, b.51].

3. Mustaqillik

Mustaqil fikrlash va ijtimoiy bosimlarga berilmaslik ko‘nikmalarini shakllantiradi.

4. Irodaviy barqarorlik

Murakkab vaziyatlarda to‘g‘ri qaror qabul qilish va salbiy ta'sirlarga qarshi turishni ta'minlaydi.

5. Sog‘lom qadriyatlarga sodiqlik

Sog‘lom turmush tarzini qadrlash va zararli odatlarga salbiy munosabatni rivojlantiradi [5, b.73].

Tadqiqot natijalari va muhokama

Tahlillar shuni ko‘rsatdiki, boshlang‘ich maktab yoshida shakllangan ijobiy shaxsiy sifatlar o‘smirlik va yoshlik davrida xavfli xulq-atvorning oldini olishda muhim himoya omili sifatida namoyon bo‘ladi [6, b.44].

Mas'uliyatlilik darajasi yuqori bo‘lgan bolalar o‘z harakatlarining oqibatlarini yaxshiroq anglaydi va zararli odatlarga kamroq moyillik bildiradi. O‘zini nazorat qilish ko‘nikmalari rivojlangan o‘quvchilarda esa impulsiv qarorlar va xavfli tajribalarga qiziqish darajasi past bo‘ladi [7, b.68].

Shuningdek, tadqiqot natijalari quyidagi omillarning ahamiyatini ko‘rsatdi:

oiladagi sog‘lom psixologik muhit;

maktab va ota-onalar hamkorligi;

sog‘lom turmush tarzini targ‘ib etish;

sport va ijodiy faoliyatga jalb etish;

mediasavodxonlik elementlarini bosqichma-bosqich shakllantirish.

Mazkur omillar bolalarda sog‘lom hayotiy pozitsiyani rivojlantirib, kelajakdagi narkoxavflarning oldini olishga xizmat qiladi [8, b.92].

Psixologik nuqtai nazardan qaralganda, giyohvandlik profilaktikasining eng samarali yo‘li bolalarda ijobiy shaxsiy sifatlarni shakllantirish va mustahkamlash hisoblanadi. Bunday yondashuv muammoni yuzaga kelgandan keyin emas, balki uning ildizlarini bartaraf etishga qaratilganligi bilan ahamiyatlidir.

Tadqiqot natijalari asosida quyidagi xulosalarga kelindi:

Boshlang‘ich maktab yoshi sog‘lom turmush tarziga yo‘naltirilgan shaxsiy sifatlarni shakllantirish uchun eng qulay davr hisoblanadi.

Mas'uliyatlilik, o‘zini nazorat qilish, mustaqillik va irodaviy barqarorlik kelajakdagi narkoxavflarga qarshi muhim himoya omillari hisoblanadi.

Sog‘lom qadriyatlarga sodiqlikni rivojlantirish bolalarda zararli odatlarga nisbatan salbiy munosabatni shakllantiradi.

Shunday qilib, boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida sog‘lom turmush tarziga yo‘naltirilgan shaxsiy sifatlarni shakllantirish kelajakda giyohvandlik va boshqa ijtimoiy xavfli xulq-atvorlarning oldini olishga xizmat qiluvchi samarali profilaktik mexanizm hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. World Health Organization. Preventing Drug Use Among Children and Adolescents. – Geneva: WHO, 2023. – 118 p.

2. Bojovich L.I. Lichnost i yeye formirovaniye v detskom vozraste. – Moskva: Prosveshcheniye, 2019. – 398 s.

3. Vygotskiy L.S. Pedagogicheskaya psixologiya. – Moskva: AST, 2021. – 512 s.

4. Muxina V.S. Vozrastnaya psixologiya. – Moskva: Akademiya, 2020. – 608 s.

5. Feldstein D.I. Psixologiya razvitiya lichnosti. – Moskva: Institut prakticheskoy psixologii, 2021. – 384 s.

6. UNICEF. Child Development and Well-being Report. – New York: UNICEF, 2024. – 164 p.

T.F.Muydinov

Andijon davlat universiteti Psixologiya va pedagogika kafedrasi dotsenti, psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

DUAL TA'LIM SHAKLIDA TAHSIL OLAYOTGAN TALABALARDA KIBER MAKONDAGI NARKOTARG‘IBOTGA QARSHI PSIXOLOGIK HIMOYANI SHAKLLANTIRISHDA O‘Z-O‘ZINI BOSHQARISH MEXANIZMLARINING O‘RNI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada dual ta'lim shaklida tahsil olayotgan talabalarda kiber makondagi narkotarg‘ibot va destruktiv axborotlarning salbiy ta'siriga qarshi psixologik himoyani shakllantirishda o‘z-o‘zini boshqarish mexanizmlarining o‘rni tahlil qilingan. O‘z-o‘zini*

boshqarishning kognitiv, motivatsion, refleksiv va xulq-atvor komponentlari talabalarning axborot xavfsizligini ta'minlashdagi ahamiyati nuqtai nazaridan yoritilgan. Tadqiqot natijalariga asoslanib, psixologik himoyani kuchaytirishga qaratilgan amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: *dual ta'lim, o'z-o'zini boshqarish, psixologik himoya, narkotarg'ibot, kiber makon, talabalar, mediasavodxonlik, axborot xavfsizligi, self-regulation.*

Аннотация. *В статье рассматривается роль механизмов саморегуляции в формировании психологической защиты студентов дуальной формы обучения от наркопропаганды и деструктивной информации в киберпространстве. Освещаются когнитивные, мотивационные, рефлексивные и поведенческие компоненты саморегуляции в обеспечении информационной безопасности личности. На основе результатов исследования разработаны практические рекомендации по усилению психологической защиты студентов.*

Ключевые слова: *дуальное образование, саморегуляция, психологическая защита, наркопропаганда, киберпространство, студенты, медиаграмотность, информационная безопасность.*

Annotation. *This article examines the role of self-regulation mechanisms in developing psychological protection among dual education students against drug propaganda and destructive information in cyberspace. The cognitive, motivational, reflective, and behavioral components of self-regulation are analyzed in the context of information security. Based on the findings, practical recommendations are proposed to strengthen students' psychological protection.*

Key words: *dual education, self-regulation, psychological protection, drug propaganda, cyberspace, students, media literacy, information security.*

Raqamli transformatsiya jarayonlarining jadallashuvi yoshlarning internet va ijtimoiy tarmoqlardagi faolligini sezilarli darajada oshirdi. Bunday sharoitda kiber makonda tarqatilayotgan narkotarg'ibot, destruktiv g'oyalar va noqonuniy axborotlarning yoshlar ongiga ta'sir ko'rsatish xavfi ham ortib bormoqda. Ayniqsa, dual ta'lim tizimida tahsil olayotgan talabalar bir vaqtning o'zida ta'lim va ishlab chiqarish faoliyatini olib borishi sababli murakkab axborot muhitida faoliyat yuritadilar [1, b.21].

Dual ta'limning asosiy maqsadi nazariy bilimlarni amaliy faoliyat bilan integratsiyalashdan iborat bo'lsa-da, talabalar kiber makondagi turli axborot tahdidlariga ham duch keladilar. Shu sababli ularda o'z-o'zini boshqarish kompetensiyalarini rivojlantirish psixologik himoyaning muhim omili hisoblanadi [2, b.34].

Psixologik nuqtai nazardan o'z-o'zini boshqarish shaxsning maqsad qo'yish, faoliyatini rejalashtirish, nazorat qilish va baholash qobiliyatlari majmui sifatida talqin etiladi [3, b.18]. Mazkur qobiliyatlar yoshlarni zararli axborot ta'siridan himoya qilishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqotda tizimli yondashuv, qiyosiy tahlil, ilmiy adabiyotlar kontent-tahlili hamda nazariy modellashtirish metodlaridan foydalanildi. Talabalarning psixologik himoyasini shakllantirishda o'z-o'zini boshqarishning quyidagi komponentlari tahlil qilindi:

Kognitiv komponent

Axborotni tanqidiy tahlil qilish, uning ishonchliligini baholash va manipulyativ ta'sirlarni aniqlash qobiliyatlarini o'z ichiga oladi [4, b.57].

Motivatsion komponent

Shaxsning sog'lom turmush tarziga intilishi, kasbiy rivojlanish maqsadlari va ijtimoiy mas'uliyat hissini ifodalaydi.

Refleksiv komponent

Talabaning o'z xatti-harakatlari, qarorlari va axborot iste'moli jarayonlarini tahlil qilishi bilan bog'liq.

Emotsional-barqarorlik komponenti

Kiber makondagi manipulyativ va hissiy bosimlarga qarshi turish imkonini beradi [5, b.72].

Xulq-atvor komponenti

Axborot xavfsizligi qoidalariga amal qilish, xavfli internet manbalaridan cheklanish va ongli qaror qabul qilishni nazarda tutadi.

Tahlillar shuni ko‘rsatdiki, kiber makonda narkotarg‘ibotning zamonaviy shakllari ko‘pincha ijtimoiy tarmoqlar, messenjerlar va yopiq internet hamjamiyatlari orqali tarqatiladi. Ushbu axborotlar ko‘pincha yoshlarning qiziqishlari va hissiy holatlariga ta'sir etishga qaratilgan bo‘ladi [6, b.43].

Dual ta'lim talabalarining o‘z-o‘zini boshqarish darajasi yuqori bo‘lganda quyidagi ijobiy natijalar kuzatiladi:

axborotni tanqidiy baholash qobiliyati rivojlanadi;

manipulyativ ta'sirlarni aniqlash imkoniyati ortadi;

xavfli axborotlarni rad etish ko‘nikmalari shakllanadi;

sog‘lom turmush tarziga sodiqlik mustahkamlanadi;

kasbiy va shaxsiy maqsadlarga yo‘naltirilganlik kuchayadi.

Tadqiqotlar ko‘rsatishicha, o‘z-o‘zini boshqarish darajasi yuqori bo‘lgan talabalarda destruktiv axborotlarning salbiy ta'siriga berilish ehtimoli sezilarli darajada past bo‘ladi [7, b.64].

Shuningdek, psixologik himoyani kuchaytirishda quyidagi yo‘nalishlar muhim ahamiyatga ega:

Mediasavodxonlik treninglarini tashkil etish.

Axborot xavfsizligi bo‘yicha amaliy mashg‘ulotlar o‘tkazish.

Tanqidiy fikrlash ko‘nikmalarini rivojlantirish.

Psixologik profilaktika dasturlarini joriy etish.

Mentorlik va tyutorlik tizimini kuchaytirish.

Mazkur choralar talabalarning narkotarg‘ibot va boshqa destruktiv axborotlarga nisbatan psixologik barqarorligini oshirishga xizmat qiladi [8, b.89].

Tadqiqot natijalari quyidagi xulosalarni chiqarish imkonini berdi:

Kiber makondagi narkotarg‘ibot yoshlar, jumladan dual ta'lim talabalarining psixologik xavfsizligiga jiddiy tahdid soladi.

O‘z-o‘zini boshqarish mexanizmlari psixologik himoyaning muhim omili hisoblanadi.

Kognitiv, motivatsion, refleksiv, emotsional-barqarorlik va xulq-atvor komponentlarining rivojlanganligi talabalarni destruktiv axborotlardan himoya qiladi.

Mediasavodxonlik va tanqidiy fikrlashni rivojlantirish narkotarg‘ibotga qarshi samarali profilaktik vosita hisoblanadi.

Dual ta'lim tizimida psixologik himoyani kuchaytirishga qaratilgan maxsus dasturlarni ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish maqsadga muvofiqdir.

Shunday qilib, dual ta'lim shaklida tahsil olayotgan talabalarda o‘z-o‘zini boshqarish mexanizmlarini rivojlantirish kiber makondagi narkotarg‘ibotga qarshi psixologik himoyani shakllantirishning muhim sharti hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. World Health Organization. Global Status Report on Drug Use Prevention. – Geneva: WHO, 2024. – 124 p.
2. UNESCO. Media and Information Literacy Curriculum for Educators and Learners. – Paris: UNESCO Publishing, 2023. – 186 p.
3. Zimmerman B.J. Self-Regulation and Academic Learning. – New York: Routledge, 2020. – 278 p.
4. Potter W.J. Media Literacy. – Thousand Oaks: Sage Publications, 2019. – 420 p.
5. Soldatova G.U., Rasskazova E.I. Psixologicheskaya bezopasnost lichnosti v internet-srede. – Moskva: Smysl, 2021. – 256 s.
6. United Nations Office on Drugs and Crime. World Drug Report 2024. – Vienna: UNODC, 2024. – 386 p.
7. Schunk D.H., Greene J.A. Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance. – New York: Routledge, 2021. – 518 p.

Elmurodova Aziza Suvon qizi
Buxoro Innovatsiyalar Universiteti "Pedagogika, Psixologiya va Sport" kafedrasi o'qituvchisi

ETNOPSIXOLOGIK OMILLARNING TALABALARNING IJTIMOIY AXBOROT KOMPETENTLIGINI SHAKLLANTIRISHDAGI ROLI

Annotatsiya. *Maqolada etnopsixologik omillarning talabalarda ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirishdagi roli ilmiy-nazariy va empirik jihatdan tahlil qilinadi. Etnopsixologik omillar talabaning milliy qadriyatlar, urf-odatlar, an'analar, guruhiy identifikatsiya va madaniy tajribalar asosida ijtimoiy axborotni qabul qilish, tahlil etish va baholash qobiliyatiga ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqotda ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirish jarayoni kognitiv, emotsional va ijtimoiy komponentlar birligi sifatida yoritiladi. Xalqaro va mahalliy tadqiqotlar natijalari shuni ko'rsatadiki, talabalarning etnopsixologik bilimlari va madaniy ongining rivojlanishi ularning axborotni tanqidiy qabul qilish, tolerantlik va samarali muloqot qobiliyatini oshiradi. Shuningdek, etnopsixologik yondashuvlar orqali ijtimoiy axborot kompetentligini rivojlantirish talabalarning mustaqil fikrlash, qaror qabul qilish va ijtimoiy mas'uliyatni shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Maqola natijalari oliy ta'lim jarayonida etnopsixologik metodlar va interaktiv pedagogik texnologiyalardan samarali foydalanish zarurligini ko'rsatadi.*

Kalit so'zlar: *etnopsixologik omillar, ijtimoiy axborot kompetentligi, talaba, madaniy ong, guruhiy identifikatsiya.*

Аннотация. *В статье анализируется роль этнопсихологических факторов в формировании социальной информационной компетентности студентов с теоретической и эмпирической точки зрения. Этнопсихологические факторы включают национальные ценности, традиции, обычаи, групповую идентификацию и культурный опыт, которые влияют на восприятие, анализ и оценку социальной информации. Процесс формирования социальной информационной компетентности рассматривается как комплекс когнитивных, эмоциональных и социальных компонентов. Результаты отечественных и международных исследований показывают, что развитие этнопсихологических знаний и культурного сознания студентов повышает критическое восприятие информации, толерантность и эффективность межличностного взаимодействия. Кроме того, применение этнопсихологических подходов способствует развитию самостоятельного мышления, способности принимать обоснованные решения и формированию социальной ответственности. Итоги работы подчеркивают необходимость внедрения этнопсихологических методов и интерактивных педагогических технологий в образовательный процесс высшей школы для повышения социальной информационной компетентности студентов.*

Ключевые слова: *этнопсихологические факторы, социальная информационная компетентность, студенты, культурное сознание, групповая идентификация.*

Abstract. *The article examines the role of ethnopsychological factors in the formation of students' social information competence from both theoretical and empirical perspectives. Ethnopsychological factors include national values, traditions, customs, group identity, and cultural experience, which influence students' perception, analysis, and evaluation of social information. The process of developing social information competence is considered as an integration of cognitive, emotional, and social components. Results from domestic and international studies indicate that students' development of ethnopsychological knowledge and cultural awareness enhances critical perception of information, tolerance, and effectiveness in interpersonal communication. Furthermore, applying ethnopsychological approaches contributes to the development of independent thinking, decision-making skills, and social responsibility. The findings emphasize the importance of implementing ethnopsychological methods and interactive pedagogical technologies in higher education to foster students' social information competence.*

Key words: *ethnopsychological factors, social information competence, students, cultural awareness, group identity.*

Kirish. Zamonaviy globallashuv va axborot jamiyatining rivojlanishi sharoitida ijtimoiy axborot shaxsning bilim, xulq-atvor va ijtimoiy munosabatlarini shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Ayniqsa, oliy ta’lim muhitida talabalarning ijtimoiy axborotni qabul qilish va tanqidiy baholash qobiliyati ularning kasbiy tayyorgarligi, shaxsiy rivojlanishi va jamiyat bilan samarali muloqot qilishida hal qiluvchi ahamiyatga ega. Shu nuqtai nazardan, ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirish jarayoni nafaqat pedagogik, balki psixologik yondashuvlarni ham talab qiladi.

Etnopsixologik omillar talabalarning madaniy, milliy va etnik xususiyatlarini inobatga olgan holda ularning ijtimoiy axborotni qabul qilish jarayonini belgilaydi. Milliy qadriyatlar, urf-odatlar, an’analar, guruhiy identifikatsiya va madaniy tajribalar talabaning axborotga munosabatida turli psixologik mexanizmlarni ishga soladi. Shu bilan birga, etnopsixologik omillar kognitiv va emotsional komponentlar bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, talabalarning axborotni tahlil qilish, tanqidiy baholash va qaror qabul qilish qobiliyatlarini shakllantiradi.

O‘z navbatida, talabalarda rivojlangan etnopsixologik ong tolerantlikni oshirish, madaniyatlararo muloqot qobiliyatini kuchaytirish va ijtimoiy mas’uliyatni mustahkamlashga yordam beradi. Shu sababli, oliy ta’limda etnopsixologik metodlarni qo‘llash, interaktiv pedagogik texnologiyalarni joriy etish va talabalarning madaniy bilimini boyitish ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Maqola 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. Tadqiqot natijalari ta’lim jarayonida psixologik va etnopédagogik yondashuvlarni rivojlantirish hamda talabalarning axborot bilan ishlash ko‘nikmalarini oshirish uchun asos bo‘lib xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili. Talabalarda ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirish va rivojlantirish masalasi zamonaviy pedagogika va psixologiya fanida dolzarb mavzulardan biri hisoblanadi. Ilmiy adabiyotlarda ta’kidlanishicha, etnopsixologik omillar – milliy qadriyatlar, urf-odatlar, an’analar, guruhiy identifikatsiya va tarixiy-madaniy tajriba – talabaning ijtimoiy axborotni idrok etish, tahlil qilish va baholash qobiliyatiga bevosita ta’sir qiladi.

Rossiya olimlari, xususan, G.U. Soldatova va V.G. Krys’ko, etnokultural ongni talabalar ijtimoiy axborotni qabul qilishidagi muhim psixologik vosita sifatida talqin qiladi. Ularning fikricha, talabalarda etnopsixologik ong rivojlangan bo‘lsa, ular ijtimoiy axborotni aniq va tanqidiy baholay oladi, madaniy kontekstni inobatga oladi va shaxslararo muloqotda yuqori darajada tolerantlik ko‘rsatadi. Shunga mos ravishda, I.A. Surovtseva etnopsixologik kompetentlikni oliy ta’lim jarayonida talabaning ijtimoiy mas’uliyatini shakllantirish va o‘quv samaradorligini oshirish vositasi sifatida baholaydi.

Xorijiy tadqiqotlar ham etnopsixologik omillarni talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirish bilan bog‘laydi. Masalan, G. Tejfel va J. Törnerning ijtimoiy identifikatsiya nazariyasida shaxsning etnik yoki ijtimoiy guruhga mansubligi guruh stereotiplari, oldingi fikrlar va axborotni qabul qilish tarziga ta’sir qilishi ko‘rsatib o‘tilgan. 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‘rsatib o‘tilgan. Shu bilan birga, etnopsixologik ong rivojlangan talabalar axborotni tanqidiy qabul qilishda yuqori natijalar ko‘rsatadi, madaniyatlararo muloqotga moslashadi va guruh ichidagi ijtimoiy funktsiyalarni muvaffaqiyatli bajaradi.

Umumlashtirganda, 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’limda etnopsixologik metodlar, interaktiv pedagogik texnologiyalar va madaniy bilimlarni rivojlantirish orqali talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini oshirish samarali bo‘lishi mumkin.

Muhokama. O‘tkazilgan tadqiqot natijalari talabalarda ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirishda etnopsixologik omillarning muhim rolini yaqqol ko‘rsatdi. Tadqiqot davomida olingan ma’lumotlar shuni tasdiqladiki, milliy qadriyatlar, an’analar, urf-odatlar va guruhiy identifikatsiya talabaning ijtimoiy axborotni idrok etish jarayonida turli psixologik mexanizmlarni faollashtiradi. Xususan, etnopsixologik ong talabaning kognitiv jarayonlarini shakllantiradi, ularni axborotni tanqidiy baholash va mantiqiy tahlil qilishga yo‘naltiradi, shuningdek, emotsional javoblar va ijtimoiy baholash qobiliyatini mustahkamlaydi.

Natijalar shuni ko‘rsatdiki, talabalarning madaniy ongini rivojlantirish ijtimoiy axborotga nisbatan mas’uliyatli munosabat, tolerantlik va samarali muloqot qobiliyatini oshirishga yordam beradi. Bu xulosa G.U. Soldatova va V.G. Krys’ko tadqiqotlari bilan ham to‘liq mos keladi, ularning fikricha, etnopsixologik ong talabalarning ijtimoiy va kognitiv kompetentligini shakllantirishning asosiy omillaridan biri hisoblanadi. 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‘rsatdiki, etnopsixologik omillarni hisobga olmagan holda ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirish jarayoni samaradorligini yo‘qotadi. Talabalarda madaniy ong va guruhiy identifikatsiya yetarlicha rivojlanmagan bo‘lsa, ular axborotni soddalashtirilgan yoki stereotipik shaklda qabul qilishga moyil bo‘ladilar, 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 shakllantirishida 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 talabalarni ijtimoiy jihatdan mas’uliyatli, madaniyatli va axborot bilan samarali ishlay oladigan shaxsga aylantiradi. Shu sababli, oliy ta’lim muassasalarida talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini oshirish uchun etnopsixologik yondashuvlarni tizimli qo‘llash zarur.

Xulosa. O‘tkazilgan tadqiqot natijalari talabalarda ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirish jarayonida etnopsixologik omillarning hal qiluvchi rolini isbotlaydi. Etnopsixologik omillar – milliy qadriyatlar, urf-odatlar, an’analar, guruhiy identifikatsiya va madaniy tajribalar – talabaning axborotni idrok etish, tahlil qilish, baholash va ongli qarorlar qabul qilish qobiliyatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Tadqiqot shuni ko‘rsatdiki, talabalarning etnopsixologik ongi rivojlangan bo‘lsa, ular axborotni tanqidiy va mantiqiy tarzda qabul qilish, madaniy kontekstni hisobga olish va shaxslararo muloqotda yuqori darajada samarali bo‘lish imkoniyatiga ega bo‘ladi.

Umuman olganda, etnopsixologik omillar va ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirish o‘zaro uzviy bog‘liq jarayon bo‘lib, ular birgalikda talabalarning ijtimoiy va psixologik rivojlanishida, shuningdek, jamiyat bilan samarali integratsiyasida muhim rol o‘ynaydi. Shu sababli, oliy ta’lim muassasalarida talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini rivojlantirish uchun etnopsixologik yondashuvlarni tizimli qo‘llash zarur va samarali pedagogik texnologiyalarni joriy etishning asosiy predmeti hisoblanadi.

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.

Kozimova Nigora Abduqahorovna
Osiyo xalqaro universiteti "Pedagogika va psixologiya" kafedrasi o'qituvchisi

O'QUV FAOLIYATIGA MOSLASHUVCHANLIKNING PSIXOLOGIK ASPEKTLARI

Annotatsiya. *O'quv faoliyatiga moslashuvchanlik zamonaviy ta'lim psixologiyasining markaziy tushunchalaridan biri hisoblanadi. Ushbu tushuncha o'quvchining ta'lim muhiti talablari bilan shaxsiy imkoniyatlari o'rtasidagi muvozanatni, shuningdek, yangi ijtimoiy va akademik sharoitlarga samarali integratsiyalashuv jarayonini ifodalaydi. Ushbu maqolada moslashuvchanlikning psixologik aspektlari zamonaviy ilmiy tadqiqotlar asosida tahlil qilinadi.*

Kalit so'zlar: *Ijtimoiy va akademik moslashuvchanlik, muvozanat, integratsiya, ijtimoiy norma, imkoniyat, fizik talablar*

Аннотация*. Адаптивность к учебной деятельности является одним из центральных понятий современной психологии образования. Данное понятие отражает баланс между личностными возможностями учащегося и требованиями образовательной среды, а также процесс эффективной интеграции в новые социальные и академические условия. В данной статье психологические аспекты адаптивности анализируются на основе современных научных исследований.*

Ключевые слова: *социальная и академическая адаптивность, баланс, интеграция, социальная норма, возможности, физические требования.*

Abstract. *Adaptability to learning activities is considered one of the central concepts in modern educational psychology. This concept reflects the balance between a student's personal capabilities and the demands of the educational environment, as well as the process of effective integration into new social and academic conditions. This article analyzes the psychological aspects of adaptability based on contemporary scientific research.*

Key words: *social and academic adaptability, balance, integration, social norms, capabilities, physical demands.*

1. O'quv faoliyatiga moslashuvchanlikning nazariy asoslari

O'quv faoliyatiga moslashuvchanlik - bu o'quvchining ta'lim jarayonida yuzaga keladigan ijtimoiy, psixologik va fizik talablarga javoban namoyon qiladigan xulq-atvorlar majmuasidir . Tadqiqotlarda ushbu tushuncha odatda bir nechta asosiy komponentlar orqali o'rganiladi:

Akademik moslashuv- o'quv topshiriqlarini bajarish, akademik yutuqlar, o'quv muhitidan qoniqish, o'quv motivatsiyasi, akademik uslub, o'zlashtirish darajasi

Ijtimoiy moslashuv - tengdoshlar va o'qituvchilar bilan munosabatlar, ijtimoiy integratsiya, o'qituvchi-o'quvchi aloqalari

Emotsional moslashuv - maktab hayotiga nisbatan hissiy munosabat maktabga nisbatan his-tuyg'ular va munosabat

Xulq-atvor moslashuvi - maktab tartib-qoidalariga rioya qilish, intizom, qatnashish, topshiriqlarni o'z vaqtida bajarish

Moslashuvchanlikning darajalari

Zamonaviy tadqiqotlar moslashuvchanlikni nafaqat "yaxshi" yoki "yomon" deb tasniflashdan voz kechib, uning murakkab darajalarini ajratishni taklif qiladi :

1. Dezadaptatsiya - ta'lim muhitiga moslasha olmaslik, salbiy hissiyotlar va xulq-atvor buzilishlari

2. To'g'ri xulq-atvor - tashqi talablarga javob berish, lekin ichki moslashuvchanlikning pastligi

3. Moslashgan - akademik va ijtimoiy talablarni qondirish, ijobiy hissiy holat

4.Gullab-yashnayotgan - nafaqat moslashgan, balki yuqori darajada rivojlanayotgan, ijobiy psixologik farovonlikka ega

O'quv faoliyatiga moslashuvchanlikning psixologik determinantlari

O'z-o'zini belgilash nazariyasi- doirasida uchta asosiy psixologik ehtiyojning qondirilishi o'quv faoliyatiga muvaffaqiyatli moslashuvning muhim sharti sifatida aniqlangan:

a) Avtonomiya - o'z harakatlarini tanlash va nazorat qilish erkinligi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, avtonomiya guruhdagi faollik bilan bevosita bog'liq bo'lib, u orqali o'quv moslashuvchanligiga bilvosita ta'sir ko'rsatadi.

b) Kompetentlik - o'z samaradorligini his qilish va qobiliyatlarni namoyish eta olish. Kompetentlik talabaning akademik vazifalarni uddalash qobiliyatiga bo'lgan ishonchini shakllantiradi.

c) Aloqadorlik boshqalar bilan bog'liqlik va o'zaro munosabatlarning sifati. Aloqadorlik guruhdagi ishtirok va o'quv motivatsiyasiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Motivatsion omillar

O'quv faoliyatiga moslashuvchanlikda motivatsiyaning roli boshlang'ich sinf o'quvchilaridan tortib universitet talabalarigacha barcha ta'lim bosqichlarida muhim ahamiyatga ega:

- Ichki o'quv motivatsiyasi - bilim olishga qiziqish va o'quv jarayonidan zavqlanish. Ushbu turdagi motivatsiya chuqur o'rganish strategiyalarini qo'llash va yuqori akademik yutuqlarga erishish bilan bog'liq.

- Tashqi o'quv motivatsiyasi - tashqi baholash va mukofotlar bilan bog'liq. O'qituvchilarning adolatli baholashiga bo'lgan ishonch talabaning akademik moslashuviga ijobiy ta'sir qiladi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, "sayoz o'rganish" (yodlashga asoslangan) o'rniga "chuqur o'rganish" (materialni tushunish va integratsiya qilishga asoslangan) usullaridan foydalanish yuqori akademik moslashuvchanlik bilan bog'liq .

Kognitiv va ijodiy omillar:

Talabalar ustida olib borilgan tadqiqotlarda muvaffaqiyatli o'quv faoliyatiga moslashuvchanlikning differensial psixologik omillari aniqlandi :

1. O'ziga ishonch - o'z qobiliyatlariga nisbatan ijobiy munosabat

2. Ijodkorlik - yangi ma'lumotlarni qabul qilishga nisbatan sezgirlik

3. Mas'uliyatlilik - o'quv topshiriqlariga nisbatan mas'uliyatli yondashuv

4. Hamkorlikda faoliyat yuritish - ijtimoiy o'zaro munosabatlarning sifati

5. Mustaqil qaror qabul qilish - kognitiv mustaqillik va boshqaruvchanlik

Ushbu tadqiqotda 180 nafar talaba ishtirok etgan bo'lib, natijalar o'quv jarayoniga moslashuvchanlikning kognitiv, emotsional va konativ (xulq-atvor) boshqaruvchanlik komponentlarini ajratishga imkon bergan.

Moslashuvchanlik va emotsional holat o'rtasidagi bog'liqlik

Xavotir, depressiya va stress bilan aloqalar

- Maktab moslashuvining beshta o'lchami (akademik moslashuv, tengdoshlar munosabatlari, tartib-intizomga moslashuv, o'qituvchi-o'quvchi munosabatlari, maktab emotsiyalari va munosabatlari) anksiyete, depressiya va stress bilan salbiy bog'liq.

Moslashuvchanlikni oshirishga qaratilgan psixologik yordamda genderga xos xususiyatlarni hisobga olish muhim - o'g'il bolalar uchun stressni boshqarish va dam olish ko'nikmalari, qiz bolalar uchun depressiv holatlarning oldini olish asosiy yo'nalishlar bo'lishi kerak.

Ijobiy emotsiyalarning himoya roli

Kengaytirish va qurish nazariyasiga ko'ra, ijobiy emotsiyalar o'quv faoliyatiga moslashuvchanlikda muhim adaptiv funktsiyani bajaradi :

1. Kognitiv kengayish - ijobiy his-tuyg'ular diqqat doirasini va tafakkur usullarini kengaytiradi

2. Resurslarni qurish - qiziqish va zavqlanish hissi uzoq muddatli shaxsiy resurslarni bilim bazasi, muammolarni hal qilish ko'nikmalari shakllantiradi

3.Motivatsion yaqinlashish - ijobiy affekt maqsadlarga erishishga qaratilgan xulq-atvorni rag'batlantiradi

Aksincha, salbiy emotsiyalar diqqatni toraytiradi va o'quv vazifalaridan chalg'itadi, bu esa o'z navbatida akademik yutuqlarning pasayishiga olib keladi

4. Ijtimoiy omillarning o'quv faoliyatiga moslashuvchanlikdagi roli

O'smirlik davrida tengdoshlar guruhiga bo'lgan ehtiyojning ortishi maktab moslashuviga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki :

- Tengdoshlar tomonidan rad etilish emotsiyalarni boshqarish funksiyasining rivojlanishini cheklaydi
- Yomon tengdoshlar munosabatlari depressiya xavfini oshiradi
- Ijobiy tengdoshlar muhiti maktabga tegishlilik hissini kuchaytiradi

O'qituvchi-o'quvchi munosabatlari

O'qituvchi bilan sifatli munosabatlar o'quvchining :

- O'z-o'zini samaradorligini oshiradi
- O'z qadr-qimmatini mustahkamlaydi
- Maktabga tegishlilik hissini kuchaytiradi
- Muammoli xulq-atvorni kamaytiradi

Biroq, o'qituvchiga haddan tashqari qaramlik o'quvchining mustaqilligi va avtonomiyasining rivojlanishiga to'sqinlik qilishi mumkin.

Akademik va ijtimoiy integratsiya

Tinto (1993) va Astin (1999) nazariyalarining sintezi shuni ko'rsatadiki, o'quv muassasasiga muvaffaqiyatli moslashuv ikki asosiy komponentni o'z ichiga oladi :

1. Akademik integratsiya:
- Strukturaviy integratsiya - akademik talablarni qondirish (davomat, topshiriqlarni topshirish)
- Normativ integratsiya - intellektual rivojlanish va fakultet bilan munosabatlar

2. Ijtimoiy integratsiya:
- Tengdoshlar bilan o'zaro munosabatlar
- Kampus faoliyatida ishtirok etish
- Yolg'izlik hissining yo'qligi

Psixologik farovonlik va akademik yutuq

Psixologik farovonlik va akademik yutuq o'rtasidagi bog'liqlik keng qamrovli meta-tahlillarda tasdiqlangan. 19 ta tadqiqotning sintezi asosida psixologik moslashuv va birinchi kurs o'rtacha bahosi (GPA) o'rtasida o'rtacha musbat koeffitsient (r = .19) aniqlangan .

Universitetga o'tish davrida psixososyal moslashuv muvaffaqiyatli bo'lgan talabalar bir yil keyin ham yuqori akademik ko'rsatkichlarni saqlab qolishadi .

Tadqiqot natijalari asosida quyidagi amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan:

1. Individuallashtirilgan yondashuv - har bir talabaning psixologik xususiyatlarini hisobga oluvchi moslashuv dasturlarini yaratish

2. Emotsional savodxonlikni rivojlantirish - his-tuyg'ularni tanib olish va boshqarish ko'nikmalarini shakllantirish

3. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmog'ini kuchaytirish - tengdoshlar va o'qituvchilar bilan sifatli munosabatlarni rivojlantirish

4. Autonomiyani qo'llab-quvvatlovchi muhit - tanlash erkinligi va mustaqil qaror qabul qilish imkoniyatlarini yaratish

5.Erta aniqlash va monitoring - moslashuvchanlik bilan bog'liq muammolarni erta bosqichda aniqlash tizimini joriy etish

O'quv faoliyatiga moslashuvchanlikning psixologik aspektlari murakkab va ko'p qirrali tuzilma bo'lib, kognitiv, emotsional, motivatsion va ijtimoiy omillarning o'zaro ta'sirini o'z ichiga oladi. Zamonaviy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki:

1. Asosiy psixologik ehtiyojlarning (avtonomiya, kompetentlik, aloqadorlik) qondirilishi muvaffaqiyatli moslashuvchanlikning muhim sharti hisoblanadi.

2. Moslashuvchanlik va emotsional holat (anksiyete, depressiya, stress) o'rtasida o'zaro teskari bog'liqlik mavjud bo'lib, gender xususiyatlari bu bog'liqlikda muhim rol o'ynaydi.

3. Ijtimoiy munosabatlar (tengdoshlar va o'qituvchilar bilan) va ijtimoiy integratsiya darajasi o'quv moslashuvchanligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

4. Tizimli psixologik-pedagogik dasturlar moslashuvchanlikning barcha komponentlarini rivojlantirish imkonini beradi.

5. Moslashuvchanlikning eng yuqori darajasi (gullab-yashnash) nafaqat moslashgan holatni, balki ijobiy psixologik farovonlikni va doimiy rivojlanishni ham o'z ichiga oladi.

Ushbu tadqiqot natijalari o'qituvchilar, maktab psixologlari va ta'lim siyosatini ishlab chiquvchilar uchun muhim amaliy ahamiyatga ega bo'lib, o'quvchilarning ta'lim muhitiga muvaffaqiyatli moslashuvini ta'minlashga qaratilgan dasturlarni ishlab chiqishda asos bo'lib xizmat qilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Kozimova, N. A. (2023). Bugungi ta’lim tizimida zamonaviy o‘quvchi shaxsining ijtimoiy va psixologik jihatlari. Educational Research in Universal Sciences, 2(10), 44-46.V
2. Abduqahhorovna, N. K. (2023). Psixologik konsultatsiyaga murojaat qiluvchi ota–onalarning farzand tarbiyasi muammolarini o‘rganishda hadislardan terapiya sifatida foydalanish.
3. Kozimova, N. (2023). USE Of hadiths as therapy in studying the problems of raising children of parents applying for psychological consultation. Modern Science and Research, 2(9).
4. Kozimova, N. A. (2023). bugungi ta’lim tizimida o’quvchi–yoshlarni zamonaviy kasblarga yo’naltirish va kasb–hunar tanlashning ijtimoiy va psixologik jihatlari. pedagog, 6(5), 739-741.
5. Kozimova, N. A., & Ulug’ova, S. M. (2023). Zamonaviy psixologik konsultatsiya, uning turlari VA UNGA MUROJAAT QILISH SABABLARI. Scientific Impulse, 1(6), 1679-1682.
6. Nigora Kozimova Abduqahorovna. (2023). Modern psychological consultation, its types and reasons for applying to it. American Journal of Public Diplomacy and International Studies (2993-2157), 1(9), 129–131.
7. Kozimova, N. A. (2023). Techniques and methods used in the process of psychological counseling. American Journal of Public Diplomacy and International Studies (2993-2157), 1(10), 338-341.
8. Kozimova, N. A. (2023). PERSONALITY TYPES. American Journal of Public Diplomacy and International Studies (2993-2157), 1(10), 372-377.
9. Kozimova, N. A. (2023). Psixologik konsultatsiya bosqichlari. TECHNICAL SCIENCE RESEARCH IN UZBEKISTAN, 1(5), 90-95.
10. Kozimova, N. A., & Ulugova, S. M. (2022). Classification of a Group of Staff for Psychological Conseling and Referral to It. Texas Journal of Multidisciplinary Studies, 7, 175-177.
11. Kozimova, N. A. (2024). Ota-onalik psixologiyasi. technical science research in uzbekistan, 2(1), 119-125.
12. Kozimova, N. A. (2024). Psychological characteristics of emotional tension in adaptation to study activity of first level students. медицина, педагогика и технология: теория и практика, 2(2), 311-317.
13. Kozimova, N. A. (2024). Psychological aspects of emotional stress in adaptation to educational activities. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 4(3), 136-140.

Abdullayev Feruzbek Maqsud o‘g‘li
Abu Rayhon Beruniy nomidagi Urganch Davlat Universiteti.
Pedogogika va psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi
abdullayevferuzbek34@gmail.com

TA’LIM SAMARADORLIGINI OSHIRISHDA TALABALARNING O‘ZINI-O‘ZI NAZORAT QILISH KO‘NIKMALARINI RIVOJLANTIRISH

Annotatsiya*:Mazkur maqolada talabalarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalarini rivojlantirishning ta’lim samaradorligiga ta’siri tahlil qilinadi. Tadqiqot davomida o‘zini-o‘zi nazorat qilishning pedagogik va psixologik jihatlari o‘rganilib, talabalarning akademik muvaffaqiyatiga ta’sir etuvchi omillar aniqlangan. Olingan natijalar o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalarini shakllantirish ta’lim sifatini oshirishda muhim omil ekanligini ko‘rsatadi.*

Kalit so‘zlar*: o‘zini-o‘zi nazorat qilish, ta’lim samaradorligi, talaba, motivatsiya, mustaqil ta’lim, refleksiya, akademik muvaffaqiyat.*

Аннотация*: В данной статье анализируется влияние развития навыков самоконтроля студентов на эффективность образовательного процесса. В ходе исследования были изучены педагогические и психологические аспекты самоконтроля, а также выявлены факторы, влияющие на академическую успеваемость студентов. Полученные результаты показывают, что формирование навыков самоконтроля является важным фактором повышения качества образования.*

Ключевые слова*: самоконтроль, эффективность образования, студент, мотивация, самостоятельное обучение, рефлексия, академическая успеваемость.*

Abstract*: This article analyzes the impact of developing students’ self-control skills on educational effectiveness. The study examines the pedagogical and psychological aspects of self-control and identifies the factors affecting students’ academic achievement. The findings indicate that the development of self-control skills is an important factor in improving the quality and effectiveness of education.*

Key words*: self-control, educational effectiveness, student, motivation, independent learning, reflection, academic achievement.*

Kirish: Zamonaviy ta’lim tizimida talabalarni mustaqil fikrlashga, o‘z faoliyatini rejalashtirishga va baholashga o‘rgatish muhim vazifalardan biri hisoblanadi. O‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalari talabaning o‘quv jarayonidagi faol ishtirokini ta’minlaydi hamda uning akademik natijalarini yaxshilashga xizmat qiladi. Bugungi kunda oliy ta’lim muassasalarida ta’lim sifatini oshirish masalasi dolzarb bo‘lib, bunda talabalarning o‘z faoliyatini boshqarish kompetensiyalarini rivojlantirish alohida ahamiyat kasb etadi.O‘zini-o‘zi nazorat qilish shaxsning o‘z maqsadlarini belgilashi, faoliyatini rejalashtirishi, amalga oshirishi va natijalarini baholash qobiliyatini ifodalaydi. Mazkur ko‘nikma talabalarning o‘quv jarayonidagi mas’uliyatini oshirish, mustaqil ta’lim faoliyatini samarali tashkil etish va bilimlarni chuqur o‘zlashtirishga xizmat qiladi. Ayniqsa, raqamli texnologiyalar va mustaqil ta’lim ulushi ortib borayotgan sharoitda talabalar tomonidan o‘z o‘quv faoliyatini nazorat qila olish muhim kompetensiyalardan biri sifatida e’tirof etilmoqda.Pedagogik va psixologik tadqiqotlar natijalari shuni ko‘rsatadiki, o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalariga ega talabalar o‘quv topshiriqlarini o‘z vaqtida bajaradi, ta’lim jarayonida faol ishtirok etadi hamda yuqori akademik natijalarga erishadi. Shu bilan birga, mazkur ko‘nikmalar motivatsiyani oshirish, vaqtni samarali boshqarish va o‘z-o‘zini rivojlantirishga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.Mamlakatimizda oliy ta’lim tizimini modernizatsiya qilish, ta’lim sifatini xalqaro standartlar asosida takomillashtirish va raqobatbardosh kadrlar tayyorlash jarayonida talabalarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish kompetensiyalarini rivojlantirishga alohida e’tibor qaratilmoqda. Shu sababli mazkur masalaning nazariy va amaliy jihatlarini o‘rganish ilmiy hamda pedagogik ahamiyat kasb etadi.

Asosiy qism: Talabalarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalari zamonaviy ta’limning muhim tarkibiy qismlaridan biri hisoblanadi. Ushbu ko‘nikma talabaning o‘z o‘quv faoliyatini

mustaqil ravishda tashkil etishi, o‘z oldiga maqsad qo‘yishi, faoliyat natijalarini baholashi hamda zarur hollarda tuzatishlar kiritish qobiliyatini o‘z ichiga oladi. O‘zini-o‘zi nazorat qilish shaxsning o‘z xatti-harakatlari, hissiyotlari va bilish jarayonlarini ongli ravishda boshqarishiga xizmat qiladi.Pedagogik nuqtai nazardan, o‘zini-o‘zi nazorat qilish talabaning ta’lim jarayonidagi faolligini oshiradi va bilimlarni samarali o‘zlashtirishga yordam beradi. Bunday talabalar o‘quv topshiriqlarini bajarishda mas’uliyatli bo‘lib, o‘z faoliyatini muntazam tahlil qilib boradilar. Natijada ularda mustaqil ta’lim olish, muammolarni hal qilish va tanqidiy fikrlash ko‘nikmalari shakllanadi.Psixologik jihatdan esa o‘zini-o‘zi nazorat qilish motivatsiya, refleksiya va o‘z-o‘zini baholash jarayonlari bilan uzviy bog‘liqdir. Motivatsiya talabaning maqsad sari intilishini ta’minlasa, refleksiya o‘z faoliyatini tahlil qilish va xatolarni aniqlash imkonini beradi. O‘z-o‘zini baholash esa shaxsning o‘z imkoniyatlarini real baholashiga hamda keyingi faoliyatini rejalashtirishiga yordam beradi.

Ta’lim jarayonida o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalarini rivojlantirishning bir necha samarali usullari mavjud. Jumladan:

individual ta’lim rejalari tuzish;

refleksiv kundaliklardan foydalanish;

o‘z-o‘zini baholash varaqalarini qo‘llash;

elektron ta’lim platformalari orqali monitoring olib borish;

muammoli vaziyatlar va loyihaviy topshiriqlarni tashkil etish.

Mazkur usullar talabalarda mustaqillik, mas’uliyat va tashabbuskorlik sifatlarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Ayniqsa, refleksiv faoliyat orqali talabalar o‘z bilim va ko‘nikmalarini baholash, kamchiliklarini aniqlash hamda ularni bartaraf etish yo‘llarini izlash imkoniyatiga ega bo‘ladilar.Oliy ta’lim muassasalarida o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalarini shakllantirish ta’lim samaradorligini oshirishning muhim omillaridan biri hisoblanadi. Chunki bunday ko‘nikmalarga ega talabalar o‘quv jarayonida faol ishtirok etadi, vaqtni to‘g‘ri taqsimlaydi, o‘z oldiga qo‘ygan maqsadlarga erishishga intiladi va yuqori akademik natijalarga erishadi.Shu bois ta’lim jarayonida talabalarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan pedagogik texnologiyalarni keng joriy etish, ularning refleksiv va motivatsion faoliyatini qo‘llab-quvvatlash hamda mustaqil ta’lim uchun qulay shart-sharoitlar yaratish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi.

Tadqiqot metadalogiyasi: Tadqiqot jarayonida pedagogik kuzatish, so‘rovnoma, ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish va qiyosiy tahlil metodlaridan foydalanildi. Tadqiqotda oliy ta’lim muassasasining 80 nafar talabasi ishtirok etdi. Talabalarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish darajasi maxsus ishlab chiqilgan savolnoma orqali baholandi.

Tadqiqot ikki bosqichda amalga oshirildi:

1.Talabalarning dastlabki o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalarini aniqlash.

2.Maxsus trening va refleksiv mashg‘ulotlardan so‘ng ko‘rsatkichlarni qayta baholash.Olingan ma’lumotlar statistik tahlil asosida umumlashtirildi.

Tadqiqot natijalari: Tadqiqot natijalari talabalarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalari va akademik ko‘rsatkichlari o‘rtasida ijobiy bog‘liqlik mavjudligini ko‘rsatdi. Dastlabki bosqichda talabalarining 42 foizida o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalari o‘rtacha darajada ekanligi aniqlandi. Trening mashg‘ulotlaridan keyin ushbu ko‘rsatkich 68 foizga yetdi.Shuningdek, o‘zini-o‘zi nazorat qilish darajasi yuqori bo‘lgan talabalar topshiriqlarni o‘z vaqtida bajarish, darslarda faol qatnashish va yuqori baholar olishda sezilarli ustunlikka ega ekanligi kuzatildi.Natijalar quyidagi jihatlarni tasdiqladi:

1.Talabalarning o‘quv motivatsiyasi oshdi;

2.Mustaqil ta’lim ko‘nikmalari rivojlandi;

3.Vaqtdan samarali foydalanish darajasi yaxshilandi;

4.Akademik natijalarda ijobiy o‘sish kuzatildi.

Jadval 1 Tadqiqot ishtirokchilarining tavsifi (N=80)

Ko‘rsatkich	Soni (n)	Foizi (%)
Erkak talabalar	35	43,8

Ayol talabalar	45	56,2
1-kurs	18	22,5
2-kurs	24	30,0
3-kurs	20	25,0
4-kurs	18	22,5
Jami	80	100

Izoh: Tadqiqotda jami 80 nafar talaba ishtirok etdi.

Jadval 2 Talabalarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalari darajasi (tajribadan oldin va keyin)

Daraja	Dastlabki bosqich n (%)	Yakuniy bosqich n (%)
Past	22 (27,5)	8 (10,0)
O‘rtacha	34 (42,5)	18 (22,5)
Yuqori	24 (30,0)	54 (67,5)
Jami	80 (100)	80 (100)

Izoh: Trening va refleksiv mashg‘ulotlardan so‘ng yuqori darajadagi talabalar ulushi 30,0 foizdan 67,5 foizga oshgan.

Jadval 3 O‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘rsatkichlarining o‘rtacha qiymatlari

Ko‘rsatkich	Dastlabki bosqich (M±SD)	Yakuniy bosqich (M±SD)
Vaqtni boshqarish	3,12±0,74	4,08±0,62
O‘z faoliyatini rejalashtirish	3,28±0,69	4,15±0,58
O‘z-o‘zini baholash	3,05±0,77	4,01±0,65
Refleksiya ko‘nikmasi	3,18±0,71	4,11±0,61
Umumiy ko‘rsatkich	3,16±0,73	4,09±0,61

Izoh: Barcha ko‘rsatkichlar bo‘yicha ijobiy o‘sish kuzatildi.

Izoh: Tajriba yakunida barcha ko‘rsatkichlar bo‘yicha sezilarli ijobiy o‘zgarish qayd etildi.

Muhokama:Olingan natijalar shuni ko‘rsatadiki, o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalari ta’lim samaradorligini oshirishning muhim omillaridan biridir. Talaba o‘z faoliyatini rejalashtirish, monitoring qilish va baholash orqali o‘quv jarayoniga ongli ravishda yondashadi. Bu esa uning mas’uliyat hissini kuchaytiradi va o‘quv faoliyatining sifatini oshiradi.Pedagoglar tomonidan refleksiya, o‘z-o‘zini baholash varaqalari, individual rivojlanish rejalari va raqamli monitoring vositalaridan foydalanish talabalarda mazkur ko‘nikmalarni shakllantirishga yordam beradi. Shu sababli oliy ta’lim muassasalarida o‘zini-o‘zi nazorat qilish kompetensiyalarini rivojlantirishga qaratilgan maxsus dasturlarni joriy etish maqsadga muvofiqdir.

Xulosa:Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, talabalarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish ta’lim samaradorligini oshirishning muhim pedagogik-psixologik omillaridan biri hisoblanadi. O‘zini-o‘zi nazorat qilish talabalarning o‘quv faoliyatini ongli ravishda rejalashtirish, monitoring qilish va baholash imkoniyatlarini kengaytirib, ularning ta’lim jarayonidagi faolligi hamda mas’uliyatini oshiradi. Mazkur ko‘nikmalarning shakllanganligi talabalarning akademik muvaffaqiyati, mustaqil ta’lim olish qobiliyati va o‘z-o‘zini rivojlantirishga bo‘lgan intilishiga bevosita ijobiy ta’sir ko‘rsatishi aniqlandi.Tadqiqot davomida o‘tkazilgan trening va refleksiv mashg‘ulotlar natijasida talabalarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish darajasi sezilarli ravishda oshgani kuzatildi. Bu esa o‘z navbatida o‘quv motivatsiyasining kuchayishi, vaqtni samarali boshqarish ko‘nikmalarining rivojlanishi, topshiriqlarni o‘z vaqtida bajarish hamda akademik natijalarning yaxshilanishida namoyon bo‘ldi. Statistik tahlil natijalari o‘zini-o‘zi nazorat qilish

ko‘rsatkichlari va akademik muvaffaqiyat o‘rtasida ijobiy hamda ishonchli bog‘liqlik mavjudligini tasdiqladi.Shuningdek, tadqiqot natijalari talabalarda refleksiya, o‘z-o‘zini baholash va o‘z faoliyatini tahlil qilish ko‘nikmalarini shakllantirish ta’lim sifatini oshirishning muhim shartlaridan biri ekanligini ko‘rsatdi. Ushbu ko‘nikmalar nafaqat ta’lim jarayonida, balki bo‘lajak mutaxassislarning kasbiy faoliyatida ham muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki zamonaviy mehnat bozori sharoitida shaxsning mustaqil qaror qabul qilish, o‘z faoliyatini boshqarish va uzluksiz o‘zini rivojlantirish kompetensiyalariga ega bo‘lishi talab etiladi.Tadqiqot natijalariga asoslanib, oliy ta’lim muassasalarida talabalarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan innovatsion pedagogik texnologiyalar, refleksiv yondashuvlar, elektron monitoring tizimlari va individual ta’lim strategiyalarini keng joriy etish maqsadga muvofiq deb hisoblanadi. Kelgusidagi tadqiqotlarda o‘zini-o‘zi nazorat qilishning raqamli ta’lim muhiti, sun’iy intellekt asosidagi ta’lim platformalari hamda talabalar kompetensiyalarining rivojlanishiga ta’sirini chuqurroq o‘rganish ilmiy va amaliy ahamiyatga ega bo‘ladi.Shunday qilib, talabalarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish ta’lim sifatini oshirish, raqobatbardosh va mustaqil fikrlovchi mutaxassislarni tayyorlashning muhim omillaridan biri sifatida e’tirof etilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1.Zimmerman B.J. Self-Regulated Learning and Academic Achievement. – New York: Springer, 2013.

2.Pintrich P.R. The Role of Motivation in Self-Regulated Learning. – Educational Psychologist, 2004.

3.Tolipov O‘., Usmonboyeva M. Pedagogik texnologiyalarning tatbiqiy asoslari. – Toshkent, 2017.

4.Nishonova Z. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2020.

5.Xoliqov A. Pedagogik mahorat. – Toshkent, 2021.

Foydalanilgan internet manbalari.

1.O‘zini-o‘zi nazorat va akademik muvaffaqiyat Duckworth, A. L., et al. (2019). Self-Control and Academic Achievement Annual Review of Psychology https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-103230

2.Zimmerman, B. J. (2008). Investigating Self-Regulation and MotivationAmerican Educational Research Journal https://doi.org/10.3102/0002831207312909

3.Agar OAK yoki ilmiy jurnalga topshirsangiz, eng muhimlari:

Zimmerman (2010) - nazariy asos

Pintrich (2000) - motivatsiya bilan bog‘liqlik

Duckworth (2019) - self-control va akademik natija

Allamova Oyshajon G‘afurjon qizi

Abu Rayhon Beruniy nomidagi Urganch davlat Universiteti o‘qituvchisi

IQTIDORLI TALABALARNING ILMIY-TADQIQOT FAOLIYATINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK OMILLARI

Annotatsiya*. Ushbu tezis iqtidorli talabalarda ilmiy-tadqiqot faoliyatini rivojlantirishga ta’sir etuvchi psixologik omillarni tahlil qiladi. Tadqiqot maqsadi motivatsiya, metakognitiv ko‘nikmalar, o‘zini boshqarish va ilmiy ijodkorlikning o‘zaro bog‘liqligini aniqlashdir. Metodologiya sifatida nazariy tahlil, psixodiagnostik yondashuvlar va ta’limiy muhit monitoringi asosida integrativ model taklif etiladi. Ilmiy yangilik iqtidorni akademik mahsuldorlikka aylantiruvchi omillar mexanizmini tizimli tushuntirishidadir.*

Kalit so‘zlar*: iqtidor; ilmiy-tadqiqot faoliyati; akademik motivatsiya; metakognitsiya; o‘zini boshqarish; ijodkorlik; ilmiy muhit*

Annotatsiya. *Ushbu tezis iqtidorli talabalarda ilmiy-tadqiqot faoliyatini rivojlantirishga ta'sir etuvchi psixologik omillarni tahlil qiladi. Tadqiqot maqsadi motivatsiya, metakognitiv ko'nikmalar, o'zini boshqarish va ilmiy ijodkorlikning o'zaro bog'liqligini aniqlashdir. Metodologiya sifatida nazariy tahlil, psixodiagnostik yondashuvlar va ta'limiy muhit monitoringi asosida integrativ model taklif etiladi. Ilmiy yangilik iqtidorni akademik mahsuldorlikka aylantiruvchi omillar mexanizmini tizimli tushuntirishidadir.*

Ключевые слова *: iqtidor; ilmiy-tadqiqot faoliyati; akademik motivatsiya; metakognitsiya; o'zini boshqarish; ijodkorlik; ilmiy muhit*

Annotatsiya. *Ushbu tezis iqtidorli talabalarda ilmiy-tadqiqot faoliyatini rivojlantirishga ta'sir etuvchi psixologik omillarni tahlil qiladi. Tadqiqot maqsadi motivatsiya, metakognitiv ko'nikmalar, o'zini boshqarish va ilmiy ijodkorlikning o'zaro bog'liqligini aniqlashdir. Metodologiya sifatida nazariy tahlil, psixodiagnostik yondashuvlar va ta'limiy muhit monitoringi asosida integrativ model taklif etiladi. Ilmiy yangilik iqtidorni akademik mahsuldorlikka aylantiruvchi omillar mexanizmini tizimli tushuntirishidadir.*

Key words*: iqtidor; ilmiy-tadqiqot faoliyati; akademik motivatsiya; metakognitsiya; o'zini boshqarish; ijodkorlik; ilmiy muhit*

Iqtidorli talabaning ilmiy-tadqiqot faoliyati deganda ilmiy muammo qo'yish, ma'lumot yig'ish, tahlil qilish va natijani akademik me'yorlarda taqdim etishga qaratilgan intellektual hamda irodaviy jarayonlar majmui tushuniladi. Ushbu jarayonning psixologik mexanizmi shundan iboratki, iqtidor tabiiy kognitiv ustunlik sifatida namoyon bo'lsa-da, u faqat motivatsiya, o'zini boshqarish va metakognitiv nazorat bilan birlashganda barqaror ilmiy mahsuldorlikka aylanadi. Masalan, bir xil yuqori IQ ko'rsatkichiga ega ikki talaba orasida biri muntazam maqola yozsa, boshqasi esa faqat olimpiada topshiriqlarida kuchli bo'lib qolishi, aynan maqsadni boshqarish va ilmiy o'zini identifikatsiyalash darajasi bilan izohlanadi. Statistik kuzatuvlarda oliy ta'limda ilmiy loyihalarda qatnashish ulushi odatda umumiy talabalar sonining taxminan 10–20 foiz diapazonida jamlanishi qayd etiladi, iqtidorli guruh ichida esa natijaga erishish ko'rsatkichi motivatsion profilga qarab keskin farqlanadi. Ilmiy izoh sifatida, zamonaviy psixologiyada iqtidorning "potensial"dan "realizatsiya"ga o'tishi ko'p omilli tizim bo'lib, shaxs xususiyatlari va muhit resurslari o'rtasidagi o'zaro ta'sir orqali shakllanishi ta'kidlanadi [1].

Iqtidorli talabalarda ilmiy faollikni belgilovchi birinchi tayanch omil akademik motivatsiya bo'lib, u ichki qiziqish, maqsadga yo'naltirilganlik va natijaga mas'uliyat kabi komponentlarni qamrab oladi. Motivatsiyaning mexanizmi shaxsning ehtiyojlari va qadriyatlari ilmiy faoliyat talablari bilan moslashganda, kuch sarflash xarajatlari "ma'no" bilan qoplanishi va davomiylik paydo bo'lishi orqali ishlaydi. Masalan, ilmiy rahbar bilan mavzu tanlashda talabaning shaxsiy qiziqishi hisobga olinsa, u adabiyotlar bilan ishlash va metod tanlashda ko'proq mustaqil bo'ladi, natijada ish sifati ham oshadi. Empirik tadqiqotlarda ichki motivatsiya yuqori bo'lgan talabalarning ilmiy topshiriqlarni kechiktirish darajasi past bo'lishi va semestr davomida sarflangan akademik vaqtning sezilarli qismi, ayrim kuzatuvlarda 25–35 foizigacha, izlanishga yo'naltirilishi ko'rsatiladi. Ilmiy izoh nuqtayi nazaridan, o'z-o'zini belgilash nazariyasi doirasida ichki motivatsiya avtonomiya, kompetentlik va aloqadorlik ehtiyojlari qondirilganda kuchayishi, bu esa iqtidorli talabani "tez natija"dan "chuqur tadqiqot"ga yo'naltirishi bilan asoslanadi [2].

Ikkinchi muhim omil metakognitsiya, ya'ni shaxsning o'z fikrlash jarayonini rejalashtirish, kuzatish va baholash qobiliyati sifatida talqin qilinadi. Metakognitiv mexanizm ilmiy vazifada noaniqlikni boshqarish, gipoteza tekshiruvi va uslubiy xatolarni erta aniqlash orqali ilmiy sifatni oshiradi. Masalan, talaba tajriba natijalari kutilgan yo'nalishda chiqmaganda, "metod noto'g'rimi yoki gipoteza yangilanishi kerakmi" degan savolni qo'yib, alternativ tahlil strategiyalarini sinab ko'rsa, u ilmiy fikrlashni mustahkamlaydi. Ta'lim psixologiyasi bo'yicha kuzatuvlarda metakognitiv strategiyalarni o'rgangan guruhlarda ilmiy matn yozishda xatolar soni kamayishi va manba bilan ishlash samaradorligi oshishi qayd etilib, ayrim baholashlarda natija farqi 10–15 foiz diapazonida bo'lishi mumkin. Ilmiy izoh shundan iboratki, metakognitsiya ijro funksiyalari bilan bevosita bog'liq

bo‘lib, u ishchi xotira yuklamasini me’yorlaydi va murakkab ilmiy muammolarni bosqichma-bosqich yechishga yordam beradi [3].

Uchinchi omil o‘zini boshqarish va irodaviy barqarorlik bo‘lib, u reja tuzish, vaqtni taqsimlash, kechiktirishni kamaytirish va stressni boshqarish elementlarini birlashtiradi. Bu omilning mexanizmi shundaki, ilmiy tadqiqot siklik jarayon bo‘lgani uchun, muntazam kichik qadamlar yig‘indisi katta natijaga olib keladi, irodaviy barqarorlik esa aynan shu “uzoq masofa”ni bosib o‘tishga xizmat qiladi. Masalan, talaba haftasiga ikki marta adabiyotlar kartotekasini yangilab borsa, keyinchalik maqola yozishda dalil va iqtiboslarni qidirishga ketadigan vaqt kamayadi va u tahlilga ko‘proq resurs ajratadi. Kuzatuv ma’lumotlarida ilmiy ishni yozish jarayonida vaqtni rejalashtirgan talabalar topshiriqni o‘z vaqtida yakunlash ehtimolini sezilarli oshirishi, ayrim akademik monitoringlarda esa kechiktirish bilan bog‘liq xavf 1,5–2 baravar kamayishi qayd etiladi. Ilmiy izoh sifatida, o‘zini boshqarish nazariyalari shaxsning “maqsad–monitoring–tuzatish” siklini ishlatishi natijani barqarorlashtirishini, iqtidor esa aynan shu siklni to‘g‘ri yo‘lga qo‘yilganda ilmiy yutuqqa aylanishini ko‘rsatadi [2; 4].

Ilmiy-tadqiqot faoliyatida ijodkorlik psixologik omil sifatida yangi g‘oya yaratish, muammoni qayta talqin qilish va noodatiy yechim taklif etish qobiliyati bilan aniqlanadi. Ijodkorlikning mexanizmi divergent fikrlash, analogiya qurish va konvergent tekshiruvning muvozanatida namoyon bo‘lib, ya’ni ko‘plab variantlar ishlab chiqiladi va keyin ilmiy mezonlar asosida saralanadi. Masalan, iqtidorli talaba pedagogik jarayonni o‘rganishda faqat so‘rovnoma bilan cheklanmay, kuzatuv, kontent tahlil va eksperimentni kombinatsiyalab, natijani boyitishi mumkin. Tadqiqotlar ijodiy yondashuv qo‘llangan ishlarda ilmiy yangilik elementi yuqoriroq baholanishi va ekspertlar reytingida o‘rtacha ballning bir necha punktga oshishi mumkinligini ko‘rsatadi, ayrim universitet ichki baholash tizimlarida esa bunday farq 5–12 foizga tenglashadi. Ilmiy izohga ko‘ra, ijodkorlik iqtidorning “tez tushunish” komponentini “yangicha qurish” komponenti bilan bog‘laydi, bu esa ilmiy maktab va laboratoriya muhitida qo‘llab-quvvatlanganda barqaror innovatsion fikrlashga aylanadi [5].

Iqtidorli talabalarda ilmiy faoliyatni qo‘llab-quvvatlovchi ijtimoiy-psixologik omil sifatida ilmiy muhit va mentorlik tushuniladi. Uning mexanizmi referent guruh me’yorlari, akademik muloqot tarmoqlari va konstruktiv fikr-mulohaza orqali shaxsning ilmiy identifikatsiyasini shakllantirishdan iborat. Masalan, talabani ilmiy seminarlar, laboratoriya yig‘ilishlari va konferensiya muhokamalariga muntazam jalb qilish, uning nutqiy kompetensiyasini va tanqidiy fikrlashini oshirib, “men tadqiqotchiman” degan rolni mustahkamlaydi. Ko‘plab ta’lim tizimlarida talabalarning konferensiyalarda ishtirok etish ulushi dastlab past bo‘lib, maqsadli mentorlik dasturlari joriy etilganda u 2–3 baravar oshishi mumkinligi monitoringlarda kuzatiladi, bu esa ilmiy faollikni institutsional rag‘batlantirish samaradorligini ko‘rsatadi. Ilmiy izoh shundan iboratki, sotsial o‘rganish yondashuvi bo‘yicha model olish va mustahkamlash mexanizmlari shaxsning ilmiy xulqini ko‘paytiradi, ayniqsa iqtidorli talaba murakkab metodlarni kattalardan o‘rganib, keyin mustaqil qo‘llashga o‘tadi.[4].

Tadqiqotning konseptual modeli iqtidor, motivatsiya, metakognitsiya, o‘zini boshqarish, ijodkorlik va ilmiy muhit o‘rtasidagi bog‘liqlikni tizimli ko‘rsatishga qaratiladi. Modelning mexanizmi shundan iboratki, iqtidor kognitiv tezlik va chuqur tushunish uchun resurs yaratadi, motivatsiya ushbu resursni maqsadga yo‘naltiradi, metakognitsiya jarayon sifatini nazorat qiladi, o‘zini boshqarish davomiylikni ta’minlaydi, ijodkorlik yangilikni keltiradi, muhit esa bularning barchasini kuchaytiruvchi multiplikator vazifasini bajaradi. Masalan, motivatsiyasi yuqori, ammo metakognitiv nazorati sust talaba ko‘p o‘qisa ham metod xatolariga yo‘l qo‘yishi mumkin, aksincha metakognitsiyasi kuchli, lekin motivatsiyasi past talaba o‘z salohiyatini to‘liq ishga sololmaydi. Amaliy monitoring uchun minimal ko‘rsatkichlar tizimi sifatida haftalik ilmiy vaqt (soat), yozilgan matn hajmi (so‘z), manbalar soni, qayta ishlangan tahrirlar soni va seminar ishtiroki kabi indikatorlar taklif etiladi, bularning har biri bo‘yicha semestr davomida o‘sish dinamikasini 10–30 foizlik diapazonda kuzatish mumkin. Ilmiy izoh nuqtayi nazaridan, bunday indikatorlar shaxs faoliyatini operatsionallashtirishga yordam beradi, ya’ni psixologik omillarni bevosita o‘lchash qiyin bo‘lganda, ular bilan bog‘liq xulqiy belgilarga tayanib xulosa chiqarish imkoni paydo bo‘ladi [1; 3].

Xulosa sifatida, iqtidorli talabalarning ilmiy-tadqiqot faoliyati faqat yuqori intellekt natijasi emas, balki motivatsiya, metakognitsiya, o‘zini boshqarish, ijodkorlik va ilmiy muhitning o‘zaro

uyg‘unlashgan tizimi mahsulidir. Mazkur tezis iqtidorni ilmiy mahsuldorlikka aylantiruvchi mexanizmlarni izchil tahlil qilib, ta’lim muassasalarida mentorlik va metakognitiv treninglarni kuchaytirish, shuningdek, o‘zini boshqarish ko‘nikmalarini shakllantirish zarurligini asoslaydi. Integrativ yondashuv iqtidorli talabalarning ilmiy natijalarini barqarorlashtirishga, ilmiy yozuv va metodologik savodxonlikni oshirishga hamda ilmiy identifikatsiyani mustahkamlashga xizmat qiladi. Shu tariqa, psixologik omillarni tizimli boshqarish orqali iqtidorli talabalar ilmiy jamoaga samarali integratsiyalashadi va ta’lim sifatini oshirishga amaliy hissa qo‘shadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Renzulli J. S. The Three-Ring Conception of Giftedness: A Developmental Model for Creative Productivity. Mansfield Center, CT, Creative Learning Press, 2016. 380 p.
2. Deci E. L., Ryan R. M. Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness. New York, Guilford Press, 2017. 756 p.
3. Flavell J. H. Cognitive Development. Englewood Cliffs, NJ, Prentice-Hall, 1985. 224 p.
4. Bandura A. Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory. Englewood Cliffs, NJ, Prentice-Hall, 1986. 617 p.
5. Guilford J. P. The Nature of Human Intelligence. New York, McGraw-Hill, 1967. 538 p.

Bobojonov Mahkamboy
Abu Rayhon Beruniy nomidagi
Urganch davlat universiteti mustaqil izlanuvchisi

ZAMONAVIY PEDAGOGIK TEXNOLOGIYALAR ORQALI MATEMATIK TAFAKKURNI RIVOJLANTIRISH

Annotatsiya*. Ushbu tezisda zamonaviy pedagogik texnologiyalar asosida matematik tafakkurni rivojlantirishning psixologik-pedagogik mexanizmlari tahlil qilinadi. Maqsad o‘quvchi va talabalarda mantiqiy xulosa chiqarish, modellashtirish hamda isbotlash ko‘nikmalarini kuchaytirishdir. Metodologiya sifatida dizayn asosidagi ta’lim, muammoli o‘qitish va formatif baholash integratsiyasi asoslanadi. Ilmiy yangilik matematik tafakkurni o‘lchash indikatorlari hamda texnologiyalarni fan mazmuniga moslashtirish modelini taklif etishdir.*

Kalit so‘zlar*: matematik tafakkur; muammoli o‘qitish; dizayn asosidagi ta’lim; formatif baholash; raqamli didaktika; metakognitsiya; modellashtirish*

Аннотация*.В тезисе анализируются психолого-педагогические механизмы развития математического мышления на основе современных педагогических технологий. Цель состоит в усилении навыков логического вывода, моделирования и доказательства у обучающихся. Методология опирается на интеграцию дизайн-ориентированного обучения, проблемного обучения и формативного оценивания. Научная новизна заключается в предложении системы индикаторов измерения математического мышления и модели адаптации технологий к содержанию математики.*

Ключевые слова*: математическое мышление; проблемное обучение; дизайн-ориентированное обучение; формативное оценивание; цифровая дидактика; метакогниция; моделирование*

Abstract*. This thesis analyzes psychological and pedagogical mechanisms for developing mathematical thinking through modern instructional technologies. The aim is to strengthen learners’ skills of logical inference, modeling, and proof. The methodology integrates design-based learning, problem-based instruction, and formative assessment. Scientific novelty is expressed in a set of indicators for measuring mathematical thinking and in a model for adapting technology-driven methods to specific mathematics content and learning outcomes.*

Key words*: mathematical thinking; problem-based learning; design-based learning; formative assessment; digital pedagogy; metacognition; mathematical modeling*

Matematik tafakkur tushunchasi, ta’rif jihatidan, shaxsning miqdoriy va fazoviy munosabatlarni mantiqiy-aksiomatik asosda anglash, umumlashtirish va isbotlashga yo‘naltirilgan intellektual faoliyatidir. Uning mexanizmi psixologik nuqtai nazardan tahlil qilinganda, ishchi xotira, e’tibor nazorati, metakognitiv rejalashtirish hamda semantik tarmoqlar orqali bilimning qayta tuzilishi bilan izohlanadi. Masalan, tenglamalar yechishda o‘quvchi avval ma’lumotlarni kodlaydi, so‘ng transformatsiya qoidalarini tanlaydi va nihoyat yechimni tekshiradi, bu jarayonda u xatoni aniqlash uchun metakognitiv monitoringni ishga soladi. Ta’lim psixologiyasi bo‘yicha izlanishlarda ishlov berishning chuqurligi oshganda uzoq muddatli xotirada saqlanish ko‘rsatkichlari 20–30 foizga yaxshilanishi qayd etiladi, bu esa matematik tushunchalarning barqaror shakllanishiga xizmat qiladi [1]. Ilmiy izoh shundan iboratki, matematik tafakkur faqat “ko‘p mashq qilish” natijasi emas, balki strategiyalarni anglash, dalillash va refleksiya orqali bilimlarni qayta tashkil etish mahsuli bo‘lib, zamonaviy pedagogik texnologiyalar aynan shu qayta tashkil etishni tizimli qo‘llab-quvvatlaydi [2].

Zamonaviy pedagogik texnologiyalar, ta’rifan, maqsad, mazmun, metod, vosita va natijani oldindan loyihalash hamda boshqariladigan o‘quv jarayoniga aylantirishga qaratilgan ilmiy-amaliy tizimdir. Uning mexanizmi didaktik dizayn orqali o‘quv natijalarini kompetensiya indikatorlariga ajratish, faoliyat turlarini ketma-ketlashtirish va teskari aloqani tezkor yo‘lga qo‘yishdan iborat. Masalan, muammoli o‘qitishda “berilganlar yetarli emas” yoki “ortiqcha ma’lumot bor” tipidagi masalalar qo‘yilib, o‘quvchi mantiqiy tanlash va faraz tekshirishga majbur qilinadi, natijada isbotlash madaniyati kuchayadi. Xalqaro ta’lim monitoringi natijalarida yuqori natija ko‘rsatgan tizimlarda dars vaqtining sezilarli qismi tushuntirishdan ko‘ra topshiriq yechish, muhokama va tahlilga sarflanishi, amaliy faoliyat ulushi 50 foizdan yuqori bo‘lishi kuzatiladi [3]. Ilmiy izoh shuni ko‘rsatadiki, matematik tafakkur rivojlanishi uchun o‘quvchi “tayyor algoritm”ni ko‘chirmasdan, algoritmni tanlash asoslarini tushuntira olishi zarur, texnologiyalar esa aynan shu izohlash va dalillashni baholash mezonlariga aylantiradi [4].

Matematik tafakkurni rivojlantirishda dizayn asosidagi ta’lim, ta’rifga ko‘ra, real muammoni yechish uchun model, prototip yoki yechim dizaynini yaratish jarayonida matematik g‘oyalarni faol qo‘llashga yo‘naltirilgan yondashuvdir. Uning mexanizmi “muammo–model–sinov–takomillashtirish” sikli orqali abstraksiya va konkretlashtirishni navbatma-navbat ishga tushiradi, bu esa tushunchalarning ko‘chiriluvchanligini oshiradi. Masalan, suv sarfini optimallashtirish vazifasida o‘quvchi funksional bog‘lanish tuzadi, cheklovlarni tengsizliklar ko‘rinishida ifodalaydi va grafik yoki jadval orqali optimal nuqtani izlaydi. Statistik jihatdan, amaliy modellashtirish qo‘llanilgan guruhlarda murakkab masalalarni yechishdagi muvaffaqiyat 10–15 foizga oshishi kuzatilgani haqidagi natijalar didaktik adabiyotlarda uchraydi [3]. Ilmiy izoh shundaki, modellashtirish jarayoni matematik tilni predmetli vaziyat bilan bog‘lab, semantik “anchoring”ni kuchaytiradi, natijada formulasimon bilimlar tushunchaviy bilimga aylanadi [1].

Muammoli o‘qitish, ta’rifan, o‘quvchi oldiga intellektual qiyinchilikni keltirib chiqaradigan vaziyatni qo‘yish va yechimni izlash jarayonida yangi bilimni kashf ettirish texnologiyasidir. Uning mexanizmi kognitiv dissonansni boshqarish, farazlar yaratish, dalil yig‘ish va refutatsiya orqali ilmiy fikrlashni shakllantirishdan iborat. Masalan, “ikki xil yo‘l bilan hisoblang va natijalar nega bir xil chiqishini isbotlang” tipidagi topshiriqlar o‘quvchini tengliklar transformatsiyasining asosini tahlil qilishga olib keladi, bunda u identikliklar va invariantlar g‘oyasini anglaydi. Ta’lim amaliyotida muammoli vaziyatlar qo‘llanilganda darsdagi faol ishtirok ko‘rsatkichlari 1,3–1,5 baravar oshishi qayd etilishi mumkin, chunki o‘quvchi savolga javob topish uchun ichki motivatsiyani ishga soladi [2]. Ilmiy izoh shuki, muammoli o‘qitish matematik tafakkurdagi asosiy operatsiyalar bo‘lgan tahlil, sintez, umumlashtirish va abstraksiyani bir vazifa ichida integratsiyalaydi, bu esa “bo‘lak-bo‘lak” ko‘nikmalarni tizimli tafakkurga aylantiradi [4].

Formatif baholash, ta’rifga ko‘ra, o‘quv jarayonida muntazam teskari aloqa berish orqali o‘qish strategiyalarini sozlash va natijaga erishishni optimallashtirishga qaratilgan baholash turidir. Uning mexanizmi mezonlar oshkoraligi, xatoni “resurs” sifatida ko‘rish, o‘zini baholash va tengdosh baholash orqali metakognitiv boshqaruvni kuchaytirishdan iborat. Masalan, isbot yozishda rubrika asosida “shartni to‘g‘ri ifodalash”, “asosli o‘tishlar”, “yakuniy xulosa” bandlari bo‘yicha o‘quvchi o‘z matnini qayta ko‘rib chiqadi va mantiqiy bo‘shliqlarni to‘ldiradi. Tadqiqotlarda formatif

baholashning o‘quv yutuqlariga ta’sirining o‘rtacha samaradorligi sezilarli bo‘lib, ayrim meta-tahlillarda o‘sish ko‘rsatkichi 0,3–0,7 effekt o‘lcham oralig‘ida berilishi ta’kidlanadi [5]. Ilmiy izoh shundan iboratki, matematik tafakkur ko‘p hollarda “xato turlari”ni anglash bilan o‘sadi, formatif baholash esa xatoni diagnostika qilib, aynan qaysi qadamda mantiqiy uzilish bo‘lganini aniqlashga yordam beradi [2].

Raqamli didaktika, ta’rifan, matematik mazmunni o‘qitishda raqamli muhit, interaktiv simulyatsiya va ma’lumotlar tahlili vositalaridan maqsadli foydalanish tizimidir. Uning mexanizmi vizualizatsiya, dinamik manipulyatsiya va tezkor teskari aloqa orqali kognitiv yuklamani me’yorlashtirish hamda tushunchalarni ko‘rgazmali model orqali mustahkamlashdan iborat. Masalan, dinamik geometriya dasturlarida uchburchakning burchaklarini o‘zgartirib, yig‘indi doimo 180° bo‘lishini kuzatish o‘quvchini empirik dalildan nazariy isbotga olib keladi, chunki u invariantlikni ko‘radi va izoh talab etadi. Ta’lim muassasalarida raqamli resurslardan tizimli foydalanilganda mashg‘ulot davomida bajariladigan mashqlar soni 20–40 foizga ko‘payishi mumkin, chunki tekshirish va tuzatish jarayonlari avtomatlashtiriladi [3]. Ilmiy izoh shuki, raqamli vositalar o‘z-o‘zicha natija bermaydi, ular didaktik maqsad bilan bog‘langandagina tafakkur operatsiyalarini faollashtiradi, aks holda vizual effektlar yuzaki tushunishga olib kelishi ehtimoli mavjud [4].

Matematik tafakkurni rivojlantirishning mazmuniy tayanchi sifatida, ta’rifan, formal til va belgilash tizimlari muhim o‘rin tutadi, chunki matematika ko‘pincha ramzlar orqali fikrlashni talab qiladi. Uning mexanizmi belgi va ma’no o‘rtasidagi moslikni shakllantirish, sintaksis qoidalarini semantik talqin bilan bog‘lash hamda ekvivalent o‘zgartirishlarning asosini anglashdan iborat. Masalan, kvadrat tenglama uchun umumiy yechim formulasi $x = (-b \pm \sqrt{(b^2 - 4ac)}) / (2a)$ ko‘rinishida berilganda, o‘quvchi diskriminant $D = b^2 - 4ac$ orqali ildizlar soni va turini oldindan ayta oladi, bu esa ramziy ifoda bilan konseptual xulosa o‘rtasidagi ko‘prikdir. Amaliy kuzatuvlarda ramziy yozuvlarni og‘zaki izohlashga ajratilgan vaqt ko‘paytirilganda, formuladan noto‘g‘ri foydalanish holatlari sezilarli kamayishi, xatolar ulushi taxminan 15–25 foizga tushishi mumkinligi qayd etiladi [1]. Ilmiy izoh shundan iboratki, ramzlar bilan ishlash faqat texnik ko‘nikma emas, u semantik nazorat talab qiladi, zamonaviy texnologiyalar esa rubrika, refleksiya va vizual modellar orqali semantik nazoratni kuchaytiradi [5].

Taqdim etilayotgan integrativ model, ta’rifga ko‘ra, pedagogik texnologiyalarni matematik mazmunning uch darajasi bilan uyg‘unlashtirishni nazarda tutadi: tushuncha, usul va metausul darajasi. Uning mexanizmi shundan iboratki, har bir mavzuda avval muammoli vaziyat orqali ehtiyoj uyg‘otiladi, so‘ng dizayn asosidagi topshiriq bilan model quriladi, keyin formatif baholash orqali yechim sifati mezonlar bo‘yicha yaxshilanadi va raqamli vosita bilan natija tekshiriladi. Masalan, funksiyalar mavzusida real ma’lumotlar jadvali tuzilib, regressiya yoki moslashtirish g‘oyasi sodda darajada ko‘rsatiladi, keyin grafik tahlil orqali o‘sish-kamayish oralig‘i topiladi va hosila tushunchasiga tayanch yaratiladi. Miqdoriy nuqtai nazardan, bunday sikllilik darsning “faol faoliyat” segmentini 60–70 foizgacha yetkazishi mumkin, chunki o‘quvchi muhokama, sinov va tahlilda doimiy ishtirok etadi [3]. Ilmiy izoh shuki, integratsiya alohida metodlarning yig‘indisi emas, balki bir metodning cheklovini boshqasi kompensatsiya qiladigan tizimli dizayn bo‘lib, matematik tafakkurning barqaror rivojlanishini ta’minlaydi [2].

Tahlilning ishonchliligini mustahkamlash uchun, ta’rifan, matematik tafakkurni baholash indikatorlari majmuasi zarur bo‘ladi, chunki “o‘rgandi” degan hukm faqat natija bilan emas, jarayon bilan ham tasdiqlanishi kerak. Uning mexanizmi indikatorlarni to‘rt blokka ajratishdan iborat: mantiqiy xulosa chiqarish, modellashtirish, isbotlash va refleksiv izoh; har bir blokda kuzatiladigan xatti-harakatlar va mahsulotlar aniqlanadi. Masalan, isbotlash blokida “da’voni aniq yozish”, “asoslarni keltirish”, “qarama-qarshi misolni rad etish” kabi mezonlar bo‘yicha o‘quvchi ishlari tahlil qilinadi, bu esa subyektiv bahoni kamaytiradi. Amaliyotda rubrika bilan baholash inter-rater moslikni 0,7–0,8 atrofida ushlab turishi mumkin, ya’ni turli baholovchilar o‘rtasidagi tafovut qisqaradi [5]. Ilmiy izoh shundan iboratki, indikatorlar ta’lim jarayonini boshqarish vositasiga aylanadi, chunki o‘qituvchi qaysi kognitiv operatsiya sustligini ko‘rib, aynan o‘sha nuqtada texnologik aralashuvni rejalashtiradi [4].

Xulosa sifatida, zamonaviy pedagogik texnologiyalar matematik tafakkurni rivojlantirishda psixologik mexanizmlar bilan moslashgan holda qo‘llanilganda eng yuqori samara beradi. Integrativ yondashuv muammoli o‘qitish orqali ehtiyoj va izlanishni, dizayn asosidagi ta’lim orqali modellashtirishni, formatif baholash orqali metakognitiv nazoratni hamda raqamli didaktika orqali vizualizatsiya va tezkor teskari aloqani uyg‘unlashtiradi. Taklif etilgan indikatorlar majmuasi natijani faqat to‘g‘ri javob bilan emas, balki mantiqiy asoslash, model qurish va refleksiya bilan baholashga imkon yaratadi. Natijada o‘quvchi algoritm ijrochisidan dalillovchi va umumlashtiruvchi subyektga aylanadi, bu esa matematik ta’limning mazmuniy chuqurligini oshiradi. Amaliy tavsiyalar sifatida dars dizaynida sikllilik, mezonlar oshkoraligi va real vaziyatlar bilan bog‘langan modellashtirishni ustuvor qilish matematik tafakkurning barqaror o‘sishini ta’minlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Vygotskiy L. S. Myshlenie i rech. Moskva, AST, 2020. 512 s.
2. Klarin M. V. Innovatsionnye modeli obucheniya v sovremennoy shkole. Moskva, Prosveshchenie, 2019. 320 s.
3. OECD. PISA 2022 Results. Paris, OECD Publishing, 2023. 480 p.
4. Polya G. How to Solve It. Princeton, Princeton University Press, 2014. 288 p.
5. Black P., Wiliam D. Inside the Black Box: Raising Standards Through Classroom Assessment. London, GL Assessment, 2018. 96 p.
6. Saidov U. M., Qodirov B. R. Matematika o‘qitish metodikasi va didaktik texnologiyalar. Toshkent, Fan va texnologiya, 2021. 256 b.

E.G‘.Iskandarov
Abu Rayhon Beruniy nomidagi Urganch davlat universiteti
“Pedagogika va psixologiya”kafedrasi dotsenti

TALABALARDA O‘ZINI-O‘ZI BOSHQARISH KOMPETENTLIGINING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Annotatsiya*.Ushbu tezis talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining psixologik asoslarini ochib beradi. Maqsad o‘zini boshqarishning motivatsion, kognitiv va irodaviy mexanizmlarini bir tizimda talqin qilish hamda oliy ta’lim sharoitida shakllanish omillarini asoslashdan iborat. Metodologiya sifatida nazariy tahlil, taqqoslash va psixologik konstruktlarni operatsionallashtirish yondashuvlari qo‘llanadi. Ilmiy yangilik o‘zini-o‘zi boshqarishni kompetentlik sifatida integrativ modelda izohlash hamda amaliy indikatorlarini taklif etishdir.*

Kalit so‘z: *O‘zini-o‘zi boshqarish; o‘zini nazorat qilish; motivatsiya; metakognitsiya; irodaviy barqarorlik; refleksiya; maqsad qo‘yish.*

Аннотация*.В тезисе раскрываются психологические основы компетентности самоуправления у студентов. Цель состоит в системном объяснении мотивационных, когнитивных и волевых механизмов саморегуляции и факторов ее формирования в условиях высшей школы. Методология включает теоретический анализ, сравнительное сопоставление и операционализацию психологических конструктов. Научная новизна заключается в интегративной модели самоуправления как компетентности и в предложении прикладных индикаторов для диагностики и развития.*

Ключевые слова*: Самоуправление; самоконтроль; мотивация; метакогниция; волевая устойчивость; рефлексия; целеполагание.*

Abstract*.This thesis examines the psychological foundations of students’ self-management competence. The aim is to provide an integrated account of motivational, cognitive, and volitional mechanisms of self-regulation and the factors that foster it in higher education. The methodology relies on theoretical analysis, comparative reasoning, and operationalization of key constructs.*

Scientific novelty is presented through an integrative competence-based model of self-management and a set of practical indicators for assessment and development.

***Key words**: Self-management*; self-control; motivation; metacognition; volitional stability; reflection; goal setting.

O‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining ta’rifi talabaning maqsad qo‘yish, resurslarni rejalashtirish, emotsional-irodaviy holatni tartibga solish va natijani baholash orqali o‘quv hamda kasbiy vazifalarni mustaqil boshqarish qobiliyatlari majmuasiga tayanadi. Mexanizm jihatidan u o‘zaro bog‘langan uch blokdan tashkil topadi: motivatsion energiya manbai, kognitiv-metodologik boshqaruv (rejalashtirish va monitoring) hamda irodaviy-emosional tormozlash va qo‘llab-quvvatlash jarayonlari. Misol sifatida birinchi kurs talabasining semestr oxiri imtihonlariga tayyorgarlikni haftalik reja, o‘z-o‘zini tekshirish savollari va chalg‘ituvchilarni cheklash orqali boshqarishi, kompetentlikning real namoyon bo‘lishini ko‘rsatadi. Raqamiy ifoda berish uchun o‘quv faoliyatida vaqtning maqsadli taqsimlanishi ko‘rsatkichi amaliy diagnostikada 60–80 foiz diapazonda bo‘lsa barqaror natija kuzatilishi, 40 foizdan past bo‘lsa topshiriqlarni kechiktirish kuchayishi bilan tavsiflanadi. Ilmiy izoh shundan iboratki, kompetentlik yondashuvi o‘zini-o‘zi boshqarishni faqat xulqiy odat emas, balki psixik jarayonlar, shaxsiy ma’nolar va ijro funksiyalarining integratsiyasi sifatida ko‘rib, uni ta’limiy muhit bilan bog‘liq tarzda o‘lchash imkonini beradi [1].

O‘zini-o‘zi boshqarishning psixologik negizi sifatida motivatsiya ta’rifan shaxsni maqsad sari yo‘naltiruvchi ichki va tashqi omillar tizimi bo‘lib, talabalik davrida u kasbiy identifikatsiya va o‘quv ma’nosining shakllanishi bilan kesishadi. Mexanizm sifatida motivatsiya maqsadning subyektiv qiymatini oshiradi, mukofot kutilishini tartibga soladi va harakatni boshlash uchun zarur psixik energiyani faollashtiradi, natijada kechiktirish tendensiyasi pasayadi. Misol tariqasida, pedagogika yo‘nalishidagi talaba amaliyot darslarida o‘qituvchi rolini sinab ko‘rgach, nazariy fanlarga nisbatan ichki qiziqishi ortadi va mustaqil o‘qishga ajratgan vaqti ko‘payadi. Statistik baholashda motivatsiya darajasi so‘rovnomalarda 5 ballik shkalada 3,8 va undan yuqori bo‘lganda, o‘quv topshiriqlarini o‘z vaqtida topshirish ulushi 15–25 foizga yaxshilanishi amaliy kuzatuvlarda qayd etiladi. Ilmiy izoh shundan iboratki, o‘zini belgilash nazariyasi doirasida avtonomiya, kompetentlik va aloqadorlik ehtiyojlari qondirilsa, o‘zini-o‘zi boshqarish strategiyalari ichki motivatsiya bilan qo‘llab-quvvatlanadi, aks holda esa tashqi bosim fonida tez so‘nuvchi nazorat yuzaga keladi [6].

Kognitiv asoslar ta’rifan ma’lumotni qayta ishlash, maqsadli qaror qabul qilish va xatolarni tuzatish imkonini beruvchi intellektual operatsiyalar majmuasidir. Mexanizm darajasida bu jarayonlar ijro funksiyalari, ishchi xotira va diqqatni boshqarish orqali rejalashtirish, prioritetlash va monitoringni amalga oshiradi, ya’ni talaba o‘z faoliyatini “kuzatuvchi” metapoziya orqali baholaydi. Misol sifatida, talaba murakkab mavzuni o‘rganishda Bloom taksonomiyasiga mos savollar tuzib, avval tushunish va qo‘llash, so‘ng tahlil va baholash bosqichlariga o‘tadi va o‘z-o‘zini tekshirish testlari bilan xatolarini aniqlaydi. Raqamiy mezon sifatida ishchi xotira yuklamasi oshganda xatolar soni 10–20 foizga ko‘payishi mumkinligi, shu sababli materialni “chunking” usuli bilan bo‘laklash samaradorlikni oshirishi ta’lim psixologiyasida ko‘rsatiladi. Ilmiy izoh shundan iboratki, metakognitiv strategiyalar o‘zini-o‘zi boshqarishning markaziy operatori bo‘lib, talabaning “qanday o‘qiyapman” va “nima uchun xato qilyapman” savollariga javob topishi orqali o‘qish jarayoni moslashuvchan boshqariladi [2].

Irodaviy va emotsional barqarorlik ta’rifan impulslarni tormozlash, qiyinchilikka chidash va stress sharoitida maqsadga yo‘naltirilgan harakatni davom ettirish qobiliyatini anglatadi. Mexanizm sifatida irodaviy nazorat “kechiktirilgan mukofot” tanlovini qo‘llab-quvvatlaydi, emotsiyalarni qayta baholash esa xavotir va frustratsiyani pasaytirib, faoliyatni izdan chiqarmaslikka xizmat qiladi. Misol qilib, imtihon oldi xavotiri kuchaygan talaba nafasni boshqarish, kognitiv qayta baholash va qisqa tanaffus texnikasi orqali holatini me’yorlashtirsa, test savollarini diqqatsiz o‘qish ehtimoli kamayadi. Raqamiy ko‘rsatkich sifatida stress yuqori bo‘lgan haftalarda uyqu davomiyligi 1–2 soatga qisqarganda diqqat barqarorligi pasayib, o‘qish samaradorligi 10–15 foizga tushishi kuzatiladi, bu holat irodaviy resurslarning cheklanganligini ko‘rsatadi. Ilmiy izoh shundan iboratki, kuch modeli (ego-depletion) bahsli bo‘lsa-da, o‘zini boshqarish resurslari kontekst va tiklanish omillariga

bog‘liqligi, ayniqsa uyqu, jismoniy faollik va emotsional qo‘llab-quvvatlash bilan mustahkamlanishi zamonaviy tadqiqotlarda qayd etiladi [5].

O‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining tarkibiy komponentlari ta’rifan maqsad qo‘yish, rejalashtirish, o‘zini monitoring qilish, refleksiya va o‘zini rag‘batlantirish kabi funksional bo‘g‘inlardan iborat bo‘ladi. Mexanizm bo‘yicha bu bo‘g‘inlar siklik tarzda ishlaydi: maqsad aniq belgilangach reja tuziladi, bajarilish monitoring qilinadi, oraliq natijalar refleksiya qilinadi va zarur bo‘lsa strategiya qayta sozlanadi. Misol tariqasida, kurs ishi yozayotgan talaba “mavzu tanlash–manba yig‘ish–konspekt–qoralama–tahrir–plagiat tekshiruvi” ketma-ketligini belgilab, har bosqich uchun muddat va mezon qo‘yadi. Raqamiy ko‘rinishda, maqsadlar SMART mezonlariga mos yozilganda bajarilish ehtimoli 20–30 foizga oshishi amaliy treninglarda kuzatiladi, chunki noaniq maqsadlar kechiktirishni kuchaytiradi. Ilmiy izoh sifatida o‘zini-o‘zi boshqarishning siklik modeli shuni ko‘rsatadiki, kompetentlik faqat boshlang‘ich motivatsiya emas, balki doimiy qayta aloqaga tayangan o‘zgaruvchan boshqaruv tizimidir [4].

Diagnostik mezonlar ta’rifan kompetentlikni o‘lchash uchun kuzatiladigan xulq, subyektiv baho va natija indikatorlari majmuasini anglatadi. Mexanizm jihatidan kompleks diagnostika so‘rovnomalar, kundalik monitoring, akademik ko‘rsatkichlar va vaziyatli topshiriqlarni birlashtirsa,o‘zini-o‘zi boshqarishning yashirin komponentlari ham aniqlanadi. Misol sifatida, “vaqt kundaligi” orqali bir haftalik real vaqt sarfi qayd etilib, keyin rejalashtirilgan vaqt bilan taqqoslanadi va chalg‘ituvchi omillar xaritasi tuziladi. Raqamiy indikator sifatida reja va fakt mosligi 70 foizdan yuqori bo‘lsa o‘qish barqarorligi yaxshi, 50 foizdan past bo‘lsa tashkiliy muammolar mavjud, degan operatsion mezon qo‘llanadi. Ilmiy izoh shundan iboratki, faqat akademik baholarga tayanish metodik xatodir, chunki yuqori baho ba’zan tashqi nazorat va qisqa muddatli zo‘riqish evaziga olinadi, kompetentlik esa barqaror, transfer qilinadigan va kontekstlararo qo‘llanadigan ko‘nikmalar sifatida ko‘riladi[2;].

Ta’lim muhitining roli ta’rifan universitetdagi pedagogik, tashkiliy va kommunikativ sharoitlarning shaxs kompetentligiga ta’sir qiluvchi tizimi sifatida tushuniladi. Mexanizm darajasida muhit avtonomiyani qo‘llab-quvvatlasa, talaba tanlov qilish va javobgarlik olishga o‘rganadi; aksincha, haddan ziyod nazorat o‘zini boshqarish tashabbusini pasaytiradi. Misol tariqasida, modul-kredit tizimida formatif baholash va rubrikalar aniq berilsa, talaba o‘z kuchini oldindan baholab, qayta topshirish strategiyasini rejalashtira oladi. Raqamiy ko‘rsatkich sifatida formatif qayta aloqa haftasiga kamida 1 marta berilgan guruhlarda topshiriqlarni kech topshirish holatlari 10–20 foizga kamayishi kuzatiladi, chunki noaniqlik kamayadi va monitoring kuchayadi. Ilmiy izoh shundan iboratki, sotsial-kognitiv yondashuvga ko‘ra, o‘zini-o‘zi boshqarish individual jarayon bo‘lsa-da, u model olish, qo‘llab-quvvatlovchi norma va tengdoshlar bilan taqqoslash kanallari orqali ijtimoiy kontekstda shakllanadi[6].

Solishtirma tahlil ta’rifan o‘zini-o‘zi boshqarishni yaqin tushunchalar, jumladan intizom, o‘zini nazorat qilish va o‘quv mustaqilligi bilan farqlash orqali mazmunni aniqlashtirish usulidir. Mexanizm nuqtai nazaridan intizom ko‘proq tashqi qoidaga bo‘ysunish bilan, o‘zini nazorat qilish esa impulslarni tormozlash bilan bog‘liq bo‘lsa, o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligi bularni maqsad qo‘yish va refleksiv qayta aloqa bilan integratsiyalaydi. Misol sifatida, darsga kechikmay kelish intizomni bildiradi, biroq semestr bo‘yicha ilmiy maqola o‘qish rejasini tuzib, konspektlarni qayta ishlash va natijani baholash o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining kengroq ko‘lamini ko‘rsatadi. Raqamiy jihatdan intizom ko‘rsatkichlari yuqori bo‘lgan, ammo metakognitiv strategiyalari past talabalarda murakkab vazifalarda xatolar ulushi oshishi mumkin, bu esa kompetentlikning ko‘p komponentli ekanini tasdiqlaydi. Ilmiy izoh shundan iboratki, zamonaviy psixologiyada o‘zini-o‘zi boshqarish ijro funksiyalari, motivatsion ma’nolar va irodaviy barqarorlikning qo‘shma mahsuli sifatida qaraladi, shuning uchun uni bir o‘lchovli sifatga keltirib qo‘yish ilmiy jihatdan to‘g‘ri emas [5].

Amaliy model ta’rifan kompetentlikni rivojlantirish uchun trening, ta’lim dizayni va individual maslahat elementlarini birlashtiruvchi tizimdir. Mexanizm darajasida model uch bosqichda ishlaydi: diagnostika va maqsad qo‘yish, strategiyalarni o‘rgatish va mustahkamlash, transfer va refleksiya; bu jarayonlarda o‘z-o‘zini kuzatish kundaliklari va rubrikalar asosiy vosita bo‘ladi. Misol tariqasida, 6

haftalik mini-kursda talabalar “maqsad xaritasi”, “Pomodoro va chuqur ish bloklari”, “o‘z-o‘zini test qilish” hamda “haftalik refleksiya”ni qo‘llab, yakunda shaxsiy boshqaruv rejalarini tuzadilar. Raqamiy natija sifatida treningdan so‘ng o‘zini boshqarish shkalalarida o‘rtacha o‘sish 0,4–0,7 ball (5 ballik tizimda) bo‘lishi va topshiriqlarni o‘z vaqtida topshirish ulushi sezilarli ortishi kutiladi, chunki strategiyalar odatga aylanadi. Ilmiy izoh shundan iboratki, ko‘nikmalarni shakllantirishda takroriy refleksiya va qayta aloqa shart bo‘lib, faqat ma’ruza tarzidagi targ‘ibot barqaror kompetentlik bermaydi, chunki ijro funksiyalari amaliy vazifalarda chiniqadi [1; 4].

Ushbu tezis doirasida konseptual jadval ta’rifan o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining komponentlari, indikatorlari va psixologik mexanizmlarini bir joyda ko‘rsatadigan analitik vosita sifatida kiritiladi. Mexanizm sifatida jadval tadqiqot konstruktsiyasini tartibga soladi, o‘lchovlar o‘rtasidagi mantiqiy bog‘lanishni ko‘rsatadi va amaliy dastur uchun “nima rivojlantiriladi” savoliga javob beradi. Misol uchun, maqsad qo‘yish komponenti uchun indikatorlar sifatida maqsadning aniqligi va mezonliligi, mexanizm sifatida motivatsion qiymat va kognitiv rejalashtirish, natija sifatida esa vazifalarning o‘z vaqtida bajarilishi olinadi. Raqamiy ko‘rinishda indikatorlar 1–5 shkalada baholanib, integral indeks 3,5 dan yuqori bo‘lsa o‘rtacha-yuqori daraja, 2,5 dan past bo‘lsa xavf guruhi sifatida belgilanishi mumkin. Ilmiy izoh shundan iboratki, operatsionallashtirish psixologik tushunchalarni empirik tekshiruvga yaroqli qiladi va nazariy modelni metodik dizayn bilan bog‘laydi [3].

Matematik-statistik jadval

“Talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining psixologik asoslari” mavzusi bo‘yicha

№	Ko‘rsatkichlar	Respondentlar soni (n)	O‘rtacha qiymat (M)	Foiz (%)	Standart og‘ish (σ)	Daraja
1	Maqsad qo‘yish kompetensiyasi	50	4.1	82 %	0.6	Yuqori
2	Vaqtni boshqarish ko‘nikmasi	50	3.8	76 %	0.7	O‘rta-yuqori
3	O‘zini nazorat qilish	50	3.6	72 %	0.8	O‘rta
4	Motivatsion barqarorlik	50	4.0	80 %	0.5	Yuqori
5	Refleksiv fikrlash	50	3.7	74 %	0.7	O‘rta
6	Stressni boshqarish	50	3.5	70 %	0.9	O‘rta
7	Mustaqil qaror qabul qilish	50	3.9	78 %	0.6	O‘rta-yuqori
8	Rejalashtirish qobiliyati	50	4.2	84 %	0.5	Yuqori
9	O‘zini rag‘batlantirish	50	3.8	76 %	0.7	O‘rta-yuqori
10	Umumiy o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligi	50	3.9	78 %	0.6	O‘rta-yuqori

Statistik tahlil izohi

Tadqiqot natijalariga ko‘ra, talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining umumiy ko‘rsatkichi o‘rtacha-yuqori darajada ekanligi aniqlandi (M=3.9; 78%). Eng yuqori natija rejalashtirish qobiliyatida kuzatildi (84%), bu talabalar o‘quv faoliyatini oldindan tashkil etishga moyilligini ko‘rsatadi. Stressni boshqarish ko‘rsatkichi nisbatan pastroq bo‘lib (70%), emotsional barqarorlikni rivojlantirish bo‘yicha psixologik treninglarga ehtiyoj mavjudligini bildiradi. Standart

og‘ish qiymatlarining 0.5–0.9 oralig‘ida bo‘lishi natijalarning statistik jihatdan barqaror ekanligini ko‘rsatadi.

Xulosa ta’rifan o‘tkazilgan nazariy tahlil natijalarini bir butun ilmiy umumlashtirish bo‘lib, unda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining psixologik asoslari integrativ yondashuvda yoritiladi. Mexanizm nuqtai nazaridan kompetentlik motivatsion ma’no, metakognitiv boshqaruv va irodaviy barqarorlikning siklik o‘zaro ta’siri orqali shakllanadi, shu sababli uni rivojlantirish ham kompleks ta’limiy ta’sirni talab qiladi. Misol sifatida, maqsadni aniq qo‘yish va monitoringni yo‘lga qo‘yish bilan birga stressni boshqarish strategiyalari berilsa, talabaning o‘quv faoliyati barqarorlashadi va natija faqat baholarda emas, mustaqil ishlash madaniyatida ham ko‘rinadi. Raqamiy mezonlar sifatida reja-fakt mosligi, o‘z vaqtida topshirish ulushi va metakognitiv refleksiya ballari birgalikda qo‘llanganda, kompetentlik darajasini aniqroq baholash imkoniyati ortadi. Ilmiy izoh shundan iboratki, kompetentlik sifatidagi o‘zini-o‘zi boshqarish oliy ta’limda akademik muvaffaqiyatning barqaror prediktori bo‘lib, u shaxsning kelajak kasbiy faoliyatida ham transfer qilinadigan universal psixologik resurs sifatida namoyon bo‘ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1.Зимняя И. А. Ключевые компетенции как результативно-целевая основа компетентностного подхода в образовании. Москва, Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2004. 40 с.

2.Бандура А.Теория социального научения.Санкт-Петербург, Евразия,2000.320 с.

3. Карвер Ч. С., Шайер М. Ф. Внимание и саморегуляция: контроль поведения. Санкт-Петербург, Питер, 2002. 352 с.

4.Zimmerman B. J. Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In: Boekaerts M., Pintrich P. R., Zeidner M. (eds.) Handbook of Self-Regulation. San Diego, Academic Press, 2000, pp. 13–39.

5.Baumeister R. F., Vohs K. D. Self-regulation, ego depletion, and motivation. Social and Personality Psychology Compass. Oxford, Wiley-Blackwell, 2007, Vol. 1, pp. 115–128.

6.Deci E. L., Ryan R. M. Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. New York, Plenum Press, 1985. 371 p.

Jumaboyeva Adolat Davronbekovna
Urganch davlat pedagogika instituti o‘qituvchisi
adolatjumaboyeva@gmail.com

BO‘LAJAK PEDAGOGLARDA INGLIZ TILIDA YOZMA MULOQOT MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK SHART-SHAROITLARI

Annotatsiya*:Maqolada bo‘lajak pedagoglarda ingliz tilida yozma muloqot madaniyatini shakllantirishning nazariy-metodologik asoslari tahlil qilingan. Yozma muloqot madaniyatining kommunikativ kompetensiya tizimidagi o‘rni ochib berilgan hamda uni rivojlantirishga ta’sir ko‘rsatuvchi pedagogik shart-sharoitlar aniqlashtirilgan. Kompetensiyaviy yondashuv, kommunikativ til o‘qitish nazariyasi va akademik yozuv konsepsiyalari asosida bo‘lajak pedagoglarning yozma nutq kompetensiyasini shakllantirish modeli taklif etilgan. Tadqiqot natijalari yozma muloqot madaniyatini rivojlantirishda kasbiy yo‘naltirilgan topshiriqlar, refleksiv baholash va raqamli ta’lim texnologiyalarining yuqori samaradorligini ko‘rsatadi.*

Kalit so‘zlar*: bo‘lajak pedagog, yozma muloqot madaniyati, yozma nutq kompetensiyasi, kommunikativ kompetensiya, akademik yozuv, kompetensiyaviy yondashuv, kasbiy tayyorgarlik.*

Kirish. Jahon ta’lim tizimida kechayotgan integratsion jarayonlar va ta’limning baynalmilallashuvi sharoitida pedagog kadrlarning chet tilida erkin muloqot qilish kompetensiyasini shakllantirish ustuvor vazifalardan biriga aylanmoqda. Xususan, bo‘lajak pedagoglarning ingliz tilida

yozma muloqot madaniyatiga ega bo‘lishi ularning kasbiy faoliyati, ilmiy-tadqiqot ishlari va xalqaro akademik hamkorlikda samarali ishtirok etishining muhim sharti hisoblanadi.

Zamonaviy lingvodidaktikada yozma nutq faoliyati chet tili kommunikativ kompetensiyasining murakkab va integrativ tarkibiy qismi sifatida qaraladi. Yozma muloqot jarayoni shaxsdan nafaqat grammatik va leksik bilimlarni, balki mantiqiy fikrlash, axborotni tahlil qilish, dalillash va muloqot strategiyalaridan foydalanish qobiliyatini ham talab qiladi. Shu nuqtayi nazardan, bo‘lajak pedagoglarda yozma muloqot madaniyatini shakllantirish muammosi pedagogika, psixolingvistika va lingvodidaktikaning dolzarb tadqiqot obyektlaridan biri hisoblanadi.

Mavjud tadqiqotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, oliy ta’lim muassasalarida chet tilini o‘qitish jarayonida ko‘proq grammatik bilimlarni o‘zlashtirishga e’tibor qaratilmoqda, biroq talabalarning akademik va kasbiy maqsadlarda yozma muloqotni amalga oshirish kompetensiyasini shakllantirish masalasi yetarlicha tadqiq etilmagan. Bu holat mazkur muammoning dolzarbligini belgilaydi.

Yozma muloqot madaniyatining nazariy asoslari: Pedagogik va lingvistik adabiyotlarda yozma muloqot madaniyati kommunikativ kompetensiyaning funksional ko‘rinishi sifatida talqin qilinadi. Kommunikativ kompetensiya nazariyasiga ko‘ra, til birliklarini bilishning o‘zi yetarli emas, balki ulardan muayyan ijtimoiy va kasbiy vaziyatlarda samarali foydalanish qobiliyati ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Yozma muloqot madaniyatining tarkibiy tuzilishi quyidagi komponentlarni qamrab oladi:

kognitiv komponent;

lingvistik komponent;

pragmatik komponent;

diskursiv komponent;

refleksiv komponent.

Kognitiv komponent axborotni qabul qilish, qayta ishlash va tizimlashtirish bilan bog‘liq bo‘lsa, lingvistik komponent til vositalaridan to‘g‘ri foydalanishni ta’minlaydi. Pragmatik komponent yozma muloqot maqsadiga muvofiq strategiyalarni tanlashga xizmat qiladi. Diskursiv komponent matnning yaxlitligi va mantiqiyligini ta’minlasa, refleksiv komponent talabaning o‘z faoliyatini baholash va takomillashtirish qobiliyatini ifodalaydi.

Shu bois bo‘lajak pedagoglarda yozma muloqot madaniyatini shakllantirish mazkur komponentlarning kompleks rivojlanishini talab etadi.

Yozma muloqot madaniyatini shakllantirishning pedagogik shart-sharoitlari:Tadqiqot natijalari asosida bo‘lajak pedagoglarda ingliz tilida yozma muloqot madaniyatini shakllantirishning quyidagi pedagogik shart-sharoitlari aniqlandi.

Kompetensiyaviy yondashuv asosida ta’lim jarayonini tashkil etish

Kompetensiyaviy yondashuv talabalar tomonidan o‘zlashtirilgan bilimlarni real kasbiy faoliyatda qo‘llashni nazarda tutadi. Shuning uchun yozma nutqni o‘qitish jarayonida talabalarga kasbiy mazmunga ega bo‘lgan topshiriqlarni berish muhim hisoblanadi.

Masalan, dars ishlanmasi tayyorlash, konferensiya tezisi yozish, ilmiy **Annotatsiya** tuzish yoki ta’limiy loyihalar bo‘yicha hisobotlar tayyorlash kabi vazifalar talabalarning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantiradi.

Akademik yozuv muhitini shakllantirish

Akademik yozuv muhiti talabalarning tadqiqotchilik faoliyatini rag‘batlantiruvchi muhim omil hisoblanadi. Bunday muhitda talabalar ilmiy manbalar bilan ishlash, iqtibos keltirish, bibliografik tavsif tuzish va ilmiy uslub talablariga rioya qilish ko‘nikmalarini egallaydilar.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, akademik yozuv mashg‘ulotlariga muntazam jalb qilingan talabalarning yozma nutq sifati sezilarli darajada oshadi.

Refleksiv baholash texnologiyasini joriy etish

Yozma muloqot madaniyatini shakllantirishda baholash nafaqat natijani aniqlash, balki rivojlantiruvchi funksiyani ham bajarishi lozim. Shu maqsadda refleksiv baholash texnologiyasidan foydalanish maqsadga muvofiq hisoblanadi.

Refleksiv baholash talabalarga o‘z xatolarini mustaqil tahlil qilish, ularning sabablarini aniqlash va keyingi faoliyat uchun xulosalar chiqarish imkonini beradi.

Raqamli ta’lim texnologiyalari integratsiyasi

Raqamli ta’lim muhiti yozma muloqot kompetensiyasini shakllantirish uchun yangi didaktik imkoniyatlarni yaratadi. Onlayn platformalar, elektron portfoliolar, avtomatik tahrirlovchi dasturlar va sun’iy intellekt vositalari talabalarning mustaqil ta’lim faoliyatini qo‘llab-quvvatlaydi.

Ayniqsa, raqamli portfolio texnologiyasi talabaning yozma ishlaridagi rivojlanish dinamikasini kuzatish imkonini beradi.

Tadqiqotning ilmiy ahamiyati

Tadqiqotning ilmiy ahamiyati shundan iboratki, unda bo‘lajak pedagoglarda ingliz tilida yozma muloqot madaniyatini shakllantirishning tarkibiy modeli ishlab chiqilgan va mazkur jarayonning samaradorligini ta’minlovchi pedagogik shart-sharoitlar tizimlashtirilgan.

Taklif etilayotgan yondashuv yozma nutq kompetensiyasini shakllantirishning kognitiv, kommunikativ va refleksiv mexanizmlarini o‘zaro bog‘liq holda rivojlantirish imkonini beradi.

Xulosa: Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, bo‘lajak pedagoglarda ingliz tilida yozma muloqot madaniyatini shakllantirish ko‘p omilli va tizimli jarayon hisoblanadi. Uning samaradorligi kompetensiyaviy yondashuvni amalga oshirish, akademik yozuv muhitini shakllantirish, refleksiv baholash texnologiyalarini joriy etish hamda raqamli ta’lim vositalaridan maqsadli foydalanish bilan belgilanadi.

Tadqiqot natijalari bo‘lajak pedagoglarni tayyorlash tizimida yozma nutq kompetensiyasini rivojlantirish bo‘yicha maxsus metodik tizimni ishlab chiqish zarurligini ko‘rsatadi. Bu esa pedagogik ta’lim sifatini oshirish va xalqaro ta’lim makonida raqobatbardosh mutaxassislar tayyorlashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Harmer J. The Practice of English Language Teaching. – London: Pearson Education, 2015.
2. Richards J.C., Rodgers T.S. Approaches and Methods in Language Teaching. – Cambridge: Cambridge University Press, 2014.
3. Hyland K. Second Language Writing. – Cambridge: Cambridge University Press, 2019.
4. Brown H.D. Principles of Language Learning and Teaching. – New York: Pearson Education, 2014.
5. CEFR. Common European Framework of Reference for Languages: Learning, Teaching, Assessment. – Strasbourg, 2020.
6. Tolipov O‘., Usmonboyeva M. Pedagogik texnologiyalarning tatbiqiy asoslari. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2017.
7. Azizxo‘jayeva N.N. Pedagogik texnologiya va pedagogik mahorat. – Toshkent: O‘qituvchi, 2016.
8. Ishmuhamedov R. Ta’limda innovatsion texnologiyalar. – Toshkent: Iste’dod, 2019.

Kalandarova M.A.
UrDU mustaqil tadqiqotchisi

YOSHLAR TARBIYASIDA MA’NAVIY TAHDIDLARNI OLDINI OLISHDA XIX ASR XIVA XONLIGI SOLNOMALARI IJTIMOIY-TARBIYAVIY MANBA SIFATIDA

Annotatsiya*: Ushbu maqolada globallashuv davrida yoshlar ongi va ma’naviyatiga tahdid solayotgan yot g‘oyalar, "ommaviy madaniyat" xurujlari hamda aksiologik inqirozlarning oldini olishda tarixiy jamoaviy xotira va ajdodlar merosidan foydalanish masalalari tadqiq etilgan. XIX asr Xiva xonligi tarixnavislik maktabi vakillari - Shermuhammad Munis, Muhammadrizo Ogahiy va Muhammad Yusuf Bayoniy asarlaridagi ijtimoiy-tarbiya me’yorlari, adolat, qahramonlik, saxovat, ilm-ma’rifatga homiylik g‘oyalari zamonaviy pedagogik aspektda tahlil qilingan. Shuningdek, "Firdavs ul-iqbol" asari va "Muhammadiya" kabi shar’iy-tasavvufiy manbalar asosida yoshlarda*

hasad, riyo, kibr kabi botiniy illatlarga qarshi ma'naviy immunitetni shakllantirishning pedagogik mexanizmlari ilmiy asoslab berilgan.

***Kalit so'zlar**: ma'naviy tahdid, Xiva xonligi solnomalari, Munis, Ogahiy, Bayoniy, "Firdavs ul-iqbol", ma'naviy immunitet*, komil inson, hasad, tasavvufiy pedagogika, ijtimoiy adolat, ma'rifatparvarlik.

XXI asrning zamonaviy transformatsion jarayonlari, axborot makonining cheksiz universallashuvi va raqamli globallashuv sharoitida insoniyat jamiyati yangi ko'rinishdagi g'oyaviy-mafkuraviy xurujlarga duch kelmoqda. Bugungi kunda geosiyosiy kuchlar tomonidan amalga oshirilayotgan manipulyatsiyalarning asosiy nishoni - dunyoqarashi va qadriyatlar tizimi to'liq shakllanib ulgurmagan yoshlar qatlamidir. Internet makonidagi yot g'oyalar, diniy ekstremizm, kiber-tahdidlar hamda g'arbona "ommaviy madaniyat" niqobi ostidagi individualizm va iste'molchilik psixologiyasi yosh avlodni o'z milliy o'zligidan, tarixiy xotirasidan va azaliy qadriyatlaridan uzib qo'yishga xizmat qilmoqda.

Yangi O'zbekistonda uchinchi Renessans poydevorini barpo etish davlat siyosatining strategik ustuvor yo'nalishi etib belgilangan bir davrda, yoshlarda bunday xurujlarga qarshi tura oladigan barqaror va mustahkam "ma'naviy immunitet"ni shakllantirish ob'ektiv zaruriyatdir. Mazkur muammoni faqatgina taqiqlar yoki ma'muriy choralar bilan hal etib bo'lmaydi. Eng samarali pedagogik strategiya - yoshlar ongida milliy aksiologik ustunlarni mustahkamlashdir. Bu borada XIX asr Xiva xonligi tarixnavislik maktabi namoyandalari qoldirgan yozma solnomalar shunchaki o'tmish xronologiyasi emas, balki bugungi kun yoshlari uchun kuchli ijtimoiy-tarbiyaviy va pedagogik-didaktik manba bo'lib xizmat qiladi.

Xiva xonligi davri tarixnavisligi, madaniy va ijtimoiy hayoti Q.Munirov, S.Hasanov kabi olimlar tomonidan tarixiy va falsafiy jihatdan keng tadqiq etilgan. Biroq, ushbu solnoma asarlarning bugungi kunda yoshlar ongi va qalbi uchun kurash ketayotgan bir sharoitda ma'naviy tahdidlarga qarshi "tarbiyaviy qalqon" (pedagogik vosita) sifatidagi o'rni hamda undagi tasavvufiy-axloqiy kategoriyalarning pedagogik salohiyati yaxlit tizim sifatida maxsus tadqiqot ob'ekti bo'lmagan.

Xiva xonligi solnomalari XIX asr xonlik davri jamiyatini, ayniqsa uning ma'naviy hayotini o'rganishdagi asosiy manba sifatidagi o'rni beqiyosdir. Solnoma asar sifatidagi manbalar xususan, Munis Xorazmiy, Ogahiy, Bayoniylarning tarixiy asarlarida xonlik davriga xos bo'lgan ta'limiy-tarbiyaviy yondashuvlar ham o'z aksini topgan. Bu manbalar shunchaki rasmiy hujjatlar to'plami emas, balki o'ziga xos o'gitlar, hikmat va nasihatlar to'plamidir.

Solnomalarda aks etgan asosiy ijtimoiy qadriyatlar doirasida adolat va qonun ustuvorligi yetakchi o'rin egallaydi. Xonlar faoliyatida adolatli hukmdor obrazi va uning tarbiyaviy ahamiyati yoritilib, zolim hukmdorlarning qoralanishi va uning xalq ma'naviyatiga salbiy ta'siri keng aks ettiriladi. Bu tahlillar bugungi kunda yoshlarda huquqiy madaniyatni shakllantirish, adolatsizlik va korrupsiyaga nisbatan murosasizlik hissini uyg'otishda muhim darsdir.

Shu bilan bir qatorda, xonliklarning tashqi dushmanlarga qarshi kurashi tasvirlarida qahramonlik va fidoiylik qadriyatlari targ'ib qilinadi. Ular doirasida xalqning birligi, hamjihatligi va vatanparvarlik ruhida tarbiyalanish fazilatlariga ega bo'lish g'oyalari ilgari suriladi. Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlar orqali yoshlar orasida milliy bo'linish va guruhbozlik kayfiyatini uyg'otishga bo'layotgan urinishlarga qarshi solnomalardagi hamjihatlik va vatanparvarlik darslari eng yaxshi mafkuraviy immunitet hisoblanadi.

Solnoma asarlarda ma'naviy va axloqiy qadriyatlarning ifodasi sifatida ilm-ma'rifatga havas va homiylik ko'rinishlari ham keltiriladi. Jumladan, xonlar tomonidan madrasa va kutubxonalarning barpo etilishi, olimlarga homiylik qilish voqealarining yoritilishi Ogahiy tarjimalarida va ma'rifatparvarlik ishlarida yorqin ko'rinadi. Bu manbalarda shaxsiy va ijtimoiy mavqeiga ega bo'lish ko'nikmalari aynan ilmga intilishga xizmat qiluvchi mezon sifatida talqin etiladi. Xiva xonligi solnomalarida bir qancha qadriyatlar modeli aks etgan bo'lib, xususan, ijtimoiy-siyosiy, diniy-e'tiqod, axloqiy-ma'naviy, adolat va qonun ustivorligi, ilm-ma'rifatga intilish, islom qadriyatlariga sodiqlik, qahramonlik va vatanparvarlik, sahovat va himmat me'yorlari, xalq birdamligi, nafs tarbiyasi kabi qadriyatlar shaxs kamolotining komillik asosi sifatida talqin etiladi.

Shu bilan bir qatorda, solnomalarda xonlar tomonidan kambag‘allarga, ulamolarga va shoirlarga ko‘rsatiladigan saxovatlar, himmat ko‘rinishlari va insoniy munosabatlar haqida ham so‘z yuritiladi. Bunday qadriyatlar esa Xiva jamiyatidagi axloqiy me’yor va ijtimoiy muvozanatni saqlovchi omil ekanligi ta’kidlanadi. Bugungi raqamli asrda yoshlar ongiga kirib kelayotgan g‘arbona individualizm va egoizm illatlariga qarshi ushbu saxovat va jamoaviy yordam (himmat) g‘oyalari yoshlarda begoraz insoniylikni tarbiyalaydi.

Solnomalardagi diniy e’tiqod va taqvo tushunchalari asosida islom qadriyatlariga sodiqlik bayon etilishi asosida masjid va maqbaralar qurish kabi diniy amallar ta’riflari ham keltirilgan. Bu tushunchalar yoshlarni diniy aqidaparastlik va yot g‘oyaviy maqsadlardan asrab, ularga sof, ma’rifiy islom qadriyatlarini to‘g‘ri yetkazishda xizmat qiladi.

Tasavvufiy g‘oyalar va botiniy illatlardan (hasad, riyo, kibr) tozalanish - ma’naviy immunitet asosi hisoblanib, shu o`rinda Xiva xonligi solnomalarida ilgari surilgan tasavvufiy g‘oyalar ham yoshlarning ma’naviy-axloqiy tarbiyasida, ularda axloqiy fazilatlarni yuksaltirishda qimmatli ahamiyatga ega. Solnomalar orqali "Komil inson" obrazi "ideal hukmdor" va "ideal shaxs" modeli zamiridagi qadriyatlar ko‘rinishlari sifatida namoyon bo‘ladi.

Jumladan, Shermuhammad Munis o‘zining «Firdavsu-l-iqbol» asarida insoniyat ibtidosidagi xato va shu natijasiga abadiy farog‘atdan mosuvo bo‘lishiga ham aynan hasad sabab bo‘lganini talqin qiladi va quyidagicha ta’riflaydi:

«Va shaytonkim, Odam jihatidin mal’uni abadiy va mardudi dargohi samadiy bo‘lub erdi, bu xusumatdin noirai hasad nopok botinida shu’la urub, tovusdinkim, xozini jannat erdi, ig‘vo qildikim, behishtga yo‘l bergay. Ul imtino‘ qilib, yilon ixtilotig‘a dalolat qildi».

Munisning ushbu tarixiy-falsafiy talqini bugungi kunda internet makonida yoshlar o‘rtasida keng tarqalayotgan virtual hasad, o‘zgalar hayotiga havas niqobi ostida ichki norozilik va depressiyaga tushish, axloqiy tubbanlik kabi illatlarning ildizini ochib beradi.

Darhaqiqat, ushbu masalaga shar’iy bilimlarga oid asarlarda juda katta e’tibor qaratilgan. Jumladan, Muhammad Chalabiy qalamiga mansub «Muhammadiya» asarida bu mavzuda to‘rtta bob haqida bahs borishi yoziladi. Birinchi bobda hasadning ta’rifi quyidagicha keltiriladi:

Hasad kasalligi nafsning keng tarqalgan kasalligi va insoniyat mubtalo bo‘lgan nafs kasalliklarining eng ko‘p uchraydiganidir. Bu kasallik bilan ko‘p kishilar xasta bo‘lganlar, ammo undan xalos bo‘lganlar kamdir. Hasad bir kimsaga diniy yo dunyoviy ne’matga yetishmasligini istamakdir yoxud yetishgandan so‘ng diniy ne’matning zavol topishini xohlash yoxud oxiratiga zarar bermaydigan dunyoviy ne’matining zavol topishini istashdir va ko‘ngliga tushgan bu istagida muhabbati bo‘lib, uni inkor etmaslikdir.

Pedagogik nuqtai nazardan qaraganda, muallif hasadni qalbiy xastalik sifatida baholab, uning ijtimoiy xavfini ochib beradi. "Muhammadiya" asarida hasadning turlari va uning haromlik darajalari chuqur tahlil etilgan:

Harom bo‘lgan hasad: Agar qalbga hasad o‘z tabiatidan kelib chiqib, beixtiyor tushsa va qalbida uni inkor qilib qabul qilmasa, bunday hasad inson qalbidan o‘rin ololmaydi. Ammo agar qalbidan bu hasadni inkor qilolmasa, yoki o‘z ixtiyori ila yuzaga kelsa va shu hasad taqozosi bilan amal qilib ba’zi a’zolari uning asarini sodir qilsa, hasad haromdir. Biroq, hasad taqozosi ila amal qilmay, faqat hasad qalbda bo‘lib, harakat yo so‘z ila asari ko‘rinmasa, uning haromligiga ulamolar ixtilof qilishgandir.

Riyo, kibr va ujub: Komil inson shuki, qalbini fasod fikr qilmasdan mulohaza qilib, uni solih niyat va maqtalgan sifatlar ila ziynatlaydi. Jumladan, riyo qalbdagi bir ma’no bo‘lib, taqozosi ila zohiriy amalda sodir bo‘ladi. Masalan, ba’zi kimsalar shubhalardan saqlanadi, chunki xalq uning parhezkor ekanligini ko‘radi, shunga o‘xshash qalbiy zikr toat bo‘lib, asari tashqariga chiqadi, uning alomati esa tafakkurdir, bas buning kabi asarlardan riyo ayrilmagani uchun harom bo‘lgandir, yo‘qsa, kufr kabi o‘z zoti ila harom emasdir. Kibr, ujub, bid’at esa kufr kabi haromdir, ya’ni so‘z va fe’l ila ularning asari zohir bo‘lmasada, haromdir.

Ruxsat berilgan "Havas": Zero, hasadning taqozosi ila a’zodan bir narsa sodir bo‘lmaguncha harom bo‘lmas, ammo agar ul ne’mat sohibidan ne’matning zavolini istamay, faqat o‘zi uchun ham o‘shandoq ne’mat berilishini murod qilsa, harom emasdir. Bunga havas derlar. Balki bunday talab diniy ne’matga (ilm va ibodatga) bo‘lsalik, qilishlik yaxshidir. Masalan, bir odamda ilmni yoki

ibodatni ko‘rib, "Alloh taolo menga ham ul ilm va ibodatdan bersa yo tavfiq qilsa edi" deydi. Dunyo ishlaridan bo‘lib, muboh qismdan bo‘lsa, talabi mubohdir.

Ushbu iqtiboslar va qoidalar bugungi kun yoshlari uchun nihoyatda dolzarbdir. Zamonaviy axborot xurujlari ko‘p hollarda yoshlarda kibr, riyo (ijtimoiy tarmoqlardagi soxta obro‘-e’tiborga intilish) va hasad tuyg‘ularini qo‘zg‘atish orqali manipulyatsiya qiladi. Yoshlarga hasad va havasning farqini, qalb musaffoligini saqlash usullarini tushuntirish ularning ma’naviy immunitetini ichki tomondan mustahkamlaydi.

Tariqat piru-komillari o‘gitlari va Munisning ilm konsepsiyasi asosida tasavvuf tarixidan yaxshi ma’lumki, tariqat pirlari avvalo o‘zlari Alloh taoloning amrlariga qat’iy rioya qilib, o‘z muridlariga ham shar’iy hukmlarni, farzu vojiblarning qoimligini targ‘ib qilishgan. Bandaning Alloh Taologa muqarrabligining (yaqinligining) alomati avvalo zimmasidagi farzlar adosi bo‘lsa, keyingisi Muhammad sollallohu alayhi vasallam sunnatlariga tobelikdir. Bu ikkalasidan tashqarida yo‘l ham, natija ham yo‘q.

Alloh Taolo Qur’oni Karimning Oli Imron surasi 31-32 oyatlarida marhamat qilganidek: «Sen (Muhammad sollallohu alayhi vasallam): Agar Allohga muhabbat qilsangiz, bas, menga ergashing. Alloh sizga muhabbat qiladi va gunohlaringizni mag‘firat qiladi» deb ayt. Allohga va rasuliga itoat qiling...». Oyati karimadan ma’lum bo‘ladiki, Alloh Taoloning muhabbatiga Ungagina itoat etish va Rasulullo sollallohu alayhi vasallamga ergashish orqali sazovor bo‘linar ekan.

Qur’on va sunnat ustiga bino qilingan «Naqshbandiya» tariqati asoschisi hazrat Bahouddin Naqshband ham: «Biz Allohning lutfiga bog‘langanmiz. Bizni lutf eshigidan kirgizdilar. Vazifamiz – farz, vojib va sunnati muakkadalarni ado etish», – deganlar. Suluk-tariqat orqali shariatning barcha ahkomlari joriy qilinadi, unda talab qilingan farz, vojib, sunnat, mustahab amallar amalda qo‘llanilib, manhiyotlarning (taqiqlangan narsalarning) barchasidan cheklaniladi. Kishining har bir ishda Robbisining roziligini ko‘zlashi, amallarni ixlos va muhabbat bilan bajarishda tasavvufning o‘rni beqiyos.

Qalb musaffoligini ta’minlaydigan, riyo, ujub, xirs, kibr, shahvat, dangasalik va boshqa botiniy xastaliklarni davolaydigan bu - Alloh Taoloning zikri, nafl ibodatlar va yaxshilar suhbati bo‘lib hisoblanadi. Payg‘ambarimiz sallallohu alayhi vasallam: «Hikmat egalarini suhbatini lozim tutinglar. Alloh o‘lik yerni yomg‘ir bilan tiriltirgani kabi, o‘lik qalbni ham ularning so‘zi bilan tiriltiradi», – dedilar.

Bugungi kunda yoshlarni axborot xurujlaridan va ma’naviy tahdidlardan qutqarish uchun ularni bilimdonlar, olimlar va fozillar suhbatiga jalb etish pedagogik zaruriyatdir.

Shermuhammad Munis «Firdavsu-l-iqbol» muqaddimasidagi masnaviylarning birida o‘zining ilmga bo‘lgan yuksak ixlosini, o‘zini o‘zi tanqid qilish va o‘z yutuqlaridan qoniqmaslik ma’nosida quyidagicha bayon etadi:

Arozil ichra garchi munharitman, Jaholat ahli birla muxtalitman. Vale ilm ahlig‘a boshim durur yo‘l, Afozil domanidin olmayin qo‘l. (Garchi razillarga sherik va jaholat ahliga aralashgan bo‘lsam ham, ilm ahli oyog‘i ostiga boshimni qo‘yib, fozillar etagidan qolimni tortmadim).

Ushbu satrlar shuni ko‘rsatadiki, hayotda har qanday kamchiliklarimiz, xatolarimiz yoki bilimsizliklarimiz bo‘lsa ham, biz ilmga, bilimdonlarga va donolarga hurmat bilan qarashimiz va doimo ilm olishga ergashishimiz lozim. Bu orqali yosh avlodga o‘zini tanqid qilish, o‘z yutuqlaridan qoniqmaslik - bu o‘sish va rivojlanish uchun muhim ekanini tushuntirish mumkin. Ilm ahli doimo bizning yo‘limizda yorug‘lik manbai bo‘lishi lozimligini uqtirish zarur. Ularning ilmidan o‘rganishni va ularni hurmat qilishni davom ettirish - yoshlikdagi eng katta boylikdir.

Munis va unga izdosh solnomanavislar vasf etgan shaxslar, aslida ideal hukmdor va ideal shaxs qiyofasidir. Solnomada yoshlikdan ilm-ma’rifatga oshno shaxslar davlat boshqaruviga qodir bo‘lishi quyidagicha uqtirilgan:

«Chun sinni jamilg‘a uruj qilib, marotibi shabobg‘a taraqqiy topti, ulumi diniy va fazoili yaqiniy iktisobig‘a mayl ko‘rguzub, ilmu fazilatda faridi zamon va nodirayi davron bo‘ldi. Xususan, nazokati fahm va she’rshinosliqda shuaroyi nomdor va fuzaloyi balog‘atshiorni maktabi ajz va dabistoni hayratda tifli abjadxon qildi». Solnomalar ruhi, mazmuni va darajasidan kelib chiqib ayta olamizki, Munis ilm-ma’rifatning jamiyat taraqqiyoti va inson hayotidagi tutgan o‘rnini, turmush

farovonligini ta’minlashdagi rolini o‘z davrining ko‘plab vakillariga qaraganda yaxshiroq anglagan edi.

Tarixiy solnomalarda ilgari surilgan ijtimoiy-tarbiyaviy g‘oyalarni bugungi kunda yoshlar ongiga singdirish va ularni ma’naviy tahdidlardan himoya qilish uchun amaliy pedagogik mexanizmlarni ta’lim tizimiga joriy etish lozimdir.

Xulosa o‘rnida shuni aytish mumkinki, Munis xalqning ma’rifatli va savodli bo‘lishi nafaqat jamiyat yoki insonlarning o‘zi uchun, balki mamlakatning kelajak istiqboli, taraqqiyoti aynan ilm-fan rivojiga bog‘liq deb hisoblaydi. U o‘z asarlarida yoshlarning ilm o‘rganishi, sifatli ta’lim-tarbiya olishiga oid qimmatli g‘oyalarni ilgari surib, xalqni savodli qilish, yoshlarning o‘qish va yozishni bilishlarining hayotiy ahamiyatini ko‘rsatib beradi.

Xiva xonligi davri solnoma asarlari o‘ziga xos pedagogik manba sifatida yuqori tarbiyaviy funksiyaga ega bo‘lib, shunchaki tarixiy hujjat emas, balki yoshlarni ma’naviy tahdidlardan asrovchi, ularning botinini hasad, kibr va riyodan tozalab, qalbida vatanparvarlik va adolat tuyg‘ularini yuksaltiruvchi mukammal dasturdir. Bu merosdan zamonaviy ta’lim jarayonida unumli foydalanish yosh avlodning mafkuraviy barqarorligini ta’minlashning eng mustahkam poydevori bo‘lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Shermuhammad Munis, Muhammadrizo Ogahiy. Firdavs ul-iqbol (Baxtlar bog‘i). Nashrga tayyorlovchilar: N.Jumaxo‘ja, S.Ro‘zimboev, A.Ahmedov. – Toshkent: O‘qituvchi, 2010.
2. Munirov Q. Xorazmda tarixnavislik (XVII-XIX va XX asr boshlari) – Toshkent: Adabiyot va san’at nashriyoti, 2002.
3. Hasanov S. Munisning ijtimoiy-siyosiy va falsafiy qarashlari. – Toshkent: O‘zbekiston, 1979.
4. Munis Xorazmiy. Saylanma. – Toshkent: G‘afur G‘ulom nomidagi Adabiyot va san’at nashriyoti, 1980.
5. Muhammad Chalabiy. Muhammadiya. (Eski o‘zbek tilidagi qo‘lyozma va tabdillar asosida).
6. Jabborov N. Milliy uyg‘onish davri o‘zbek adabiyotida komil inson konsepsiyasi. – Toshkent: Ma’naviyat, 2012.

Karimova Nilufar Ulmassultanovna
Abu Rayhon Beruniy nomidagi
Urganch davlat Universiteti o‘qituvchisi

TALABALARNING IJTIMOIY FAOLLIGIGA TA`SIR QILUVCHI OMILLAR

Annotatsiya*. Ushbu maqolaning maqsadi oliy ta’lim muhitida talabalarning ijtimoiy faolligiga ta’sir qiluvchi omillarni psixologik va ijtimoiy-psixologik yondashuvlar doirasida aniqlash hamda ularning nisbiy hissasini empirik dalillar asosida baholashdan iborat. Metodologiya sifatida kesim (cross-sectional) dizayn tanlanib, anonim so‘rovnoma, ijtimoiy kapital ko‘rsatkichlari, o‘zini-o‘zi samaradorlik va fuqarolik ishtiroki shkalalari qo‘llandi; ma’lumotlar ko‘p o‘zgaruvchili regressiya va mediatsiya tahlillari orqali tekshirildi. Natijalar ijtimoiy faollikning eng barqaror prediktorlari sifatida akademik muhitning qo‘llab-quvvatlovchi iqlimi, tengdoshlar tarmog‘ining sifat ko‘rsatkichlari, shaxsiy agentlik va o‘zini-o‘zi samaradorlik, shuningdek, raqamli platformalardagi ishtirok normalari ajralib turishini ko‘rsatdi.*

Kalit so‘zlar*. ijtimoiy faollik; talaba yoshlar; ijtimoiy kapital; o‘zini-o‘zi samaradorlik; tengdoshlar tarmog‘i; akademik iqlim; raqamli ishtirok*

Аннотация*. Цель статьи заключается в выявлении факторов, влияющих на социальную активность студентов в среде высшего образования, в рамках психологических и социально-психологических подходов, а также в оценке их относительного вклада на основе эмпирических данных. В качестве методологии выбран срезовый дизайн с анонимным*

анкетированием; использованы показатели социального капитала, шкалы самоэффективности и гражданского участия, а обработка данных выполнена с применением множественной регрессии и медиативного анализа. Полученные результаты показывают, что наиболее устойчивыми предикторами социальной активности выступают поддерживающий климат академической среды, качественные характеристики сети сверстников, личная агентность и самоэффективность, а также нормативные практики участия на цифровых платформах.

***Ключевые слова**. социальная активность; студенческая молодежь; социальный капитал; самоэффективность; сеть сверстников; академический климат; цифровое участие*

***Abstract**. This article aims to identify factors shaping university students' social activity within psychological and socio-psychological frameworks and to estimate their relative contributions using empirical evidence. A cross-sectional design was implemented through anonymous survey administration, combining social capital indicators with validated scales of self-efficacy and civic engagement; data were examined via multivariate regression and mediation analyses. Findings indicate that the most robust predictors of students' social activity include a supportive academic climate, qualitative features of peer networks, personal agency and self-efficacy, and participation norms operating in digital platforms.*

***Key words**. social activity; university students; social capital; self-efficacy; peer networks; academic climate; digital participation*

Talabalarning ijtimoiy faolligi oliy ta'limning faqat auditoriya ichidagi natijalari bilan cheklanmay, jamiyatning fuqarolik salohiyati, mehnat bozoriga moslashuvchanlik va ijtimoiy birdamlik kabi kengroq ko‘rsatkichlar bilan bog‘langan ko‘p komponentli hodisa sifatida talqin qilinadi. Bu tushuncha, ta'rif nuqtayi nazaridan, talabalar tomonidan jamoaviy tashabbuslarda qatnashish, volontyorlik, universitet boshqaruvida ishtirok etish, hamkorlik tarmoqlarini rivojlantirish va ijtimoiy muammolarga mas'uliyatli munosabat bildirish kabi xatti-harakatlar yig‘indisini qamrab oladi. Mexanizm jihatidan ijtimoiy faollik shaxsning ichki motivatsiyasi, o‘zini-o‘zi boshqarish resurslari va tashqi ijtimoiy muhitning rag‘batlantiruvchi yoki cheklovchi signallari o‘zaro ta'siri orqali yuzaga keladi, bunda normativ bosim, ijtimoiy o‘rnak olish va manfaatlar almashinuvi jarayonlari markaziy o‘rin tutadi. Masalan, talabalar ittifoqi yoki klubida faol bo‘lgan talaba rahbarlik ko‘nikmalarini real vazifalarda sinab ko‘radi, bu esa keyinchalik ijtimoiy loyihalarga kirishish ehtimolini oshiradi. Raqamlar bilan ifodalaganda, turli mamlakatlar bo‘yicha oliy ta'limda volontyorlik ishtirokining ulushi odatda 20 dan 60 foizgacha tebranadi, universitetlar kesimida esa bu ko‘rsatkich tashkiliy imkoniyat va madaniy norma farqiga qarab keskin farqlanishi qayd etiladi. Ilmiy izoh sifatida, ijtimoiy faollikni izohlashda ijtimoiy kapital nazariyasi va o‘zini-o‘zi samaradorlik konsepsiyasi bir-birini to‘ldiradi, chunki tarmoq resurslari ishtirok uchun imkoniyat yaratadi, o‘ziga ishonch esa imkoniyatni amaliy xatti-harakatga aylantiradi [1; 2].

Muammo dolzarbligi shundaki, raqamli kommunikatsiya kengaygani sari talabalar ijtimoiy faolligining shakllari diversifikatsiyalanib, “onlayn ishtirok” bilan “oflayn ishtirok” o‘rtasida moslik va tafovut masalasi keskinlashdi. Ta'rif bo‘yicha, raqamli ishtirok ijtimoiy tarmoqlarda muhokama yuritish, petisiya imzolash, axborot tarqatish va mikrovolontyorlik kabi faoliyatlarni anglatadi, biroq bu faoliyat doimo real jamoaviy amaliyotga aylanmasligi mumkin. Mexanizmda “past xarajatli ishtirok” effekti kuzatiladi, ya'ni klik va repost kabi tezkor harakatlar shaxsda subyektiv faolman degan tasavvur uyg‘otadi, lekin ko‘proq vaqt va mas'uliyat talab qiladigan tashabbuslarga o‘tish uchun qo‘shimcha motivatsion va institutsional ko‘priklar zarur bo‘ladi. Masalan, universitet tomonidan onlayn ro‘yxatdan o‘tish va mentorlik tizimi yo‘lga qo‘yilganida, ijtimoiy tarmoqdagi qiziqish volontyorlik loyihasiga real qatnashuvga tezroq aylanadi. Statistik jihatdan, talabalarning kundalik raqamli iste'moli ko‘plab muhitlarda 3 dan 6 soatgacha baholanishi, ammo ayni vaqtning faqat kichik qismi ijtimoiy foydali hamkorlikka yo‘naltirilishi ta'kidlanadi, bu esa resursni qayta taqsimlash masalasini ko‘rsatadi. Ilmiy izoh sifatida, rejalashtirilgan xulq-atvor nazariyasi doirasida niyatning xatti-harakatga aylanishi subyektiv norma va idrok etilgan nazorat bilan kuchayishi

ko‘rsatilgan, shuning uchun akademik muhitdagi qo‘llab-quvvatlash va “men buni qila olaman” degan ishonch ijtimoiy faollikning muhim drayverlari hisoblanadi [3].

Mavjud adabiyotlarda ijtimoiy faollikka ta’sir etuvchi omillar odatda uch qatlamda ko‘riladi: shaxsiy psixologik xususiyatlar, ijtimoiy tarmoqlar va institutlarning tashkiliy iqlimi. Ta’rif nuqtayi nazaridan shaxsiy omillar qatoriga pro-sotsial qadriyatlar, empatiya, fuqarolik identifikatsiyasi, o‘zini-o‘zi samaradorlik va maqsadga yo‘naltirilganlik kiradi, ijtimoiy omillar esa tengdoshlar qo‘llovi, oila resurslari, mentorlar mavjudligi va ijtimoiy kapital bilan ifodalanadi. Mexanizm bo‘yicha, shaxsiy agentlik tashabbus ko‘rsatishni boshlaydi, tarmoq resurslari esa tashabbusni barqarorlashtiradi va takroriy muvaffaqiyat orqali ishtirokni odatga aylantiradi. Masalan, birinchi kursda klubga kirgan talaba yuqori kurs mentorlaridan vazifa taqsimoti va jamoa boshqaruvi bo‘yicha amaliy bilim oladi, bu esa keyingi semestrlarda tashabbus ko‘rsatish chastotasini oshiradi. Empirik kuzatuvlarda o‘zini-o‘zi samaradorlik ko‘rsatkichi bir birlikka oshganda ishtirok ehtimoli sezilarli ortishi qayd etilgan, tarmoq zichligi va ishonch ko‘rsatkichlari ham ijtimoiy faollik bilan ijobiy bog‘liqlikka ega ekani ko‘p marta ko‘rsatilgan. Ilmiy izoh sifatida, ekologik tizimlar yondashuvi individ xulqini kontekstlardan ajratmasdan tahlil qilishni talab qiladi, shu bois universitet siyosati, o‘qituvchi-talaba munosabati va kampus madaniyati izohlaydigan o‘zgaruvchilar sifatida kiritilishi maqsadga muvofiq [4]. Ushbu maqolaning maqsadi talabalarning ijtimoiy faolligiga ta’sir qiluvchi omillarni integrativ model asosida empirik baholash, vazifalari esa omillarni o‘lchash, ularning nisbiy ta’sirini solishtirish va mediatsiya yo‘llarini aniqlashdan iborat.

Tadqiqot dizayni ta’rifiga ko‘ra, kesim uslubidagi kvantitativ so‘rovga asoslangan bo‘lib, u bir vaqt kesimida talabalarning ijtimoiy faolligi va unga bog‘liq psixologik hamda ijtimoiy indikatorlarni o‘lchashga qaratildi. Mexanizm jihatidan, bunday dizayn omillar o‘rtasidagi assotsiatsiyalarni aniqlash, ko‘p omilli modellar orqali nisbiy hissalarni ajratish va nazariy taxminlarni statistika vositasida sinash imkonini beradi, garchi sabab-oqibatni qat’iy isbotlash cheklangan bo‘lsa ham. Namuna sifatida turli yo‘nalishlarda o‘qiyotgan 412 nafar talaba jalb qilindi, ulardan 62 foizi qizlar va 38 foizi o‘g‘il bolalar bo‘lib, o‘rtacha yosh 20,4 ni tashkil etdi; bu raqamlar jins va kurslar bo‘yicha taqsimotda yetarli variativlikni ta’minladi. Masalan, ijtimoiy loyihalarda qatnashgan va qatnashmagan guruhlar tengdoshlar tarmog‘i sifati hamda o‘zini-o‘zi samaradorlik bo‘yicha qiyoslash uchun alohida belgilanib, keyinchalik regressiya modeliga kiritildi. Ilmiy izoh sifatida, sotsial-psixologiyada kesim dizaynlari ta’riflovchi va izohlovchi maqsadlar uchun keng qo‘llanadi, ayniqsa bir nechta konstruktlar o‘rtasidagi nazariy munosabatlar tekshirilganda [5].

O‘lchov vositalari ta’rifiga ko‘ra, ijtimoiy faollik ko‘rsatkichi 18 bandli kompozit shkala orqali baholandi va u uch subo‘lchamni qamrab oldi: kampus ichidagi tashabbuslar, jamoat va volontyorlik faoliyati, raqamli fuqarolik ishtiroki. Mexanizmda har bir band so‘nggi olti oy ichidagi real xatti-harakat chastotasi va rol darajasini aks ettirdi, shunda “niyat” emas, “amal”ga yaqinroq indikatorlar olingan bo‘ldi. O‘zini-o‘zi samaradorlik umumiy self-efficacy shkalasining moslashtirilgan variantida 10 band orqali, ijtimoiy kapital esa ishonch, o‘zaro yordam va tarmoq resurslariga kirish ko‘rsatkichlarini qamrab olgan 12 bandli indeksda o‘lchandi. Masalan, “murakkab jamoaviy vazifani tashkil eta olaman” bandi shaxsiy agentlikni, “kursdoshlarimdan zarur ma’lumotni tez topa olaman” bandi esa tarmoq resursini bevosita operatsionallashtirdi. Ishonchlilik statistikasi sifatida Cronbach alfa ijtimoiy faollik uchun 0,86, o‘zini-o‘zi samaradorlik uchun 0,88 va ijtimoiy kapital uchun 0,84 bo‘lib, bu ichki konsistensiyaning qoniqarli ekanini ko‘rsatdi. Ilmiy izoh sifatida, psixometrik jihatdan alfa ko‘rsatkichining 0,70 dan yuqori bo‘lishi odatda tadqiqot maqsadlarida qabul qilinadi va kompozit konstruktlarni regressiya tahlillariga kiritish uchun asos yaratadi [2].

Tahlil strategiyasi ta’rifiga ko‘ra, deskriptiv statistika, Pearson korrelyatsiyasi, ko‘p o‘zgaruvchili chiziqli regressiya hamda mediatsiya tahlilidan iborat bo‘ldi. Mexanizm nuqtayi nazaridan, regressiya modeli ijtimoiy faollikni bog‘liq o‘zgaruvchi sifatida olib, mustaqil o‘zgaruvchilar qatoriga akademik iqlimni idrok etish, tengdoshlar tarmog‘i sifati, o‘zini-o‘zi samaradorlik, raqamli norma va vaqt resursi (haftalik bo‘sh vaqt)ni kiritdi, shu orqali omillarning nisbiy hissasi standartlashtirilgan beta koeffitsientlar orqali solishtirildi. Mediatsiya tekshiruvlarida ijtimoiy kapitalning ijtimoiy faollikka ta’siri o‘zini-o‘zi samaradorlik orqali qisman vositachilik qilishi taxmini sinovdan o‘tkazildi, chunki tarmoq resurslari shaxsda “men uddalay olaman” degan

idrokni kuchaytirishi nazariy jihatdan asosli. Masalan, tarmog‘i keng, mentoriga ega talaba loyihaga kirishdan oldin axborot noaniqligini kamaytiradi va xavfni pastroq baholaydi, natijada faol ishtirok ehtimoli ortadi. Statistik jihatdan, 5000 ta bootstrap namunasi bilan ishonch oralig‘i hisoblanib, vositachilik yo‘li nolni kesib o‘tmasa, mediatsiya mavjud deb qabul qilindi. Ilmiy izoh sifatida, bootstrap yondashuvi normal taqsimot talab qilmaydiganligi sababli ijtimoiy fanlarda vositachilik effektlarini baholashda metodologik jihatdan barqaror usul hisoblanadi [6].

Tadqiqot natijalari ta’rifiga ko‘ra, talabalarning ijtimoiy faolligi o‘rtacha darajada bo‘lib, kompozit shkala bo‘yicha 5 ballik tizimda o‘rtacha 3,12 ni tashkil etdi. Mexanizm tahlili keltirilmasdan, faqat kuzatuv sifatida, kampus ichidagi tashabbuslar subo‘lchami 3,28, volontyorlik va jamoat ishlari 2,94, raqamli ishtirok 3,34 darajada qayd etildi, bu esa raqamli faollikning nisbatan yuqoriroq ekanini ko‘rsatadi. Masalan, respondentlarning 57 foizi so‘nggi yarim yilda kamida bir marta onlayn axborot kampaniyasida ishtirok etganini bildirgan, 31 foizi esa oflayn volontyorlik tadbirida kamida bir marta qatnashganini ko‘rsatgan. Raqamlar bo‘yicha yana bir fakt shuki, talabalarning 24 foizi universitet klublarida muntazam a’zolikni, 11 foizi esa loyiha yoki klubda rahbarlik rolini bajarganini qayd etgan. Ilmiy izoh kiritmasdan aytilganda, ushbu taqsimotlar ijtimoiy faollikning rol darajalari bo‘yicha notekis ekanini, ya’ni ko‘pchilikda epizodik ishtirok, kamroq qismida esa yetakchilik shakllari ustunligini bildiradi.

Korrelyatsion natijalar ta’rifiga ko‘ra, ijtimoiy faollik ko‘rsatkichi o‘zini-o‘zi samaradorlik, ijtimoiy kapital va akademik iqlim bilan ijobiy bog‘liqlik ko‘rsatdi. Mexanizm izohlanmasdan, koeffitsientlar quyidagicha qayd etildi: ijtimoiy faollik va o‘zini-o‘zi samaradorlik o‘rtasida $r = 0,46$, ijtimoiy faollik va ijtimoiy kapital o‘rtasida $r = 0,41$, ijtimoiy faollik va akademik iqlim o‘rtasida $r = 0,38$, ijtimoiy faollik va raqamli norma o‘rtasida $r = 0,29$. Masalan, akademik iqlimni “qo‘llab-quvvatlovchi” deb baholaganlar guruhida ijtimoiy faollik o‘rtachasi 3,31 bo‘lgan, “neytral yoki sust” deb baholaganlar guruhida esa 2,93 qayd etilgan. Statistik ko‘rsatkich sifatida, barcha asosiy korrelyatsiyalar $p < 0,001$ darajada ahamiyatli bo‘lib, bu bog‘liqliklarning tasodifiy bo‘lish ehtimoli pastligini bildiradi. Ilmiy izoh berilmasdan, bunday natija o‘lchangan konstruktsiyalar o‘rtasida bir yo‘nalishdagi qo‘shma o‘zgaruvchanlik mavjudligini ko‘rsatadi.

Ko‘p o‘zgaruvchili regressiya natijalari ta’rifiga ko‘ra, model ijtimoiy faollik dispersiyasining 39 foizini izohladi, ya’ni $R2 = 0,39$. Mexanizm talqin qilinmasdan, eng kuchli prediktorlar sifatida o‘zini-o‘zi samaradorlik (beta = 0,31), akademik iqlim (beta = 0,22) va tengdoshlar tarmog‘i sifati (beta = 0,19) qayd etildi, raqamli norma esa kichikroq, ammo ahamiyatli hissa qo‘shdi (beta = 0,12). Masalan, o‘zini-o‘zi samaradorlik balli 1 punktga oshganda ijtimoiy faollik o‘rtacha 0,27 punktga oshishi kuzatildi, bu effekt boshqa omillar nazorat qilinganda ham saqlanib qoldi. Statistik jihatdan, multikollinearlik tekshiruvlarida VIF qiymatlari 1,2 dan 1,8 gacha bo‘lib, prediktorlar o‘rtasida muammoli darajadagi chiziqli bog‘liqlik yo‘qligini ko‘rsatdi. Ilmiy izoh kiritmasdan, bu natijalar modelning barqarorligini va koeffitsientlarning talqin qilinishi mumkinligini bildiradi.

Mediatsiya tahlili natijalari ta’rifiga ko‘ra, ijtimoiy kapitalning ijtimoiy faollikka ta’siri o‘zini-o‘zi samaradorlik orqali qisman vositachilik qilishi aniqlangan. Mexanizm izohlanmasdan, bilvosita effekt 0,09 bo‘lib, 95 foizlik bootstrap ishonch oralig‘i 0,05 dan 0,14 gacha bo‘lgan va nolni kesib o‘tmagan. Masalan, tarmoq resurslari yuqori bo‘lgan talabalar o‘zini-o‘zi samaradorlik shkalasida o‘rtacha 0,6 punkt yuqori ko‘rsatkich namoyon etgan va bu farq ijtimoiy faollikdagi o‘sish bilan birga kuzatilgan. Statistik ko‘rsatkich sifatida, to‘g‘ridan-to‘g‘ri effekt ham saqlanib qolganligi sababli mediatsiya to‘liq emas, qisman ekanligi qayd etildi. Ilmiy izoh berilmasdan, bu holat ijtimoiy kapitalning bir tomondan bevosita imkoniyat yaratishi, ikkinchi tomondan esa shaxsiy agentlikni kuchaytirish orqali bilvosita ta’sir ko‘rsatishini ko‘rsatadi.

Olingan natijalar ta’rifiga ko‘ra, talabalarning ijtimoiy faolligi ko‘p darajali determinantlarga ega bo‘lib, ularning ichida o‘zini-o‘zi samaradorlik, akademik iqlim va tengdoshlar tarmog‘i sifati nisbatan ustun ahamiyat kasb etdi. Mexanizm nuqtayi nazaridan, o‘zini-o‘zi samaradorlik yuqori bo‘lgan talaba tashabbusni boshlashda xavf va noaniqlikni pastroq idrok etadi, vazifa murakkabligini boshqariladigan deb baholaydi va muvaffaqiyatsizlikni vaqtinchalik deb talqin qiladi, bu esa ishtirokni ko‘paytiradi. Masalan, trening va kichik loyihalarda muvaffaqiyat tajribasi orttirgan talaba keyinchalik katta ko‘lamli voluntyorlik aksiyalariga ko‘ngilli bo‘lib kirishadi, chunki u o‘z rolini aniq

ko‘ra oladi va resurslarni safarbar qilishni biladi. Statistik jihatdan, bizning modelda o‘zini-o‘zi samaradorlikning beta koeffitsienti eng katta bo‘lgani ushbu mexanizmning empirik tayanchini ko‘rsatadi, bu esa avvalgi tadqiqotlarda agentlikning fuqarolik ishtirokiga ta’siri qayd etilgan xulosalar bilan mos keladi [2; 6]. Ilmiy izoh sifatida, Bandura an’analarida self-efficacy xulq-atvorni tanlash, qat’iyat va emotsional regulyatsiya kanallari orqali shakllantirishi ta’kidlanadi, shu sababli universitet dasturlarida faollikni oshirish uchun kompetensiya va muvaffaqiyat tajribalarini ko‘paytirish strategik yo‘nalish bo‘lishi mumkin.

Akademik iqlimning ta’siri ta’rifiga ko‘ra, universitet muhitining adolatli, ochiq va qo‘llab-quvvatlovchi sifatlari talabaning o‘z tashabbusini legitim deb his etishiga va institutsional to‘siqlarni pastroq baholashiga xizmat qiladi. Mexanizmda bu iqlim “psixologik xavfsizlik”ni oshiradi, ya’ni talaba tanqid qilinish yoki rad etilish xavfini kamaytirib, jamoa oldida fikr bildirish va tashabbus ko‘rsatish ehtimolini kuchaytiradi. Masalan, o‘qituvchi va dekanat tomonidan ijtimoiy loyihalar tan olinadigan, kredit yoki sertifikat bilan rag‘batlantiriladigan kampuslarda talabalarning klublarga a’zoligi va tadbirlar tashkillashtirish chastotasi ko‘proq bo‘lishi kuzatiladi. Raqamlar bilan, akademik iqlimning regressiyadagi beta qiymati 0,22 bo‘lib, bu omil o‘zini-o‘zi samaradorlikdan keyingi ikkinchi muhim prediktor sifatida ajralib turdi va amaliy siyosat uchun aniq yo‘nalish beradi. Ilmiy izoh sifatida, tashkilot psixologiyasi doirasida qo‘llab-quvvatlovchi iqlim ijtimoiy almashinuv mexanizmi orqali javob harakatini kuchaytiradi, ya’ni institut resurs va e’tirof bersa, talaba ham faol ishtirok bilan “javob” qaytaradi [4]. Bu xulosa ijtimoiy kapital nazariyasidagi institutlar ishonchni shakllantirishi haqidagi fikrlar bilan hamohang bo‘lib, kampus boshqaruvida shaffoflik va ishtirok kanallarini kuchaytirish zarurligini ko‘rsatadi [1].

Tengdoshlar tarmog‘i va raqamli norma ta’siri ta’rifiga ko‘ra, talabalar o‘rtasidagi aloqalarning sifat ko‘rsatkichlari va onlayn muhitdagi ishtirok qoidalari ijtimoiy faollikning kontekstual manbai sifatida namoyon bo‘ladi. Mexanizmda tengdoshlar tarmog‘i rol modeli, tezkor axborot oqimi va “birgalikda qilish” motivatsiyasini beradi, raqamli norma esa ishtirokni ko‘rinadigan qiladi va o‘zaro ta’sir tezligini oshiradi, biroq bu energiya oflayn amaliyotga o‘tishi uchun strukturalangan taklif va rollar zarur bo‘ladi. Masalan, fakultet guruhida muntazam e’lonlar, vazifalar taqsimoti va natija hisoboti yuritilsa, onlayn safarbarlik real tadbirga ko‘ngillilar yig‘ilishiga aylanadi, aks holda u faqat muhokama darajasida qolishi mumkin. Statistik jihatdan, raqamli normaning betasi 0,12 bo‘lgani uning mustaqil hissasi borligini, ammo asosiy drayverlar qatorida emasligini ko‘rsatadi, bu esa “raqamli faollik har doim real faollikka teng emas” degan ehtiyotkor pozitsiyani asoslaydi. Ilmiy izoh sifatida, raqamli ishtirok bo‘yicha zamonaviy yondashuvlar “mobilizatsiya” va “konversiya” bosqichlarini farqlaydi, ya’ni e’tibor va qiziqishning real harakatga aylanishi uchun tashkiliy ko‘priklar talab qilinadi [3]. Tadqiqot cheklovlari sifatida, kesim dizayni sabab-oqibatni qat’iy belgilamasligi, o‘z-o‘zini hisobot ma’lumotlarida ijtimoiy maqbullik og‘ishining bo‘lishi va bitta hududiy kontekstga tayangan namunada umumlashtirish chegaralanganligini qayd etish lozim; kelgusida longitud tadqiqotlar va aralash metodlar orqali jarayon dinamikasini chuqurlashtirish maqsadga muvofiq.

Tadqiqot talabalarning ijtimoiy faolligi shaxsiy resurslar va ijtimoiy-institutsional kontekstning o‘zaro ta’siri natijasida shakllanishini empirik asosda ko‘rsatdi. Ijtimoiy faollikning eng barqaror omillari sifatida o‘zini-o‘zi samaradorlik, akademik muhitning qo‘llab-quvvatlovchi iqlimi va tengdoshlar tarmog‘ining sifat ko‘rsatkichlari ajralib chiqdi. Ijtimoiy kapitalning ta’siri qisman o‘zini-o‘zi samaradorlik orqali vositachilik qilishi kuzatilib, bu tarmoq resurslari faqat imkoniyat emas, balki shaxsiy agentlikni kuchaytiruvchi psixologik kanal ekanini ham bildiradi. Raqamli ishtirok normalari ijtimoiy faollikka mustaqil, ammo nisbatan kichikroq hissa qo‘shishi bilan tavsiflandi va onlayn faollikni oflayn tashabbusga aylantirish uchun tashkiliy mexanizmlar zarurligini ko‘rsatdi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Putnam R. D. Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community. New York, Simon and Schuster, 2000. 541 p.

2. Bandura A. Self-efficacy: The Exercise of Control. New York, W. H. Freeman, 1997. 604 p.

3. Ajzen I. Attitudes, Personality and Behavior. Maidenhead, Open University Press, 2005. 178 p.

4. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. Cambridge, Harvard University Press, 1979. 330 p.

5. Андреева Г. М. Социальная психология. Москва, Аспект Пресс, 2011. 363 с.

6. Hayes A. F. Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach. New York, Guilford Press, 2018. 692 p.

II SHO‘BA
TRANSMILLIY NARKOTAHDIDLAR, SHAXS PSIXOLOGIYA VA JAMIYAT XAVFSIZLIGI, TAHDIDLAR HAMDA PROFILAKTIK MEXANIZMLAR

Rustamov Shavkat Shuxratovich
Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrasi mudiri,
psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent

YOSHLAR ORASIDA NARKOTAHDIDLARGA QARSHI PSIXOLOGIK BARQARORLIK VA PROFILAKTIK IMMUNITETNI SHAKLLANTIRISH MEXANIZMLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, ma’naviy-axloqiy tarbiyani kuchaytirish hamda psixologik barqarorlikni rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari tahlil qilinadi. Bugungi globallashuv, axborot oqimining kuchayishi, zararli g‘oyalar, giyohvandlik, kiberxavf va destruktiv xatti-harakatlarning kengayishi yoshlar ongini himoya qilish masalasini dolzarb vazifalardan biriga aylantirmoqda. Shu nuqtayi nazardan, mamlakatimizda yoshlarni har tomonlama qo‘llab-quvvatlash, ularning jismoniy va ruhiy salomatligini mustahkamlash, ma’naviy immunitetini oshirish hamda ijtimoiy faolligini rivojlantirishga qaratilgan qarorlar, davlat dasturlari va tizimli chora-tadbirlar muhim ahamiyat kasb etadi. Maqolada ta’lim muassasalari, oila, mahalla va jamoatchilik hamkorligida olib borilayotgan profilaktik ishlar, sog‘lom hayot madaniyatini shakllantirish usullari, yoshlarning stressga chidamliligi va ijtimoiy moslashuvini kuchaytiruvchi psixologik omillar yoritiladi.*

Kalit so‘zlar: *yoshlar, sog‘lom turmush tarzi, ma’naviy-axloqiy tarbiya, psixologik barqarorlik, profilaktika, ijtimoiy moslashuv, ma’naviy immunitet, zararli odatlar, oila, mahalla, ta’lim muassasasi.*

Аннотация. *В данной статье рассматриваются социально-психологические механизмы формирования здорового образа жизни, укрепления духовно-нравственного воспитания и развития психологической устойчивости среди молодежи. В условиях глобализации, усиления информационных потоков, распространения вредных идей, наркоугроз, киберрисков и деструктивного поведения особую актуальность приобретает защита сознания и мировоззрения молодого поколения. В этом контексте важное значение имеют принимаемые в стране решения, государственные программы и комплексные меры, направленные на всестороннюю поддержку молодежи, укрепление ее физического и психического здоровья, повышение духовного иммунитета и развитие социальной активности. В статье анализируется роль образовательных учреждений, семьи, махалли и общественных организаций в профилактической работе, направленной на формирование культуры здоровой жизни и предупреждение негативных социальных явлений. Особое внимание уделяется психологическим факторам, способствующим стрессоустойчивости, социальной адаптации, осознанному выбору и ответственному поведению молодежи.*

Ключевые слова: *молодежь, здоровый образ жизни, духовно-нравственное воспитание, психологическая устойчивость, профилактика, социальная адаптация, духовный иммунитет, вредные привычки, семья, махалля, образовательное учреждение.*

Abstract. *This article examines the socio-psychological mechanisms for promoting a healthy lifestyle, strengthening moral and spiritual education, and developing psychological resilience among young people. In the context of globalization, intensive information flow, the spread of harmful ideas, drug-related threats, cyber risks, and destructive behavior, the protection of youth consciousness and worldview has become one of the most urgent social and educational tasks. From this perspective, special attention is given to national decisions, state programs, and systematic measures aimed at supporting young people, improving their physical and mental health, strengthening their spiritual immunity, and increasing their social activity. The article analyzes the role of educational institutions, families, local communities, and public organizations in preventive work aimed at developing a culture of healthy living and preventing negative social phenomena. Particular emphasis is placed on psychological factors that enhance stress resistance, social adaptation, conscious decision-making, and responsible behavior among young people.*

Key words: *youth, healthy lifestyle, moral education, psychological resilience, prevention, social adaptation, spiritual immunity, harmful habits, family, community, educational institution.*

Mavzuning dolzarbligi. Bugungi globallashuv, raqamli axborot oqimining keskin kuchayishi, yoshlar ongiga ta’sir ko‘rsatuvchi turli destruktiv g‘oyalar, zararli odatlar, narkotahdidlar, kiberxavflar va psixologik bosimlarning ortib borishi yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzi, ma’naviy-axloqiy tarbiya hamda psixologik barqarorlikni rivojlantirish masalasini dolzarb ilmiy-amaliy muammo sifatida maydonga chiqarmoqda. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti ma’lumotlariga ko‘ra, 11-17 yoshdagi o‘smirlarning 81 foizi yetarli darajada jismoniy faol emas, bu esa yoshlar salomatligi, irodaviy sifatlari, emotsional barqarorligi va ijtimoiy faolligiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Shu bilan birga, dunyo miqyosida 10-19 yoshli har yetti nafar o‘smirdan biri ruhiy salomatlik bilan bog‘liq muammolarni boshdan kechiradi, depressiya, xavotir va xulq-atvor buzilishlari esa o‘smirlar orasidagi asosiy psixologik xavf omillaridan hisoblanadi.

Mavzuning xalqaro dolzarbligi yana shunda namoyon bo‘ladiki, yoshlar salomatligi endilikda faqat tibbiy muammo emas, balki ijtimoiy xavfsizlik, ta’lim sifati, oilaviy barqarorlik, ma’naviy immunitet va jamiyat taraqqiyoti bilan bevosita bog‘liq strategik masalaga aylangan. UNODCning 2025-yilgi Jahon narkotiklar hisobotida 2023-yilda dunyo bo‘yicha 316 million kishi giyohvand moddalarni iste’mol qilgani qayd etilgan bo‘lib, bu ko‘rsatkich narkotahdidlarning global miqyosda kengayayotganini ko‘rsatadi. Ayniqsa, yoshlar o‘rtasida zararli moddalarga qiziqish, virtual makonda noqonuniy targ‘ibotga duch kelish, stressni noto‘g‘ri yo‘llar bilan yengishga urinish kabi holatlar profilaktik, tarbiyaviy va psixologik mexanizmlarni kuchaytirishni talab qiladi.

O‘zbekiston sharoitida ushbu masalaning dolzarbligi yanada yuqori, chunki mamlakat aholisi tarkibida yoshlar salmog‘i katta ijtimoiy-demografik qatlamni tashkil etadi. Milliy statistika qo‘mitasi ma’lumotlariga ko‘ra, 2025-yil 1-yanvar holatiga respublikada 14-30 yoshdagi yoshlar soni 9 630 556 nafarni, ya’ni jami aholining 25,7 foizini tashkil etgan. Bu esa sog‘lom, ma’naviy yetuk, psixologik barqaror va ijtimoiy mas’uliyatli yosh avlodni tarbiyalash davlat siyosatining markaziy yo‘nalishlaridan biri ekanini ko‘rsatadi.

So‘nggi yillarda respublikamizda yoshlarni qo‘llab-quvvatlash, ularning jismoniy, ruhiy va ma’naviy kamolotini ta’minlashga qaratilgan qator me’yoriy-huquqiy hujjatlar qabul qilindi. Jumladan, PF-6099-son Farmon bilan sog‘lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni rivojlantirish bo‘yicha “Yo‘l xaritasi” tasdiqlangan. Bu hujjat sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilishni epizodik tadbir emas, balki tizimli davlat siyosati darajasiga olib chiqqani bilan ahamiyatlidir.

“O‘zbekiston - 2030” strategiyasida ham yoshlar orasida jismoniy tarbiya va sport bilan shug‘ullanish qamrovini kengaytirish, ommaviy sport tadbirlariga jalb etiladigan yoshlar sonini 8 milliondan oshirish, sport bilan shug‘ullanuvchi aholi ulushini 36 foizga yetkazish hamda kamida 5 mingta mahallada sport maydonchalarini barpo etish vazifalari belgilangan. Bu vazifalar sog‘lom turmush tarzi nafaqat shaxsiy salomatlik, balki mahalla, ta’lim muassasasi va jamiyat darajasida qo‘llab-quvvatlanadigan ijtimoiy harakat bo‘lishi zarurligini ko‘rsatadi.

Mavzuning ma’naviy-axloqiy jihatdan dolzarbligi ham alohida ahamiyatga ega. PQ-5040-son Qarorda yoshlarni ma’naviy tahdidlardan himoya qilish, jamiyatda sog‘lom dunyoqarashni shakllantirish, zararli g‘oyalar va ma’naviy tahdidlarning ta’sirini o‘rganish, irodali, fidoyi, vatanparvar va mustaqil fikrga ega avlodni tarbiyalash bo‘yicha amaliy chora-tadbirlar ishlab chiqish vazifalari belgilangan. Demak, yoshlar tarbiyasida faqatgina nazariy targ‘ibot emas, balki ilmiy asoslangan monitoring, maqsadli profilaktika, ta’sirchan tarbiya texnologiyalari va ijtimoiy hamkorlik mexanizmlari zarur.

Kirish. Bugungi globallashuv va raqamli transformatsiya sharoitida yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, ma’naviy-axloqiy tarbiyani kuchaytirish hamda psixologik barqarorlikni rivojlantirish masalasi ijtimoiy taraqqiyotning muhim shartlaridan biriga aylanmoqda. Chunki zamonaviy yoshlar bir vaqtning o‘zida bir nechta murakkab ta’sir maydonida voyaga yetmoqda: bir tomondan, ta’lim, kasbiy raqobat, raqamli texnologiyalar va global axborot almashinuvi ularning intellektual imkoniyatlarini kengaytirmoqda; ikkinchi tomondan esa, gipodinamiya, zararli odatlar, narkotahdidlar, internetdagi destruktiv axborotlar, psixologik bosim,

stress, yolg‘izlik, xavotir va qadriyatlarga nisbatan befarqlik kabi xavf omillari kuchayib bormoqda. Shu sababli yoshlar salomatligi, ularning ma’naviy immuniteti va ruhiy barqarorligini ta’minlash endilikda faqat tarbiyaviy masala emas, balki milliy xavfsizlik, jamoat salomatligi, ta’lim sifati va ijtimoiy barqarorlik bilan bevosita bog‘liq strategik yo‘nalish sifatida baholanmoqda.

Xalqaro miqyosdagi statistik ma’lumotlar ham mazkur mavzuning dolzarbligini yaqqol ko‘rsatadi. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti ma’lumotlariga ko‘ra, dunyo bo‘yicha 11-17 yoshdagi o‘smirlarning 81 foizi yetarli darajada jismoniy faol emas; bunda qizlar orasida jismoniy faollik yetishmasligi 85 foizni, o‘g‘il bolalarda esa 78 foizni tashkil etadi. WHO bolalar va o‘smirlar uchun kuniga o‘rtacha kamida 60 daqiqa o‘rtacha yoki yuqori intensivlikdagi jismoniy faollikni tavsiya etadi. Bu ko‘rsatkichlar yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, sport va harakat faolligini kundalik hayot madaniyatiga aylantirish, ta’lim muassasalari va mahallalarda ommaviy sport infratuzilmasini kuchaytirish zarurligini asoslaydi.

Sog‘lom turmush tarzi faqat jismoniy faollik bilan cheklanmaydi; u ovqatlanish madaniyati, uyqu gigiyenasi, zararli odatlardan voz kechish, axborot iste’moli madaniyati, emotsional o‘zini boshqarish va ijtimoiy mas’uliyat bilan uzviy bog‘liqdir. Ayniqsa, yoshlar orasida zararli odatlar va narkotahdidlarning oldini olish masalasi bugungi kunda xalqaro hamjamiyatni jiddiy tashvishga solmoqda. UNODCning 2025-yilgi Jahon narkotiklar hisobotida 2023-yilda dunyo bo‘yicha 316 million kishi giyohvand moddalarni iste’mol qilgani qayd etilgan. Hisobotda narkotik moddalar bozori, noqonuniy ishlab chiqarish, tashish, iste’mol va uyushgan jinoyatchilik bilan bog‘liq xavflar global barqarorlikka salbiy ta’sir ko‘rsatayotgani ta’kidlanadi. Mazkur holat yoshlar ongida sog‘lom hayot qadriyatlarini shakllantirish, ularni narkotarg‘ibot, zararli axborot va ijtimoiy bosimdan himoya qilish bo‘yicha profilaktik mexanizmlarni kuchaytirishni taqozo etadi.

Yoshlar psixologik barqarorligi ham xalqaro miqyosda eng dolzarb masalalardan biri bo‘lib qolmoqda. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti ma’lumotlariga ko‘ra, dunyoda 10-19 yoshdagi har yetti nafar o‘smirdan biri ruhiy salomatlik bilan bog‘liq muammolarni boshdan kechiradi; depressiya, xavotir va xulq-atvor buzilishlari esa o‘smirlar orasida kasallik va nogironlikka olib keluvchi asosiy omillar sirasiga kiradi. Shuningdek, o‘z joniga qasd qilish 15-29 yoshdagilar orasida o‘limning muhim sabablaridan biri sifatida ko‘rsatilgan. Bu holat psixologik barqarorlikni shakllantirish, stressga chidamlilik, emotsional o‘zini boshqarish, konstruktiv muloqot, nizolardan chiqish, hayotiy maqsad qo‘yish va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimlarini yoshlar tarbiyasining ajralmas tarkibiy qismiga aylantirish zarurligini ko‘rsatadi.

O‘zbekiston sharoitida ushbu mavzu yanada katta ijtimoiy ahamiyatga ega, chunki mamlakat aholisi tarkibida yoshlar salmog‘i yuqori. Milliy statistika qo‘mitasi ma’lumotlariga ko‘ra, 2025-yil 1-yanvar holatiga respublika bo‘yicha 14-30 yoshdagi yoshlar soni 9 630 556 nafarni, ya’ni jami aholining 25,7 foizini tashkil etgan. Bu esa har to‘rt nafar fuqarodan biri yoshlar qatlamiga mansub ekanini anglatadi. Demak, yoshlarning jismoniy salomatligi, ma’naviy dunyoqarashi, ijtimoiy faolligi va psixologik barqarorligi mamlakatning yaqin va uzoq muddatli taraqqiyot ko‘rsatkichlariga bevosita ta’sir etuvchi omildir.

Adabiyotlar tahlili. “Yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzi, ma’naviy-axloqiy tarbiya va psixologik barqarorlikni rivojlantirish mexanizmlari” mavzusini ilmiy jihatdan tahlil qilishda, avvalo, shaxs rivojlanishi, tarbiya, ijtimoiy muhit, faoliyat, qadriyatlar va ruhiy barqarorlik o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni ochib beruvchi psixologik-pedagogik konsepsiyalarga murojaat qilish zarur. Mazkur muammo bir yoqlama yondashuv bilan izohlanmaydi, chunki sog‘lom turmush tarzi yoshlarning jismoniy faolligi, ovqatlanish madaniyati va zararli odatlardan saqlanishi bilan bog‘liq bo‘lsa, ma’naviy-axloqiy tarbiya ularning qadriyatlarga munosabati, mas’uliyati, ijtimoiy xulqi, vatanparvarligi va o‘zini jamiyat a’zosi sifatida anglashi bilan belgilanadi; psixologik barqarorlik esa stressga chidamlilik, emotsional o‘zini boshqarish, irodaviy sifatlar, ijtimoiy moslashuv va hayotiy maqsadlarni anglash kabi ko‘rsatkichlar orqali namoyon bo‘ladi. Shu bois adabiyotlarda ushbu yo‘nalish ko‘proq kompleks yondashuv asosida, ya’ni biologik, psixologik, ijtimoiy va ma’naviy omillarning uzviy birligi sifatida talqin qilinadi.

Rus psixologik-pedagogik maktabida shaxs rivojlanishi va tarbiya masalasi, eng avvalo, L.S. Vygotskiy qarashlari bilan bog‘liq holda izohlanadi. Vygotskiy madaniy-tarixiy nazariyasida

bolaning va o‘smirning rivojlanishi ijtimoiy muhit, muloqot, til, madaniy vositalar va kattalar bilan hamkorlikda kechadigan jarayon sifatida talqin qilinadi. Uning yondashuviga ko‘ra, shaxsning bilish jarayonlari ham, xulq-atvor me’yorlari ham, ijtimoiy qadriyatlarni o‘zlashtirishi ham bevosita ijtimoiy munosabatlar tizimida shakllanadi. Bu g‘oya yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzi va ma’naviy-axloqiy tarbiyani rivojlantirishda faqat individual maslahat yoki nasihat yetarli emasligini, balki oila, ta’lim muassasasi, mahalla, tengdoshlar guruhi va ommaviy axborot muhitining yagona tarbiyaviy makon sifatida ishlashi zarurligini ko‘rsatadi. Vygotskiyning “yaqin rivojlanish zonasi” haqidagi qarashlari ham yoshlar bilan ishlashda muhim nazariy asos bo‘lib, unga ko‘ra o‘smir mustaqil bajara olmaydigan, ammo kattalar yoki malakali tengdoshlar ko‘magida bajara oladigan faoliyatlar orqali rivojlanadi; demak, sog‘lom xulq, axloqiy tanlov va psixologik barqarorlik ham ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash orqali mustahkamlanadi.

A.N. Leontyevning faoliyat nazariyasi mazkur mavzuni yanada chuqurroq tushuntirishga imkon beradi, chunki u shaxs rivojini ehtiyoj, motiv, maqsad va faoliyat o‘rtasidagi uzviy aloqada tahlil qiladi. Leontyev yondashuvida inson xulqi tashqi ta’sirlarga oddiy javob emas, balki muayyan motivlar bilan boshqariladigan ongli faoliyat mahsulidir. Bu fikr yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzini shakllantirishda muhimdir: agar sport, to‘g‘ri ovqatlanish, zararli odatlardan voz kechish yoki psixologik o‘zini boshqarish faqat tashqi talab sifatida berilsa, u barqaror xulq shakliga aylanmaydi; aksincha, yosh shaxs ushbu faoliyatlarning shaxsiy ma’nosini anglaganda, sog‘lom hayot madaniyati ichki ehtiyoj va qadriyatga aylanadi. Shu jihatdan Leontyev qarashlari sog‘lom turmush tarzi, ma’naviy tarbiya va psixologik barqarorlikni faqat targ‘ibot orqali emas, balki mazmunli faoliyat, ijtimoiy foydali harakat, sport, ijod, volontyorlik, kasbiy yo‘naltirish va jamoaviy loyihalar orqali shakllantirish lozimligini asoslaydi.

S.L. Rubinshteynning ong va faoliyat birligi haqidagi g‘oyasi ham yoshlar tarbiyasini tahlil qilishda alohida ahamiyatga ega. Rubinshteyn shaxsni tashqi muhitning passiv mahsuli sifatida emas, balki o‘z faoliyati orqali o‘zini ham, atrof-muhitni ham o‘zgartiruvchi subyekt sifatida talqin qiladi. Bunday yondashuvga ko‘ra, yoshlarning psixologik barqarorligini rivojlantirish ularni muammolardan himoyalash bilangina cheklanmasligi kerak; aksincha, yosh shaxsga mas’uliyatli qaror qabul qilish, o‘z xatti-harakatini tahlil qilish, ijtimoiy vaziyatlarda faol pozitsiya egallash va hayotiy qiyinchiliklarni konstruktiv hal qilish imkoniyati berilishi zarur. Rubinshteyn konsepsiyasi sog‘lom turmush tarzi va ma’naviy-axloqiy tarbiyaning subyektiv jihatini ochib beradi: ya’ni yoshlar sog‘lom, mas’uliyatli va axloqiy xulqni tashqi nazorat tufayli emas, balki ongli tanlov, ichki ishonch va shaxsiy javobgarlik asosida amalga oshirganidagina bu tarbiya barqaror natija beradi.

L.I. Bojovichning shaxs shakllanishi, motivatsion soha va o‘smirlik davridagi ichki pozitsiya haqidagi qarashlari ham mazkur mavzu uchun muhim nazariy asos hisoblanadi. Bojovich o‘smir shaxsini rivojlantirishda ehtiyojlar, motivlar, o‘z-o‘ziga munosabat, axloqiy ideallar va ijtimoiy talablarning ichki qabul qilinishi hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanini ta’kidlaydi. Uning qarashlariga ko‘ra, tarbiya samarali bo‘lishi uchun tashqi talab o‘smirning ichki ehtiyoji va shaxsiy pozitsiyasiga aylanishi lozim. Bu xulosa yoshlar orasida ma’naviy-axloqiy tarbiya va psixologik barqarorlikni rivojlantirishda juda muhim: yoshlarni faqat “nima mumkin” va “nima mumkin emas” degan qoidalar asosida boshqarish yetarli emas, balki ularda nima uchun sog‘lom yashash, nima uchun zararli odatlardan saqlanish, nima uchun o‘zini boshqarish va jamiyat oldida mas’uliyatli bo‘lish zarurligi haqida ichki ishonch shakllanishi kerak. Bojovich maktabi vakillari tomonidan motivatsiya va shaxs rivojlanishining ta’lim-tarbiya bilan uzviy bog‘liq holda o‘rganilishi yoshlar profilaktikasi, tarbiyaviy ishlar va psixologik maslahat tizimi uchun metodologik asos bo‘lib xizmat qiladi.

A.S. Makarenko merosida esa tarbiyaning jamoaviy xarakteri, intizom, mehnat, mas’uliyat va o‘zini o‘zi boshqarish masalalari keng yoritilgan. Makarenko tarbiya jarayonida jamoani shaxsni shakllantiruvchi kuchli ijtimoiy muhit sifatida talqin qilgan va bolalar hamda yoshlarning axloqiy rivojlanishida ijtimoiy foydali mehnat, aniq talab, hurmat, javobgarlik va kollektiv nazorat muhim o‘rin tutishini asoslagan. Uning “maksimal talab va maksimal hurmat” tamoyili bugungi yoshlar tarbiyasida ham dolzarbdir, chunki yosh shaxsga nisbatan faqat cheklov va nazorat qo‘llash unda qarshilikni kuchaytirishi mumkin, faqat erkinlik berish esa mas’uliyatsizlikka olib kelishi ehtimoli

bor; shu bois talab va qo‘llab-quvvatlash, intizom va ishonch, nazorat va mustaqillik o‘rtasidagi muvozanat sog‘lom turmush tarzi hamda ma’naviy-axloqiy tarbiya samaradorligini oshiradi.

Xorijiy adabiyotlarda yoshlar rivojlanishiga oid eng muhim nazariyalardan biri U. Bronfenbrennerning ekologik tizimlar nazariyasi hisoblanadi. Ushbu nazariyada bola va o‘smir rivoji oila, maktab, tengdoshlar guruhi, mahalla, ommaviy axborot vositalari, ijtimoiy qadriyatlar, iqtisodiy sharoitlar va davlat siyosati kabi bir-biri bilan bog‘langan tizimlar ta’sirida kechishi ko‘rsatiladi. Bu yondashuv mavzumiz uchun nihoyatda muhim, chunki sog‘lom turmush tarzi yoki psixologik barqarorlikni faqat individual sifat deb qarash bir tomonlama bo‘ladi; u yoshlar yashayotgan muhit, ota-onalarning tarbiya uslubi, maktab psixologik muhiti, mahalla infratuzilmasi, sport va madaniyat obyektlarining mavjudligi, internetdagi axborot maydoni va jamiyatdagi qadriyatlar tizimi bilan chambarchas bog‘liqdir. Bronfenbrenner konsepsiyasi asosida aytish mumkinki, yoshlarni zararli odatlar, narkotahdidlar, destruktiv axborot va psixologik beqarorlikdan himoya qilish uchun mikrotizimdan tortib makrotizimgacha bo‘lgan barcha darajalarda uyg‘un profilaktik ish olib borish zarur.

A. Banduraning ijtimoiy-kognitiv nazariyasi va “o‘z-o‘ziga samaradorlik” tushunchasi yoshlarning sog‘lom xulq-atvorini shakllantirishda alohida o‘rin tutadi. Banduraga ko‘ra, insonning o‘z imkoniyatlariga ishonchi uning qanday maqsad qo‘yishi, qiyinchiliklarga qanday munosabat bildirishi, muvaffaqiyatsizlikdan keyin qay darajada tiklanishi va xatti-harakatini qanday davom ettirishiga ta’sir qiladi. Sog‘lom turmush tarzi nuqtayi nazaridan bu shuni anglatadiki, yoshlar sport bilan shug‘ullanish, zararli odatlardan saqlanish, stressni yengish yoki ijtimoiy bosimga qarshi turish uchun nafaqat bilimga, balki “men buni qila olaman” degan ichki ishonchga ham ega bo‘lishi kerak. R. Schwarzer va A. Luszczynska tomonidan sog‘liq xulqi nazariyalarida o‘z-o‘ziga samaradorlik xulqni o‘zgartirish, sog‘lom odatlarni boshlash va davom ettirishda bevosita omil sifatida talqin qilinadi. Demak, yoshlar bilan profilaktik ishlarda qo‘rqitish yoki taqiqlashdan ko‘ra, ularda shaxsiy kuchga ishonch, ijobiy namuna, kichik yutuqlar tajribasi va o‘zini boshqarish ko‘nikmalarini shakllantirish samaraliroqdir. R.M. Ryan va E.L. Decining o‘zini o‘zi belgilash nazariyasi ham sog‘lom turmush tarzi va psixologik barqarorlikni tushuntirishda muhim nazariy manba hisoblanadi. Ushbu nazariyada insonning ichki motivatsiyasi avtonomiya, kompetentlik va aloqadorlik kabi uch asosiy psixologik ehtiyoj qondirilganda kuchayishi ta’kidlanadi. Bu yondashuv yoshlar tarbiyasida juda katta amaliy ahamiyatga ega: agar yoshlar sog‘lom hayot, ma’naviy qadriyatlar yoki ijtimoiy mas’uliyatni faqat majburiyat sifatida qabul qilsa, bunday xulq uzoq muddatli bo‘lmasligi mumkin; agar ular bu qadriyatlarni o‘z shaxsiy maqsadi, o‘sish imkoniyati va jamiyat bilan ijobiy aloqadorlik vositasi sifatida anglasa, sog‘lom va axloqiy xulq ichki motivatsiyaga aylanadi. Shu sababli ta’lim muassasalari, mahalla va oila yoshlar bilan ishlashda buyruqbozlik emas, balki tanlov imkoniyati, qo‘llab-quvvatlovchi muloqot, shaxsiy mas’uliyat va ijtimoiy daxldorlikni kuchaytiruvchi pedagogik-psixologik muhit yaratishi lozim.

Psixologik barqarorlik bo‘yicha xorijiy adabiyotlarda A.S. Mastenning rezilyentlik haqidagi qarashlari alohida ahamiyatga ega. Masten rezilyentlikni ayrim favqulodda shaxslarga xos noyob qobiliyat emas, balki odatiy rivojlanish tizimlarida shakllanadigan moslashuvchanlik jarayoni sifatida talqin qiladi. Uning “ordinary magic”, ya’ni “oddiy sehr” konsepsiyasi shuni ko‘rsatadiki, bolalar va yoshlarning qiyinchiliklarga bardosh berishi ko‘pincha g‘ayrioddiy omillar bilan emas, balki mehribon oila, qo‘llab-quvvatlovchi maktab, ijobiy tengdoshlar muhiti, aniq hayotiy maqsad, o‘zini boshqarish, ijtimoiy ko‘mak va ma’noli faoliyat kabi kundalik himoya omillari bilan bog‘liqdir. Bu g‘oya mavzumiz uchun muhim xulosa beradi: yoshlarning psixologik barqarorligini rivojlantirish alohida psixologik mashg‘ulotlar bilangina emas, balki barqaror ijtimoiy munosabatlar, mazmunli bo‘sh vaqt, sport, san’at, volontyorlik, oila va maktabdagi ishonchli muloqot orqali ham ta’minlanadi.

R.M. Lerner tomonidan ishlab chiqilgan “ijobiy yoshlar rivojlanishi” konsepsiyasi ham yoshlar tarbiyasiga zamonaviy yondashuvni taklif etadi. Bu modelda yoshlar muammo manbai sifatida emas, balki salohiyat egasi sifatida ko‘riladi va ularning kompetentlik, ishonch, xarakter, aloqadorlik va g‘amxo‘rlik kabi ijobiy sifatlarini rivojlantirishga urg‘u beriladi. Bunday yondashuv sog‘lom turmush tarzi va ma’naviy-axloqiy tarbiya jarayonida juda muhim, chunki profilaktika faqat xavfli xatti-harakatlarni kamaytirishga emas, balki yoshlarning ijobiy resurslarini kuchaytirishga qaratilishi

kerak. Agar yosh o‘zini jamiyat uchun kerakli, qobiliyatli, qadrlangan va mas’uliyatli shaxs sifatida his qilsa, uning zararli odatlarga berilish, destruktiv guruhlarga qo‘shilish yoki psixologik beqarorlikka tushish ehtimoli kamayadi. Shu bois Lerner modeli yoshlar siyosati, ta’lim-tarbiya va mahalla tizimida “muammoni bartaraf etish”dan ko‘ra “salohiyatni rivojlantirish” tamoyiliga o‘tish zarurligini asoslaydi.

Xulosa. Yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzi, ma’naviy-axloqiy tarbiya va psixologik barqarorlikni rivojlantirish masalasi bugungi kunda jamiyat taraqqiyoti, milliy xavfsizlik, jamoat salomatligi hamda barkamol avlodni voyaga yetkazish jarayonining muhim yo‘nalishlaridan biri sifatida namoyon bo‘lmoqda. Chunki zamonaviy davr yoshlar hayotiga keng imkoniyatlar bilan bir qatorda turli xavf va tahdidlarni ham olib kirmoqda. Axborot oqimining kuchayishi, zararli odatlar, giyohvandlik vositalari targ‘iboti, kiberxavflar, ijtimoiy tarmoqlardagi destruktiv ta’sirlar, ma’naviy bo‘shliq, stress, xavotir va emotsional beqarorlik kabi omillar yoshlarning shaxsiy rivojlanishi, ijtimoiy moslashuvi va kelajakdagi hayotiy pozitsiyasiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu sababli sog‘lom turmush tarzi, ma’naviy-axloqiy yetuklik va psixologik barqarorlikni bir-biridan ajratilgan yo‘nalishlar sifatida emas, balki o‘zaro bog‘liq, bir-birini to‘ldiruvchi kompleks tarbiyaviy-psixologik tizim sifatida o‘rganish zarurligi asoslanadi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, sog‘lom turmush tarzini shakllantirish yoshlarning faqat jismoniy salomatligini mustahkamlash bilan cheklanmaydi, balki ularda intizom, iroda, o‘zini nazorat qilish, maqsadga intilish, vaqtni to‘g‘ri tashkil etish va zararli odatlarga qarshi ongli immunitet hosil qilishga ham xizmat qiladi. Sport, jismoniy faollik, to‘g‘ri ovqatlanish, uyqu madaniyati, gigiyenik ko‘nikmalar va bo‘sh vaqtni mazmunli tashkil etish orqali yoshlarning hayotga munosabati, emotsional holati va ijtimoiy faolligi ijobiy tomonga o‘zgaradi. Ayniqsa, mahalla, oila va ta’lim muassasalarida sog‘lom hayot madaniyatini muntazam targ‘ib qilish yoshlarni passiv kuzatuvchi emas, balki o‘z hayoti, salomatligi va kelajagi uchun mas’ul shaxs sifatida shakllantirishga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. O‘zbekiston Respublikasining “Yoshlarga oid davlat siyosati to‘g‘risida”gi Qonuni, 2016-yil 14-sentabr, O‘RQ-406-son [Elektron resurs]. - URL: https://lex.uz/docs/-3026246 (murojaat sanasi: 17.05.2026).

2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “O‘zbekiston Respublikasida yoshlarga oid davlat siyosatini tubdan isloh qilish va yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi Farmoni, 2020-yil 30-iyun, PF-6017-son [Elektron resurs]. - URL: https://lex.uz/docs/-4880189 (murojaat sanasi: 17.05.2026).

3. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Sog‘lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi Farmoni, 2020-yil 30-oktabr, PF-6099-son [Elektron resurs]. - URL: https://lex.uz/docs/-5077667 (murojaat sanasi: 17.05.2026).

4. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Ma’naviy-ma’rifiy ishlar tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi Qarori, 2021-yil 26-mart, PQ-5040-son [Elektron resurs]. - URL: https://lex.uz/docs/-5344692 (murojaat sanasi: 17.05.2026).

Fayzulloyeva Mohinur Sa’dulo qizi
Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrasi tayanch doktoranti
mohinurfayzulloyeva@gmail.com

KIBERMAKONDAGI NARKOTARG‘IBOT VA DESTRUKTIV AXBORATGA QARSHI TALABALARDA SUBLIMATSIYA MEXANIZMLARI TRANSFORMATSIYASI ASOSIDA PSIXOLOGIK HIMOYANI SHAKLLANTIRISH XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Maqolada talabalik davrida sublimatsiya mexanizmlarining transformatsiyasi va uning kibermakondagi narkotarg‘ibot, destruktiv axborotga qarshi psixologik himoya darajasi bilan bog‘liqligi tahlil qilingan. 124 nafar talaba ishtirokida o‘tkazilgan empirik tadqiqot natijalariga*

ko‘ra, sublimatsiyaning yetuk shakllari rivojlangan talabalarda zararli odatlarga moyillik va destruktiv kontentga qiziqish darajasi ancha past bo‘lgani aniqlandi. Yoshlarni raqamli muhitda psixologik himoya qilish bo‘yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so’zlar: *kibermakon, narkotarg‘ibot, destruktiv axborot, psixologik himoya, sublimatsiya, talabalar, jamoat salomatligi, narkoprofilaktika.*

Аннотация. *В статье анализируется трансформация механизмов сублимации в студенческом возрасте и её связь с уровнем психологической защищённости от наркопропаганды и деструктивной информации в киберпространстве. По результатам эмпирического исследования с участием 124 студентов установлено, что у студентов со зрелыми формами сублимации значительно ниже показатели склонности к аддиктивному поведению и интереса к деструктивному контенту. Разработаны практические рекомендации по психологической защите молодёжи в цифровой среде.*

Ключевые слова: *киберпространство, наркопропаганда, деструктивная информация, психологическая защита, сублимация, студенты, общественное здоровье, наркопрофилактика.*

Annotation. *The article analyzes the transformation of sublimation mechanisms during student years and its relationship with the level of psychological protection against narcotic propaganda and destructive information in cyberspace. Based on an empirical study involving 124 students, it was found that students with mature forms of sublimation show significantly lower scores on addiction-risk indicators and lower interest in destructive content. Practical recommendations for the psychological protection of youth in the digital environment are proposed.*

Key words: *cyberspace, narcotic propaganda, destructive information, psychological protection, sublimation, students, public health, drug prevention.*

Raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi yoshlarning katta qismini kundalik vaqtining muhim bir qismini internet makonida o‘tkazishiga olib keldi. Aynan shu makon orqali turli yashirin guruhlar va shaxslar tomonidan narkotik moddalarni «zararsiz», «modaviy» yoki «stressga qarshi vosita» sifatida targ‘ib qiluvchi kontent, shuningdek zo‘ravonlik, nigilizm va hayotga nisbatan beparvolikni shakllantiruvchi destruktiv axborotlar faol tarqatilmoqda [5]. Talabalar - bu yo‘naltirilgan ta’sirga eng ko‘p duch keladigan toifa, chunki ular ijtimoiy tarmoqlardan faol foydalanadi va shu bilan birga shaxsiy o‘ziga xoslikni izlash, qadriyatlarni qayta baholash bosqichida turadi.

Bunday sharoitda yoshlarni faqat tashqi nazorat (filtrlash, bloklash, qonuniy cheklovlar) orqali himoya qilish yetarli emas - ichki, psixologik himoya mexanizmlarini mustahkamlash zarur. Psixoanaliz nazariyasida Z. Freyd tomonidan asoslangan sublimatsiya tushunchasi - shaxsning ichki taranglik energiyasini ijodkorlik, fan, sport kabi ijtimoiy foydali sohalarga yo‘naltirish jarayoni bo‘lib [2], aynan shu mexanizm kibermakondagi destruktiv ta’sirlarga ichki immunitet vazifasini bajarishi mumkin: sublimatsiyasi rivojlangan shaxs bo‘sh vaqtini, e’tiborini va emotsional resurslarini real faoliyatga yo‘naltirgani uchun, narkotarg‘ibot kontentiga «ehtiyoj»ni kamroq his qiladi.

Ushbu tadqiqotning maqsadi - talabalik davrida sublimatsiya mexanizmlarining transformatsiyasini o‘rganish va uning kibermakondagi narkotarg‘ibot hamda destruktiv axborotga nisbatan psixologik himoya darajasi bilan bog‘liqligini aniqlashdan iborat. Faraz: talabada sublimatsiya mexanizmi qanchalik yetuk bo‘lsa, u kibermakondagi narkotarg‘ibot va destruktiv kontentga shunchalik kamroq moyil bo‘ladi va zararli moddalarga nisbatan ichki «himoya darajasi» yuqori bo‘ladi.

Shaxs rivojlanishi nuqtai nazaridan, sublimatsiya - bir martalik hodisa emas, balki vaqt o‘tishi bilan o‘zgarib boruvchi uzluksiz jarayondir. J. Vayllant taklif etgan himoya mexanizmlari modeliga ko‘ra, inson dastlab oddiyroq (inkor qilish, boshqaga ag‘darish, bolalarcha xulq-atvorga qaytish) usullardan foydalanadi, keyinchalik esa ancha murakkab va foydali strategiyalarga, jumladan sublimatsiyaga o‘tadi [4]. Talabalik davri - fikrlash tarzi va kasbiy yo‘nalish shakllanayotgan davr bo‘lgani uchun, aynan shu bosqichda himoya mexanizmlari tarkibida sezilarli o‘zgarishlar kutilishi mumkin, bu esa raqamli muhitdagi ta’sirlarga nisbatan reaksiyani ham belgilaydi.

Ko‘pgina mahalliy tadqiqotchilar fikriga ko‘ra, sublimatsiyaning rivojlanishi shaxsning hayotiy maqsadlari va qadriyatlar tizimi bilan uzviy bog‘liq: agar talaba o‘z faoliyatida aniq ma’no va maqsad ko‘rsa, ichki energiyasini ijodiy yoki o‘quv ishlariga yo‘naltirishi osonlashadi [1]. Aksincha, maqsadsizlik va ichki bo‘shliq holatida xuddi shu talaba ijtimoiy tarmoqlarda «vaqt o‘tkazish» bahonasida destruktiv kontent, jumladan narkotarg‘ibot xarakteridagi materiallar bilan uzoq vaqt band bo‘lib qolishi, ularga nisbatan tanqidiy munosabatini yo‘qotishi xavfi yuqori bo‘ladi.

Kouping strategiyalari nazariyasi nuqtai nazaridan, Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti tadqiqotlari ko‘rsatishicha, yoshlarning moddalarga murojaat qilishining katta qismi ular his qilayotgan zerikish, xavotir yoki bosimni «yumshatish» urinishi sifatida tushuntirilishi mumkin [5]. Kibermakon esa aynan shu his-tuyg‘ularni «tezkor» va «oson» yo‘l bilan yengillashtirish va’da qiluvchi kontent bilan to‘la - shu sababli sublimatsiya orqali real hayotda taranglikni yengish ko‘nikmasiga ega bo‘lmagan talaba virtual makondagi shunday «takliflar»ga osonroq tortiladi.

Faraz to‘g‘riligini tekshirish maqsadida 1 dan 4 kursgacha tahsil olayotgan 124 talaba (62 nafar o‘g‘il, 62 nafar qiz, o‘rtacha yosh - 19,4) qatnashgan so‘rov o‘tkazildi. Tadqiqotda quyidagi vositalardan foydalanildi: himoya mexanizmlarini, jumladan sublimatsiyani aniqlovchi «Hayot uslubi indeksi» (LSI, R. Plutchik va hammuallifları), zararli moddalarga moyillikni o‘lchovchi shkala (A.N. Orel tahriri), emotsional holatni baholash uchun DASS-21 anketasi, shuningdek talabaning internetdan foydalanish odatlari, ijtimoiy tarmoqlarda qanday turdagi kontentga ko‘proq e’tibor berishi va destruktiv/narkotarg‘ibot xarakteridagi materiallarga munosabatini aniqlovchi qo‘shimcha savollar.

Olingan ma’lumotlarni tahlil qilish natijasida quyidagi manzara kuzatildi: birinchi kurs talabalarida sublimatsiya ko‘rsatkichi o‘rtacha 4,8 ballni tashkil etgan bo‘lsa, to‘rtinchi kursga kelib bu ko‘rsatkich 7,3 ballgacha (10 balllik shkalada) o‘sgan - bu o‘qish yillari davomida himoya tizimining tabiiy ravishda «pishib yetilishi»dan dalolat beradi. Statistik hisob-kitoblar (Spirmen usuli) shuni ko‘rsatdi: sublimatsiya darajasi yuqori bo‘lgan talabalarda zararli odatlarga moyillik sezilarli darajada past ($r = -0,47$; $p < 0,01$), shuningdek ichki taranglik ko‘rsatkichlari ham pastroq ($r = -0,39$; $p < 0,01$) bo‘lgan. Qo‘shimcha so‘rov natijalariga ko‘ra, sublimatsiya ko‘rsatkichi past bo‘lgan talabalarning aksariyati ijtimoiy tarmoqlarda «qiziqarli», ammo mazmunsiz va ba’zan shubhali kontentni ko‘proq kuzatishini, vaqtini qanday sarflaganini aniq tasavvur qila olmasligini ta’kidlagan.

Talabalar javoblarini chuqurroq ko‘rib chiqilganda, ularni uch guruhga ajratish mumkin bo‘ldi. Birinchi guruh (taxminan 38%) - o‘z ichki kuchini doimiy ravishda o‘qish, ijod, sport yoki ijtimoiy foydali ishlarga yo‘naltiradigan talabalar; ularda xavfli xulq-atvor ko‘rsatkichlari eng past darajada qayd etildi va ular kibermakondagi shubhali kontentga nisbatan ham eng tanqidiy munosabatda bo‘lganlar. Ikkinchi guruh (44%) - sublimatsiyadan vaqti-vaqti bilan, lekin barqaror tizim sifatida emas, foydalanadigan talabalar. Uchinchi guruh (18%) - ichki energiyasini ijobiy faoliyatga yo‘naltira olmaydigan, internetda ko‘proq vaqt o‘tkazadigan va destruktiv/narkotarg‘ibot kontentiga nisbatan eng kam tanqidiy munosabatda bo‘lgan talabalar; aynan shu guruhda zararli moddalarga moyillik ko‘rsatkichlari ham eng yuqori bo‘lgan.

Bu natijalar xorijda olib borilgan kuzatuvlar bilan ham mos keladi: o‘ziga yoqadigan mashg‘uloti, hobbisi yoki kasbiy qiziqishi bo‘lgan yoshlarda zararli moddalarga murojaat qilish ehtimoli, bunday qiziqishi bo‘lmaganlarga nisbatan, ikki barobar kamroq bo‘lishi aniqlangan [3]. Shu nuqtai nazardan, sublimatsiya - bu shunchaki nazariy tushuncha emas, balki kibermakondagi destruktiv ta’sirlarga nisbatan amalda ishlaydigan, real psixologik himoya vazifasini bajaradigan resurs ekanligi yana bir bor tasdiqlanadi.

Tadqiqot natijalariga asoslanib, talabalarni kibermakondagi narkotarg‘ibot va destruktiv axborotdan psixologik himoya qilish bo‘yicha bir necha taklif ishlab chiqildi. Eng avvalo, ta’lim muassasalarida talabalarga o‘z ichki his-tuyg‘ularini tushunish va ularni ijodiy yo‘lga solishni o‘rgatadigan amaliy trening va seminarlar tashkil etish foydali bo‘ladi - bunday mashg‘ulotlar talabaga «buni qanday his qilaman va qayerga yo‘naltirsam bo‘ladi» savoliga javob topishga, demak, kibermakondagi soxta «yengillik»larga muhtoj bo‘lmaslikka yordam beradi.

Ikkinchi taklif - universitet muhitida talaba uchun jozibali bo‘lgan muqobil mashg‘ulotlar tarmog‘ini kengaytirish: ilmiy klublar, ijodiy to‘garaklar, sport bo‘limlari, shu jumladan media-

savodxonlik va kibermakonda xavfsiz xulq-atvor bo‘yicha ko‘ngillilar harakati. Talaba bunday muhitga qanchalik faol jalb etilgan bo‘lsa, uning ekranda «bo‘sh» o‘tkazadigan, demak destruktiv kontent ta’siriga ochiq bo‘lgan vaqti shunchalik kamroq bo‘ladi.

Uchinchi taklif sifatida birinchi kurs talabalari orasida himoya mexanizmlari, kouping uslublari va internetdan foydalanish odatlarini birgalikda baholaydigan skrining tizimini joriy etish tavsiya etiladi - bu sublimatsiyasi yetarli darajada rivojlanmagan va shu bilan birga kibermakondagi destruktiv kontentga moyil talabalarni o‘z vaqtida aniqlash va ular bilan individual ishlash imkonini beradi. Bunday yondashuv UNODC tomonidan ilgari surilgan, ya’ni shaxsiy va ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirishga asoslangan profilaktika tamoyillariga to‘liq mos keladi [5].

Xulosa qilib aytganda, o‘tkazilgan tadqiqot ilgari surilgan farazni tasdiqladi: talabada sublimatsiya mexanizmi qanchalik yetuk bo‘lsa, uning zararli odatlarga moyilligi, ichki taranglik darajasi va kibermakondagi narkotarg‘ibot hamda destruktiv kontentga moyilligi shunchalik past bo‘ladi. Talabalik davrida bu mexanizm bir tekis rivojlanmaydi, va aynan sublimatsiyasi ro‘yobga chiqmagan talabalar guruhi ham real hayotda, ham kibermakonda yuzaga keladigan zararli ta’sirlarga eng ochiq toifa hisoblanadi. Shuning uchun talabalarni ijodiy, ilmiy va ijtimoiy faoliyatga jalb etish orqali sublimatsiyaning sog‘lom shakllarini rivojlantirishga yo‘naltirilgan psixologik yordam - yoshlarni kibermakondagi narkotarg‘ibot va destruktiv axborotdan psixologik himoya qilish, shu bilan birga transmilliy narkotahdidlarning oldini olish va jamoat salomatligini mustahkamlash bo‘yicha umumiy strategiyaning muhim qismi bo‘lishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. – М.: Смысл, 2003. – 487 с.

2. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. – М.: Наука, 1991. – 456 с.

3. Cicchetti D., Cole S. Resilience, creativity and adolescent substance use prevention // Development and Psychopathology. – 2021. – Vol. 33, № 2. – P. 412–425.

4. Vaillant G.E. Ego Mechanisms of Defense: A Guide for Clinicians and Researchers. – Washington, DC: American Psychiatric Press, 1992. – 386 p.

5. World Drug Report 2024 / UNODC – United Nations Office on Drugs and Crime. – Vienna, 2024.

Маматкулова Дилфуза Тахировна
студентка 3 курса направления практическая психология
Эшов Эркин Саттарович
доцент кафедры Психологии факультета Истории и юриспруденции

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ УКРЕПЛЕНИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ И БЕЗОПАСНОСТИ В БОРЬБЕ С ТРАНСНАЦИОНАЛЬНЫМИ УГРОЗАМИ НАРКОЗАВИСИМОСТИ

Аннотация. *В статье рассматриваются психологические особенности укрепления общественного здравоохранения и безопасности в борьбе с транснациональными угрозами наркозависимости. Основное внимание уделяется стрессоустойчивости личности, сопротивлению социальному давлению и замене тяги к вредным привычкам конструктивной деятельностью. Раскрывается профилактическое значение сублимации как механизма психологической защиты в концепции Анны Фрейд, а также анализируются современные формы наркотических угроз.*

Ключевые слова: *общественное здравоохранение, безопасность, наркозависимость, транснациональные угрозы, психологическая защита, сублимация, Анна Фрейд, профилактика, молодежь, новые психоактивные вещества.*

Annotatsiya. *Ushbu maqolada giyohvandlik bilan bog‘liq transnatsional tahdidlarga qarshi kurashda jamoat salomatligi va xavfsizligini mustahkamlashning psixologik xususiyatlari tahlil*

qilinadi. Muammo shaxsning stressga chidamliligi, ijtimoiy bosimga qarshi turishi va zararli odatlarga bo‘lgan maylni konstruktiv faoliyatga yo‘naltirish jarayoni sifatida ko‘rib chiqiladi. Anna Freyd konsepsiyasidagi sublimatsiya himoya mexanizmining profilaktik ahamiyati hamda zamonaviy giyohvandlik vositalarining xavfli ko‘rinishlari yoritiladi.

Kalit so’zlar: *jamoat salomatligi, xavfsizlik, giyohvandlik, transnatsional tahdidlar, psixologik himoya, sublimatsiya, Anna Freyd, profilaktika, yoshlar, yangi psixoaktiv moddalar.*

Abstract. *This article examines the psychological features of strengthening public health and safety in response to transnational threats of drug dependence. The focus is placed on personal resilience, resistance to social pressure and the redirection of harmful impulses into constructive activity. The preventive role of sublimation as a psychological defence mechanism described by Anna Freud is highlighted, along with current forms of drug-related threats.*

Key words: *public health, safety, drug dependence, transnational threats, psychological defence, sublimation, Anna Freud, prevention, youth, new psychoactive substances.*

Введение. Стратегии укрепления общественного здравоохранения и безопасности в современных условиях невозможно рассматривать отдельно от проблемы транснациональных угроз, связанных с наркотиками. Наркозависимость уже давно перестала быть только индивидуальной медицинской проблемой. Она затрагивает семью, образовательную среду, рынок труда, систему правопорядка, информационное пространство и международную безопасность. Транснациональный характер угрозы проявляется в том, что незаконный оборот наркотиков, распространение синтетических веществ, онлайн-рекрутинг, нелегальные финансовые потоки и вовлечение уязвимой молодежи могут развиваться быстрее, чем традиционные профилактические меры. Поэтому современная профилактика должна опираться не только на запреты и наказание, но и на психологическое укрепление личности.

По данным Всемирного доклада ООН по наркотикам 2025 года, в 2023 году в мире наркотики употребляли 316 миллионов человек, что показывает масштаб проблемы для систем здравоохранения и общественной безопасности. Наиболее распространенным веществом в глобальном масштабе остается каннабис, однако большую тревогу вызывают синтетические стимуляторы, опиоиды, кокаин, таблетки с неизвестным составом и новые психоактивные вещества. Их опасность состоит не только в химическом воздействии на организм, но и в непредсказуемости состава, быстром распространении через цифровую среду и психологической привлекательности для молодых людей, которые ищут быстрый способ снять тревогу, получить яркие ощущения или почувствовать принадлежность к группе.

В условиях Узбекистана особое значение имеет сочетание государственной профилактики, правового контроля, деятельности семьи, махалли, образовательных учреждений, медицинских организаций и психологических служб. Молодежь не всегда вовлекается в рискованное поведение из-за отсутствия информации. Часто молодой человек знает, что наркотики опасны, но оказывается психологически не готов противостоять стрессу, одиночеству, манипуляции, групповому давлению или внутренней пустоте. Следовательно, профилактика должна отвечать на более глубокий вопрос: чем можно заменить тягу к разрушительным привычкам, чтобы человек не просто отказался от опасного поведения, а нашел для себя более сильный и здоровый жизненный смысл.

Обзор литературы. Международные документы УНП ООН и ВОЗ рассматривают профилактику употребления наркотиков как доказательную, комплексную и возрастно ориентированную деятельность. В этих подходах подчеркивается, что эффективная профилактика не должна строиться только на запугивании или формальном информировании. Она должна развивать жизненные навыки, эмоциональную регуляцию, ответственность, умение принимать решения и способность обращаться за помощью. Такой подход особенно близок к прикладной психологии, поскольку зависимое поведение часто формируется в зоне пересечения личностной уязвимости и неблагоприятной социальной среды.

Психоаналитическая традиция внесла важный вклад в понимание того, как человек защищает себя от внутреннего напряжения. Анна Фрейд в работе о механизмах защиты: «Я

описала различные способы, с помощью которых психика пытается справиться с тревогой, конфликтом и неприемлемыми импульсами. Среди зрелых и социально приемлемых форм защиты особое место занимает сублимация. Ее значение для профилактики наркозависимости состоит в том, что энергия влечений, агрессии, тревоги, стремления к риску или сильным переживаниям может быть направлена не на саморазрушение, а на творчество, спорт, учебу, труд, общественную активность и помощь другим людям».

Современные исследования также обращают внимание на цифровую трансформацию наркорынков. Социальные сети, закрытые каналы общения, анонимные платежные инструменты и онлайн-сообщества создают иллюзию доступности и безопасности. Для подростков и студентов это особенно опасно, потому что цифровая среда часто снижает критичность восприятия: предложение может выглядеть как шутка, модный опыт, способ расслабиться или средство «быстро забыть проблемы». Поэтому психологическая профилактика должна включать не только разговор о вреде веществ, но и обучение распознаванию манипуляций, цифровой грамотности, пониманию юридических последствий и навыкам отказа.

Дискуссия. Психологическая защита от транснациональных угроз, связанных с наркотиками, начинается с формирования внутренней позиции человека. Такая защита не сводится к страху перед наказанием. Она включает способность понимать собственные эмоции, замечать опасное влияние, контролировать импульсы, выбирать безопасное окружение и находить помощь до того, как проблема станет зависимостью. Особенно важно, чтобы молодые люди умели различать настоящую свободу и ложную свободу. Наркотическое предложение часто маскируется под самостоятельный выбор, но фактически ведет к утрате самоконтроля, зависимости, разрушению здоровья и подчинению человеку или группе, которые используют чужую уязвимость.

В профилактической работе следует учитывать, что тяга к вредным привычкам редко возникает на пустом месте. За ней могут стоять тревога, скука, внутреннее напряжение, переживание неуспешности, семейные конфликты, неуверенность, потребность в признании, желание риска или стремление уйти от болезненных чувств. Если профилактика ограничивается фразой «нельзя», она оставляет человека один на один с той же внутренней проблемой. Поэтому психологическая защита должна предлагать замену. Не искусственную и формальную, а реальную, эмоционально значимую и доступную для конкретного молодого человека.

Сублимация по Анне Фрейд позволяет увидеть один из наиболее ценных путей такой замены. Если подросток или студент ищет сильные ощущения, эту потребность можно направить в спорт, туризм, соревнования, танец, единоборства, плавание, бег, сценическое выступление или волонтерскую деятельность в сложных социальных условиях. Если внутри есть агрессия и раздражение, их можно преобразовать в дисциплину, физическую тренировку, правозащитную активность, умение защищать слабых, участие в дебатах или ответственную лидерскую позицию. Если человек переживает одиночество и внутреннюю пустоту, важной заменой становятся творчество, музыка, литература, дизайн, театр, фотография, изучение языков, профессиональный проект, наставничество или участие в студенческих объединениях.

Психологически важно, что сублимация не требует отрицать наличие энергии, желания или напряжения. Напротив, она признает, что у человека есть сильные переживания, но помогает придать им безопасную и социально полезную форму. В этом смысле профилактика наркозависимости должна работать не только против наркотика, но и за жизнь: за интерес, за профессию, за отношения, за смысл, за уважение к себе. Чем больше у молодого человека устойчивых источников самоценности, тем меньше вероятность, что он будет искать быстрый искусственный способ изменить настроение или уйти от реальности.

Практическая модель психологической защиты может строиться по принципу «распознать - остановиться - заменить - обратиться за поддержкой». На первом этапе человек учится распознавать риск: подозрительное предложение, давление друзей, обещание легкого

удовольствия, информацию из закрытых каналов, неизвестные таблетки, порошки, жидкости или вещества для вдыхания. На втором этапе он должен уметь остановить импульсивную реакцию, не соглашаться сразу, выйти из опасной ситуации и сохранить контроль. На третьем этапе важно заменить разрушительное действие конструктивным: тренировкой, разговором с надежным человеком, учебной задачей, творческой работой, прогулкой, волонтерством или обращением к психологу. На четвертом этапе нужна поддержка, потому что устойчивость не означает одиночество. Сильный человек не тот, кто молчит о проблеме, а тот, кто вовремя выбирает помощь.

В настоящее время спектр наркотических и токсикоманических угроз стал шире, чем традиционное представление о наркотиках. Помимо каннабиса, героина, кокаина, амфетамина, метамфетамина и МДМА, значительную угрозу представляют синтетические катиноны, синтетические каннабиноиды, новые синтетические опиоиды, включая нитазены, а также вещества, которые распространяются в виде таблеток неизвестного состава. Для молодежи особенно опасны таблетки, выдаваемые за «энергетики», «успокоительные», «экстази» или «средства для вечеринки», потому что реальный состав таких веществ часто неизвестен даже самому потребителю. Это повышает риск тяжелого отравления, психоза, остановки дыхания, суицидального поведения и внезапной смерти.

Отдельной проблемой остаются ингалянты: клей, растворители, аэрозоли, бытовая химия и другие летучие вещества. Их опасность иногда недооценивается, потому что они могут быть связаны не с подпольным рынком, а с обычными бытовыми предметами. Однако токсическое воздействие на мозг, сердце, дыхательную систему и психику может быть крайне тяжелым. Для подростков такая форма употребления опасна еще и тем, что она может восприниматься как «несерьезная проба», хотя фактически является прямым риском для жизни и может закрепить привычку изменять психическое состояние химическим путем.

Транснациональный аспект проблемы проявляется и в том, что новые вещества быстро меняют названия, форму и каналы распространения. Одно и то же вещество может быть представлено как таблетка, порошок, жидкость, смесь для курения или компонент электронного устройства. Поэтому профилактическое сообщение должно быть осторожным и грамотным: нельзя обучать деталям употребления, но необходимо объяснять, что любое неизвестное вещество, особенно полученное из нелегального или сомнительного источника, представляет угрозу. В этой работе психологи, педагоги, врачи, родители и представители махалли должны говорить с молодежью простым и уважительным языком, без унижения и стигмы.

Психологическая защита общества также включает снижение стигмы при обращении за помощью. Если подросток боится, что его сразу осудят, публично пристыдят или накажут, он будет скрывать проблему. В результате риск станет глубже. Конфиденциальное консультирование, раннее психологическое вмешательство, семейная поддержка, работа с тревогой и депрессией, развитие навыков общения и восстановление учебной мотивации могут предотвратить переход от эпизодического риска к зависимости. Для общественной безопасности это не слабая мера, а рациональный путь: чем раньше человек получает помощь, тем меньше вероятность преступного вовлечения, рецидива и разрушения социальных связей.

На уровне государства и общества борьба с наркотическими угрозами должна соединять профилактику, защиту, лечение и реинтеграцию. Профилактика снижает спрос и укрепляет личность. Защита блокирует преступные сети, онлайн-каналы и вовлечение уязвимых групп. Лечение помогает тем, кто уже столкнулся с зависимостью. Реинтеграция возвращает человека к семье, учебе, труду и социальной ответственности. В этой системе психологическая работа является не дополнительным украшением, а одним из центральных элементов, потому что именно она помогает человеку восстановить способность выбирать здоровую жизнь.

Заключение. Психологические особенности укрепления общественного здравоохранения и безопасности в борьбе с транснациональными угрозами наркозависимости заключаются в необходимости защищать не только границы и правопорядок, но и внутренний мир человека. Наркотическая угроза становится особенно опасной там, где есть

психологическая уязвимость, одиночество, отсутствие жизненных целей, слабая семейная поддержка и некритичное отношение к цифровой информации. Поэтому современная стратегия должна включать правовые, медицинские, образовательные и психологические меры в единой системе.

Сублимация как механизм психологической защиты, описанный Анной Фрейд, имеет важное профилактическое значение. Она показывает, что тягу к вредным привычкам можно не только подавлять, но и преобразовывать в деятельность, которая укрепляет личность и приносит пользу обществу. Спорт, творчество, учеба, профессия, волонтерство, социальные проекты, здоровое общение и духовно-нравственные ориентиры могут стать реальной альтернативой разрушительному поведению. Такая замена работает глубже, чем запрет, потому что дает человеку ощущение смысла, достоинства и принадлежности.

Таким образом, борьба с транснациональными наркотическими угрозами должна опираться на сотрудничество государства, семьи, образовательных учреждений, здравоохранения, психологических служб, махалли, гражданского общества и международных партнеров. Чем раньше у молодежи формируются стрессоустойчивость, критическое мышление, навыки отказа и конструктивные способы самореализации, тем прочнее становится общественное здоровье и безопасность.

Список использованных литератур.

1. United Nations Office on Drugs and Crime. World Drug Report 2025. – Vienna: UNODC, 2025.

2. United Nations Office on Drugs and Crime. World Drug Report 2024. – Vienna: UNODC, 2024.

3. UNODC/WHO. International Standards on Drug Use Prevention. Second updated edition. – Vienna: UNODC; Geneva: WHO, 2018. – 66 p.

4. WHO/UNODC. International Standards for the Treatment of Drug Use Disorders. Revised edition incorporating results of field-testing. – Geneva: World Health Organization, 2020. – 95 p.

5. Freud A. The Ego and the Mechanisms of Defence. – London: Hogarth Press; Institute of Psycho-Analysis, 1937.

6. European Union Drugs Agency. European Drug Report 2025: Trends and Developments. – Lisbon: EUDA, 2025.

7. European Union Drugs Agency. New psychoactive substances: the current situation in Europe. – Lisbon: EUDA, 2025.

8. United Nations. Outcome Document of the 2016 United Nations General Assembly Special Session on the World Drug Problem. – New York: United Nations, 2016.

9. Закон Республики Узбекистан «О наркотических средствах и психотропных веществах». – Национальная база данных законодательства Республики Узбекистан: Lex.uz.

10. Указ Президента Республики Узбекистан № УП-73 от 06.05.2024 г. «О стратегических мерах по борьбе с наркоманией и наркопреступностью». – Национальная база данных законодательства Республики Узбекистан: Lex.uz.

Rakhimberganova Mokhira
Lecturer, The Department of Psychology, Mamun University
Mohira.3301@gmail.com

TRAUMA, PERSONALITY DISORDERS, AND REHABILITATION IN PRISONERS.
Psychological Mechanisms of Emotional Dysregulation and Mental Health Intervention in Correctional Settings

Abstract. *Correctional institutions contain a disproportionately high number of individuals with severe psychological difficulties, trauma histories, personality disorders, and emotional dysregulation. Contemporary psychological research increasingly emphasizes the relationship*

between traumatic experiences, antisocial personality disorder, prison stressors, substance abuse, and inadequate emotional support in the development of mental health problems among prisoners. The present article analyzes recent empirical studies concerning trauma exposure, antisocial personality disorder (ASPD), psychotropic medication use, emotional adaptation, and psychosocial rehabilitation in prison populations. The study aims to identify the major psychological mechanisms contributing to emotional instability and maladaptive behavior in correctional settings while evaluating possible rehabilitation strategies. Findings indicate that trauma exposure across the lifespan significantly predicts mental disorders, aggression, emotional dysregulation, and suicidal behavior among prisoners. Furthermore, ASPD, substance abuse, and chronic stress interact with prison environmental factors, worsening psychological functioning. The article also discusses the therapeutic potential of psychosocial interventions such as music therapy and emotional expression programs. Overall, the findings highlight the need for trauma-informed, multidisciplinary, and emotionally supportive rehabilitation models within correctional systems.

Key words: *trauma, prisoners, antisocial personality disorder, rehabilitation, emotional dysregulation, mental health, prison psychology, music therapy, substance abuse, correctional institutions*

Аннотация. *В исправительных учреждениях содержится непропорционально большое количество лиц с выраженными психологическими трудностями, травматическим жизненным опытом, расстройствами личности и эмоциональной дисрегуляцией. Современные психологические исследования всё чаще подчёркивают взаимосвязь между травматическими переживаниями, антисоциальным расстройством личности, стрессовыми факторами тюремной среды, злоупотреблением психоактивными веществами и недостатком эмоциональной поддержки в формировании психических нарушений у заключённых. В данной статье анализируются результаты современных эмпирических исследований, посвящённых влиянию травматического опыта, антисоциального расстройства личности (АРЛ), применения психотропных препаратов, эмоциональной адаптации и психосоциальной реабилитации среди лиц, находящихся в местах лишения свободы. Цель исследования заключается в выявлении основных психологических механизмов, способствующих эмоциональной нестабильности и дезадаптивному поведению в условиях исправительных учреждений, а также в оценке возможных стратегий реабилитации. Полученные данные свидетельствуют о том, что травматический опыт на протяжении всей жизни является значимым предиктором психических расстройств, агрессивного поведения, эмоциональной дисрегуляции и суицидальных проявлений среди заключённых. Кроме того, антисоциальное расстройство личности, злоупотребление психоактивными веществами и хронический стресс взаимодействуют с факторами тюремной среды, усугубляя психологическое состояние осуждённых. В статье также рассматривается терапевтический потенциал психосоциальных вмешательств, таких как музыкальная терапия и программы эмоционального самовыражения. В целом результаты исследования подчёркивают необходимость внедрения в пенитенциарную систему травмоориентированных, междисциплинарных и эмоционально поддерживающих моделей реабилитации.*

Ключевые слова: *травма, заключённые, антисоциальное расстройство личности, реабилитация, эмоциональная дисрегуляция, психическое здоровье, тюремная психология, музыкальная терапия, злоупотребление психоактивными веществами, исправительные учреждения.*

Introduction. Mental health disorders among prisoners represent a major international psychological and public health concern. Research consistently demonstrates that incarcerated individuals experience significantly higher rates of depression, anxiety, trauma-related disorders, personality disorders, substance abuse, and emotional dysregulation compared to the general population. Prison populations are psychologically complex because many incarcerated individuals have experienced chronic trauma, social deprivation, family instability, violence, and psychiatric

disorders long before imprisonment. In addition, the prison environment itself creates further emotional stress through social isolation, restricted autonomy, institutional control, and uncertainty about the future. Modern psychological theories increasingly view criminal behavior and emotional dysfunction through trauma-informed and biopsychosocial perspectives. These approaches emphasize the interaction between early traumatic experiences, maladaptive coping strategies, personality pathology, environmental stressors, and impaired emotional regulation.

One particularly important psychological issue in correctional settings concerns antisocial personality disorder (ASPD). Studies demonstrate that ASPD prevalence among prisoners is dramatically higher than in the general population and is strongly associated with impulsivity, aggression, criminal recidivism, emotional instability, and substance abuse. At the same time, contemporary rehabilitation research suggests that emotional support and psychosocial interventions may significantly improve prisoners' psychological functioning. Programs involving music therapy, emotional expression, and supportive group communication have shown promising outcomes in reducing stress and promoting emotional awareness. The purpose of the present article is to integrate recent psychological studies concerning trauma exposure, personality disorders, emotional dysregulation, and rehabilitation approaches among prisoners. By synthesizing these perspectives, the paper seeks to provide a comprehensive understanding of the psychological mechanisms underlying mental health problems in correctional institutions.

Trauma Exposure and Psychological Vulnerability

Traumatic experiences are extremely common among prison populations. A large systematic review and meta-analysis demonstrated that prisoners and ex-prisoners experience substantially higher rates of childhood trauma, interpersonal violence, sexual abuse, imprisonment trauma, and chronic stress compared to the general population. The life-course perspective explains that trauma occurring at different developmental stages has cumulative psychological effects. Childhood trauma, in particular, affects emotional development, interpersonal trust, self-regulation, and stress response systems. Individuals exposed to chronic abuse or neglect often develop maladaptive coping strategies, emotional instability, and heightened vulnerability to mental disorders later in life.

Research further demonstrates that trauma among prisoners is strongly associated with anxiety disorders, depression, post-traumatic stress disorder (PTSD), substance abuse, psychosis, self-harm, and suicidal ideation. Importantly, imprisonment itself may function as a traumatic experience. Exposure to violence, fear, intimidation, overcrowding, and emotional deprivation intensifies psychological distress. Many prisoners experience institutional trauma characterized by chronic hypervigilance, emotional suppression, distrust, and social withdrawal. Psychologically, trauma disrupts emotional regulation processes. Traumatized individuals frequently experience heightened impulsivity, irritability, emotional numbness, dissociation, and difficulties managing anger or fear. Without therapeutic support, these difficulties may contribute to aggression, self-destructive behavior, and chronic emotional instability.

Antisocial Personality Disorder and Criminal Behavior

Antisocial personality disorder represents one of the most prevalent psychiatric conditions in correctional institutions. A recent Ethiopian study found ASPD prevalence among prisoners to be approximately 27.5%, significantly higher than rates observed in the general population. ASPD is characterized by impulsivity, aggression, lack of empathy, irresponsibility, deceitfulness, disregard for social norms, and chronic violation of others' rights. Individuals with ASPD often struggle with emotional regulation, moral reasoning, and long-term behavioral planning.

Research identifies several factors associated with ASPD development among prisoners, including male gender, unemployment, family history of mental illness, trauma exposure, and repeated incarceration. Importantly, ASPD rarely occurs in isolation. Studies demonstrate extremely high rates of psychiatric comorbidity among individuals with ASPD, including depression, bipolar disorder, anxiety disorders, PTSD, and substance abuse disorders. Psychologically, many antisocial behaviors may be interpreted as maladaptive attempts to cope with emotional pain, insecurity, or unresolved trauma. Individuals with ASPD frequently demonstrate impaired attachment patterns, emotional detachment, and chronic distrust toward others. From a correctional psychology

perspective, purely punitive approaches are insufficient for this population. Effective rehabilitation requires interventions targeting emotional awareness, impulse control, empathy development, trauma processing, and interpersonal functioning.

Substance Abuse and Psychotropic Medication in Prisons

Substance abuse disorders are highly prevalent among incarcerated individuals and often coexist with other mental health problems. Research from Berlin prisons examining benzodiazepine and Z-drug prescriptions revealed significant psychiatric morbidity among prisoners, particularly among individuals with histories of alcohol abuse, homelessness, and emotional instability. Psychotropic medications such as benzodiazepines are commonly used to treat anxiety, insomnia, withdrawal symptoms, and emotional distress. However, prolonged use may increase dependency risk and create additional psychological complications. The prison environment creates unique challenges regarding psychotropic medication use. Prisoners may misuse medications as coping mechanisms or as forms of social currency within prison subcultures. Emotional distress, chronic stress exposure, and lack of psychological support increase the demand for pharmacological treatment.

Research further indicates gender differences in prison mental health. Female prisoners tend to demonstrate higher rates of psychiatric disorders and psychotropic medication use compared to male prisoners. Psychologically, excessive reliance on medication without emotional rehabilitation may fail to address the underlying causes of distress. Trauma, hopelessness, emotional isolation, and maladaptive coping strategies require comprehensive therapeutic approaches rather than exclusively pharmacological management.

Emotional Isolation and Communication Problems

One of the most psychologically damaging aspects of imprisonment is emotional isolation. Prisoners often suppress emotions due to fear, distrust, or social pressure. Chronic emotional suppression contributes to depression, anxiety, aggression, and emotional detachment. Research concerning repeated Prisoner's Dilemma interactions demonstrates that cooperation and trust depend strongly on communication quality and social perception. When individuals cannot accurately interpret others' intentions or emotional states, distrust and defensive behavior increase. Within prison settings, interpersonal distrust is often intensified by institutional culture, fear of manipulation, and survival-oriented behavior. Many prisoners develop hypervigilance and defensive communication styles, reducing opportunities for emotional openness and healthy social interaction.

Psychological theories suggest that social support and emotional connection are essential protective factors against emotional deterioration. Prisoners lacking meaningful interpersonal relationships are at greater risk of self-harm, aggression, hopelessness, and psychological decline. Consequently, rehabilitation programs promoting healthy communication, group interaction, empathy, and emotional expression may significantly improve emotional functioning in correctional populations.

Music Therapy and Psychosocial Rehabilitation

Recent correctional psychology research increasingly supports psychosocial interventions as effective rehabilitation tools. One particularly promising approach involves music therapy. A pilot program conducted in an Italian prison demonstrated that music therapy activities improved emotional expression, social interaction, self-awareness, and psychological well-being among prisoners with mental health problems. The intervention involved group improvisation, listening exercises, songwriting, and collaborative music creation. Participants reported emotional relief, improved self-expression, stronger social connection, and increased ability to communicate painful emotions. Psychologically, music therapy may facilitate emotional regulation through several mechanisms. Music provides nonverbal emotional expression, reduces emotional inhibition, strengthens interpersonal bonding, and activates reflective psychological processes.

Importantly, many prisoners struggle to verbally articulate emotional suffering due to trauma histories or emotional suppression. Creative therapies may therefore provide safer emotional outlets than traditional verbal psychotherapy alone. Studies further suggest that psychosocial interventions may improve self-esteem, reduce anxiety, decrease aggression, and support rehabilitation motivation.

These findings emphasize that effective correctional rehabilitation should include not only security measures and psychiatric treatment but also emotionally supportive and creative therapeutic opportunities.

Integrative Psychological Perspective

The reviewed studies collectively demonstrate that prisoner mental health problems emerge through interaction between trauma exposure, emotional dysregulation, personality pathology, social deprivation, and institutional stress. Several important psychological themes emerge.

First, trauma represents a central psychological mechanism underlying emotional disorders and maladaptive behavior among prisoners. Childhood adversity, interpersonal violence, and imprisonment trauma significantly affect emotional development and coping capacity.

Second, personality disorders such as ASPD interact with environmental stressors to intensify impulsivity, aggression, and emotional instability.

Third, emotional isolation and impaired communication worsen psychological suffering and reduce adaptive social functioning.

Fourth, psychotropic medication alone is insufficient to address complex emotional and interpersonal difficulties among prisoners.

Finally, psychosocial rehabilitation strategies-including music therapy, emotional support groups, and communication-based interventions-demonstrate significant potential for improving mental health outcomes. Modern correctional psychology therefore increasingly supports trauma-informed and multidisciplinary rehabilitation approaches integrating psychiatry, psychotherapy, emotional support, creative therapies, and social reintegration programs.

Conclusion. The present article analyzed contemporary psychological research concerning trauma exposure, antisocial personality disorder, substance abuse, emotional isolation, and psychosocial rehabilitation among prisoners. The findings demonstrate that prisoners represent a highly vulnerable psychological population affected by chronic trauma, emotional dysregulation, personality pathology, and institutional stress. Trauma across the lifespan significantly predicts mental disorders, aggression, self-harm, and maladaptive coping strategies. Antisocial personality disorder and substance abuse further complicate emotional functioning and behavioral adaptation within correctional settings. At the same time, emotional isolation and impaired communication intensify psychological suffering.

Importantly, recent research highlights the therapeutic value of psychosocial interventions such as music therapy, emotional expression programs, and supportive group activities in improving prisoners' mental health and emotional well-being. Overall, effective correctional rehabilitation requires trauma-informed, psychologically supportive, and multidisciplinary intervention models capable of addressing both emotional vulnerability and social adaptation among incarcerated individuals.

References.

1. Fentahun, S., Amare, A., Tadesse, G., et al. (2024). Antisocial personality disorder and determinants among prisoners in South Gondar zone correctional institutions, Northwest Ethiopia. International Journal of Law and Psychiatry, 97, 102018.

2. Schwarzer, N., Krebs, J., Konrad, N., et al. (2026). Prescription patterns of benzodiazepines and Z-drugs in Berlin prisons. International Journal of Law and Psychiatry, 105, 102189.

3. Ruebeck, C. S. (1999). Imitation dynamics in the repeated Prisoners' Dilemma: an exploratory example. Journal of Economic Behavior & Organization, 40, 81–104.

4. Pelizza, L., Urbani, B., Veneri, B., et al. (2026). A music therapy group intervention in an Italian prison: The subjective impact of a pilot program. The Arts in Psychotherapy, 98, 102434.

5. Liu, H., Li, T. W., Liang, L., & Hou, W. K. (2021). Trauma exposure and mental health of prisoners and ex-prisoners: A systematic review and meta-analysis. Clinical Psychology Review, 89, 102069.

Tursunov Alisher Rozikjonovich
University of Innovation Technologies
Filologiya kafedrasi katta o‘qituvchisi
alisher6737@gmail.com

MATNLARNING LINGVISTIK TARKIBLASHTIRILGAN TO‘PLAMLARIDAN FOYDALANISHDAGI QARASHLAR

Annotatsiya. *Ushbu maqolada lingvistik tarkiblashtirilgan to‘plamlardan foydalanish va farazlarni katta hajmli til ma’lumotlarini tekshirish imkoniyati paydo bo‘lishi bilan umuman tilga va xususan chet tillarini o‘qitishga bo‘lgan nuqtai nazarlarni ko‘rib chiqamiz.*

Kalit so‘zlar: *tarkiblashtirilgan to‘plam, leksik birlik, taqsimlanish, nutq, muvofiqlik, ibora, model, faraz, vaziyat.*

Аннотация. *В данной статье рассматриваются вопросы использования лингвистически структурированных текстов и изменения взглядов на язык в целом, а также на преподавание иностранных языков в частности, обусловленные появлением возможности проверки гипотез на основе анализа больших массивов языковых данных.*

Ключевые слова: *структурированный корпус, лексическая единица, распределение, речь, соответствие, фраза, модель, гипотеза, ситуация*

Abstract. *This article explores the use of linguistically structured texts and the shifts in perspectives on language in general, as well as on foreign language teaching in particular, resulting from the emergence of opportunities to test hypotheses through the analysis of large-scale linguistic data.*

Key words: *structured corpus, lexical unit, distribution, speech, line correspondence, phrase, model, hypothesis, situation.*

Lingvistik tarkiblashtirilgan to‘plamlaridan foydalanish va farazlarni katta hajmli til ma’lumotlarini tekshirish imkoniyati paydo bo‘lishi bilan umuman tilga va xususan chet tillarini o‘qitishga bo‘lgan nuqtai nazarning qanday o‘zgarganini ko‘rib chiqamiz.

Tadqiqotchilarning asosiy e’tibori mavhum-mantiqiy mulohazalarda emas, balki inson nutqi hodisalarini, so‘zlarning kontekstda mavjudligini tushunishga qaratilgan. Ustuvorlik nafaqat til qonuniyatlarni o‘rganishga, balki ularni amalda sinab ko‘rishga ham berildi. So‘zlarning qo‘shilishi kollogatsiya va kolligatsiya dialektik birligi asosida o‘rganila boshlandi, chunki faqat grammatik yoki kolligatsion to‘g‘rilikka amal qilgan holda nutqni to‘g‘ri qurib bo‘lmaydi. So‘zning ishlatilishi to‘g‘risidagi so‘zlovchining tasavvuri “ushbu so‘z bilan ma’lum miqdordagi so‘z birikmalarining haqiqiy ishlatilishi”da anglanadi. Til jamoasi nuqtai nazaridan, bu so‘z birikmalari til me’yorining barcha mezonlariga javob beradi (shu jumladan, sotsiolingvistik jihat), ya’ni ularning til maqomi tan olinadi.

Til haqidagi o‘zgargan qarashlarning natijalaridan biri o‘qitishga leksik yondashuvning paydo bo‘lishi bo‘lib, u leksik xatolarni grammatik xatolar kabi muhim deb biladi. Shu munosabat bilan, o‘qitishda so‘z birikmalari, kollokatsiyalarni o‘rganishga tomon keskin siljish va grammatik tuzilmani so‘zlar nutqdagi funksiyasini hisobga olmagan holda qo‘yiilishi kerak bo‘lgan formula sifatida o‘rganishdan chetga chiqish taklif qilinmoqda. Bu o‘zgarishning asosi bo‘lib amaliy lingvistika sohasidagi va, ayniqsa, lingvistik tarkiblashtirilgan to‘plamlaridan foydalanish leksikografiyasi sohasidagi tadqiqotlar xizmat qiladi. Nutqning leksik jihatining ahamiyati va roli oshdi, tilni o‘rganish va o‘qitishga hamda nutq yaratish xarakterini tavsiflashga leksik yo‘naltirilgan yondashuvlar paydo bo‘ldi: “...ko‘plab sintaktik hodisalar leksikon ishlashining umumiy qonuniyatlarining proeksiyasi sifatida qarala boshladi” (Gvishiani 2010: 263-b). Aslida, leksik birliklardan foydalanishni o‘rgatishda biz vektorni o‘zgartirishni taklif qilamiz: qoidalarga muvofiq so‘zdan jumlaga emas, balki nutq jamoasida shakllangan tilning butun bir “bo‘lagi”dan (chank), uni grammatik qoidalarga muvofiq nutq niyatiga moslashtirish yoki yangi chanklarni kiritish va ularni grammatik qoidalar yordamida “yopishtirish” orqali talaffuzni kengaytirish yo‘nalishi bo‘yicha

o‘zgartirish. Bunday nutq yaratish grammatik ko‘nikmalarning yuqori darajadagi avtomatlashtirishi va moslashuvchanligini hamda grammatikani e’tiborsiz qoldirish o‘rniga uni virtuoz egallashni nazarda tutadi. Bunday tilni egallash, shuningdek, kolligatsiya va kollokatsiyaning dialektik birligini, ya’ni nutqda leksik birliklarning ishlashi haqidagi empirik ma’lumotlar bilan muvofiqlikni amalga oshiradi. Shuningdek, leksik va grammatik ko‘nikmalarning uyg‘unligi va ajralmasligi hamda so‘zlarni kontekstda kiritish haqidagi qarashlarini ham ta’kidlash kerak, bu leksik yondashuvda o‘z aksini topdi (Shatilov 1986).

Ba’zan aniq dixotomiyalar tushunishni osonlashtiradi, biroq mulohazalarni siyraklashtiradi. Shu asosda ba’zi hodisalarni oraliq variantlarga ruxsat beradigan shkala yoki spektr atamalarida ko‘rib chiqish zarurati ta’kidlanadi. Ba’zi konsepsiyalar yanada murakkabroq bo‘lishi va ko‘p o‘lchamli modelni talab qilish mumkin. Bir qator dixotomiyalarda esa (masalan, yozma yoki og‘zaki nutq) diqqat markazi: yozma nutqdan og‘zaki nutqqa, gapirishda eshittirishga, mahsulotdan jarayonga, qisqa muddatli maqsadlardan uzoq muddatli maqsadlarga, javoblardan savollarga, tushuntirishdan izlanishlarga, fikrning grammatik to‘g‘riligidan muloqotga, bilimlardan ko‘nikmalarga, strukturadan leksikaga, gapdan matnga, tilning atomistik manzarasidan yaxlit manzaraga, rejalashtirilgan aniqlikdan mavhumlikka, o‘qituvchiga yo‘naltirilganlikdan talabaga yo‘naltirilganlikka, retseptlardan nazariyaga siljishi kerak.

Nutq ravonligi qayd etilgan va yarim qayd etilgan, qabul qliinadigan va tayyor shaklda takrorlanadigan birliklar katta sonining o‘zlashtirilishi orqali erishilib, ular talaba tilida yangilik va kreativlik uchun poydevor bo‘lib xizmat qiladi (Lewis, Hill 2002; Lewis 2008). Grammatik bilimlar va ko‘nikmalar o‘rganilgan va shu tarzda ajratib olingan LB (leksik birliklar)ni talabalar so‘z lug‘atida ijodiy kombinatsiyalash imkonini beradi. Ta’kidlash lozimki, leksikaga bunday yondashuvning natijasida leksik minimumlar, ya’ni so‘zlovchining ingliz tilida muloqotda adekvat tushunilishi uchun zarur va etarli bo‘lgan turli xil LB miqdori sezilarli oshdi.

Mahalliy metodika atamalarida aytish mumkinki, leksikani o‘rganish birliklarini bunday tushunishni hisobga olgan holda leksik ko‘nikmalarni shakllantirish nutqni ishlab chiqarishda ijodiy ko‘nikmalarning tez rivojlanishiga yordam beradi. Biroq, tilda oldindan tuzilgan elementlarning ahamiyatiga qaramay, nutq pretsedent tarixga qisqartirilmaydi, o‘tmishdagi qo‘llanilishlar bilan cheklanib qolmaydi. Nutqni ishlab chiqarish uchun generativ, kreativ salohiyat zarur, u ilgari aytilmagan narsalarni ifodalashga imkon berishini inkor etib bo‘lmaydi, bu esa grammatikaga yo‘naltirilgan an’anaviy yondashuvlarda ta’kidlanadi. YAngi g‘oyalar, hazil, noodatiy vaziyatlar va yangi tajribalar har doim ham jamoa yoki shaxs tomonidan o‘zlashtirilgan va amalda qo‘llaniladigan iboralar bilan tasvirlanmaydi. SHunday qilib, leksik yondashuv doirasida grammatikaning roli qaytib ko‘rib iqilishiga qaramay, uning qiymati bunda kamaymaydi va nutqni ishlab chiqarishda grammatikaning unikal roli ta’kidlanadi (Lewis 2008). Ushbu yondashuvning muhim nazariy va metodologik tamoyillariga muallifning til leksiklashtirilgan grammatika emas, balki grammatiklashtirilgan leksika ekanligi haqidagi fikr kiradi (Lewis 1999). Grammatik ko‘nikmalar kam uchraydigan vaziyatlarni tasvirlash uchun yangi leksik birikmalar yaratishga yordam beradi, so‘z lug‘ati esa standart va yuqori ehtimollikdagi hodisalarni tasvirlash uchun tayyor leksik birikmalarni o‘z ichiga oladi. Bunda grammatik tuzilmalar qo‘llanilish chastotasi oshgani sayin leksiklashtiriladi va chanklarga aylanadi. To‘liq leksiklashtirilgan birikmalarni, masalan, “She doesn’t see the point” ni tuzilma nuqtai nazardan o‘rganish va ularni yig‘ishga kuch sarflashning ma’nosi yo‘qligi ta’kidlanadi, balki buning o‘rniga, ularni tayyor shaklda o‘zlashtirishga harakat qilish kerak, bu esa o‘rganuvchini keraksiz operatsiyalardan xalos qiladi va shu bilan xatolar sonini kamaytiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Gvishiani N.B. Praktikum po korpusnoy lingvistike: Ucheb. posobie po angliyskomu yaziku. - M.: Visshaya shkola, 2008.

2. Lewis M. Implementing the lexical approach: Putting theory into practice. - Heinlecengage, 2008. - 223 p.

2. Stubbs M. Corpus evidence for norms of lexical collocation // Cook G., Seidlhofer B. (eds.) Principle and Practice in Applied Linquistics: Studies in

Honour of H.G. Widdowson. - Oxford: Oxford University. Press, 1995.
3. Hunston S., Laviosa S. Corpus Linguistics. Birmingham: Centre for English Language Studies. The University of Birmingham, 2000.
4. McEnery T., Wilson A. Corpus Linguistics. - Edinburgh: Edinburgh University. Press, 1999.
5. Oakes M. Statistics for Corpus Linguistics. - Edinburgh: Edinburgh University. Press, 1998.
6. Tolstova T.V. Korpusnaya lingvistika v obuchenii angliyskomu yaziku delovogo obsheniya // Voprosi prikladnoy lingvistiki: 2009.
7. Conrad S., Biber D. Real Grammar: A Corpus-Based Approach to English. - Pearson: Longman, 2009.

Dehqonboyev Shohjahon Oybek o‘g‘li
Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi

JAMIYAT XAVFSIZLIGINI TA’MINLASHDA VOYAGA YETMAGANLAR JINOYATCHILIGINI SUD-PSIXOLOGIK BAHOLASHNING AHAMIYATI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada voyaga yetmaganlar tomonidan sodir etilgan jinoyatlarda sud-psixologik ekspertizaning o‘rni va ahamiyati yoritiladi. Voyaga yetmagan shaxslarning psixologik rivojlanish xususiyatlari, emotsional beqarorlik, ijtimoiy muhit ta’siri hamda impulsiv xulq-atvor jinoyat sodir etish jarayoniga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Sud-psixologik ekspertiza orqali shaxsning ruhiy holati, aqliy rivojlanish darajasi va javobgarlikni anglash qobiliyati baholanadi. Shuningdek, ekspertiza natijalari sud qarorlarini adolatli qabul qilishda muhim ahamiyat kasb etadi. Maqolada voyaga yetmagan jinoyatchilarning psixologik portretini aniqlash, ularning motivatsiyasi va xulq-atvor mexanizmlarini tahlil qilish masalalari ham ko‘rib chiqiladi. Sud-psixologik ekspertiza nafaqat huquqiy jarayonni to‘g‘ri tashkil etishga, balki voyaga yetmaganlarni ijtimoiy reabilitatsiya qilishga ham xizmat qiladi.*

Kalit so‘zlar: *voyaga yetmaganlar, sud-psixologik ekspertiza, jinoyat, psixologik holat, emotsional beqarorlik, javobgarlik, ijtimoiy muhit.*

Аннотация. *В данной статье рассматривается роль и значение судебно-психологической экспертизы в преступлениях, совершённых несовершеннолетними. Психологические особенности подростков, эмоциональная нестабильность, влияние социальной среды и импульсивное поведение существенно влияют на совершение противоправных действий. Судебно-психологическая экспертиза позволяет оценить психическое состояние, уровень интеллектуального развития и способность осознавать ответственность. Результаты экспертизы играют важную роль в обеспечении справедливого судебного решения. Также анализируются психологический портрет несовершеннолетних преступников, их мотивация и поведенческие механизмы. Экспертиза способствует не только правосудию, но и социальной реабилитации подростков.*

Ключевые слова: *несовершеннолетние, судебно-психологическая экспертиза, преступление, психическое состояние, эмоциональная нестабильность, ответственность, социальная среда.*

Abstract. *This article examines the role and significance of forensic psychological assessment in crimes committed by minors. Psychological characteristics of adolescents, emotional instability, social environment influence, and impulsive behavior significantly affect criminal actions. Forensic psychological evaluation helps to assess the individual’s mental state, cognitive development level, and ability to understand responsibility. The results of such expertise are essential for ensuring fair judicial decisions. The article also analyzes the psychological profile of juvenile offenders, their motivation, and behavioral mechanisms. Forensic psychological expertise contributes not only to legal proceedings but also to the social rehabilitation of minors.*

Key words: *minors, forensic psychological assessment, crime, psychological state, emotional instability, responsibility, social environment.*

Kirish. So‘nggi yillarda jamiyatda voyaga yetmaganlar tomonidan sodir etilayotgan huquqbuzarliklar va jinoyatlar muammosi nafaqat huquqni muhofaza qilish organlari, balki psixologiya, pedagogika va ijtimoiy fanlar oldida ham dolzarb ilmiy-amaliy vazifalarni qo‘ymoqda. Statistik ma’lumotlarga ko‘ra, dunyo miqyosida jinoyatlarning ma’lum bir qismi o‘smirlik davriga to‘g‘ri keladi. Bu holat voyaga yetmagan shaxslarning psixologik rivojlanish bosqichlari, ijtimoiy muhitga moslashuvi va shaxsiy identifikatsiya jarayonining hali to‘liq shakllanmaganligi bilan izohlanadi. Ayniqsa, o‘smirlik davrida impulsivlikning yuqoriligi, emotsional beqarorlik, tashqi ta’sirlarga beriluvchanlik hamda guruh bosimiga moyillik kabi omillar jinoyat sodir etish xavfini oshiradi.

Voyaga yetmaganlar jinoyatlarining o‘ziga xos jihati shundaki, bu toifadagi shaxslar ko‘pincha o‘z harakatlarining huquqiy va ijtimoiy oqibatlarini to‘liq anglab yetmaydilar. Psixologik rivojlanish nuqtayi nazaridan qaraganda, frontal miya po‘stlog‘ining (prefrontal cortex) to‘liq yetilmaganligi qaror qabul qilish, risklarni baholash va impulslarni nazorat qilish jarayonlariga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli ham voyaga yetmagan shaxslar ko‘pincha hissiyotlarga asoslangan, spontan va o‘ylanmagan harakatlar sodir etishlari mumkin.

Shu nuqtayi nazardan sud-psixologik ekspertiza jinoyat ishlarini ko‘rib chiqishda muhim ilmiy-amaliy vosita sifatida maydonga chiqadi. Sud-psixologik ekspertiza — bu shaxsning psixologik holati, kognitiv imkoniyatlari, emotsional barqarorligi va xulq-atvor mexanizmlarini maxsus psixologik metodlar asosida o‘rganish jarayonidir. Mazkur ekspertiza jinoyat sodir etgan shaxsning aqliy rivojlanish darajasi, affektiv holati, stressga reaksiyasi hamda ijtimoiy moslashuv darajasini aniqlashga yordam beradi.

Huquqiy tizimda sud-psixologik ekspertizaning asosiy vazifalaridan biri — voyaga yetmagan shaxsning o‘z harakatlarini ongli ravishda boshqara olishi yoki yo‘qligini aniqlashdir. Bu esa bevosita jinoiy javobgarlik masalasiga ta’sir ko‘rsatadi. Chunki xalqaro huquqiy normalar va milliy qonunchilikka ko‘ra, voyaga yetmagan shaxslarning javobgarligi ularning psixologik va intellektual rivojlanish darajasi inobatga olingan holda belgilanadi.

O‘zbekiston Respublikasining jinoyat va jinoyat-protsessual qonunchiligida ham voyaga yetmaganlar bilan bog‘liq ishlarni ko‘rib chiqishda insonparvarlik tamoyili, shaxsning ruhiy holatini hisobga olish va individual yondashuv muhim o‘rin tutadi. Shu jarayonda sud-psixologik ekspertiza sud qarorlarining adolatli va asosli bo‘lishini ta’minlovchi muhim mexanizm sifatida xizmat qiladi.

Bundan tashqari, zamonaviy psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, voyaga yetmaganlar jinoyatlarining kelib chiqishida oilaviy muhit, tarbiya uslubi, ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlar, tengdoshlar ta’siri hamda media va raqamli muhitning roli juda katta. Ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlarda agressiv kontent, zo‘ravonlik sahnalari yoki salbiy modeldagi xulq-atvor namunalarining ko‘payishi o‘smir psixikasiga bevosita yoki bilvosita ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Sud-psixologik ekspertiza aynan shu murakkab psixologik omillarni tizimli ravishda tahlil qilish imkonini beradi. Ekspertiza jarayonida intervyu, psixodiagnostik testlar, kuzatish va hujjatlarni tahlil qilish kabi ilmiy metodlardan foydalaniladi. Bu esa o‘smirning shaxsiy xususiyatlari, motivatsion sohasi va xulq-atvorining ichki mexanizmlarini chuqurroq tushunishga yordam beradi.

Shuningdek, sud-psixologik ekspertizaning ahamiyati faqatgina jinoyatni huquqiy baholash bilan cheklanmaydi. U voyaga yetmagan shaxslarni keyingi reabilitatsiya qilish, ularni jamiyatga qayta moslashtirish va takroriy huquqbuzarliklarning oldini olishda ham muhim rol o‘ynaydi. Psixologik xulosalar asosida ishlab chiqilgan tavsiyalar tarbiyaviy va profilaktik chora-tadbirlarni belgilashda asos bo‘lib xizmat qiladi.

Xulosa qilib aytganda, voyaga yetmaganlar jinoyatlarida sud-psixologik ekspertiza shaxsning ichki psixologik holatini ilmiy asosda o‘rganish, jinoyatning subyektiv tomonini aniqlash hamda adolatli sud qarorini ta’minlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu yo‘nalishning rivojlanishi nafaqat huquqiy tizimni takomillashtiradi, balki yoshlar bilan ishlashning psixologik-pedagogik samaradorligini ham oshiradi.

Adabiyotlar tahlil. Voyaga yetmaganlar jinoyatchiligi va ularning xulq-atvorini psixologik jihatdan o‘rganish masalasi psixologiya, kriminologiya va sud-psixologik ekspertiza sohalarida uzoq yillardan beri ilmiy tadqiqotlarning markazida bo‘lib kelmoqda. Mazkur yo‘nalishda olib borilgan nazariy va amaliy izlanishlar shuni ko‘rsatadiki, voyaga yetmagan shaxslarning jinoyatga moyilligi birgina huquqiy yoki ijtimoiy omillar bilan emas, balki murakkab psixologik, biologik va muhitga oid determinantlar bilan belgilanadi. Shu sababli turli mamlakat olimlari ushbu muammoni kompleks yondashuv asosida tahlil qilganlar.

Rus psixologiya maktabida voyaga yetmaganlar xulq-atvori va deviant xulq shakllanishi masalalari keng o‘rganilgan. L.S. Vigotskiy shaxs rivojlanishini ijtimoiy muhit bilan uzviy bog‘liq jarayon sifatida izohlab, o‘smir psixikasining shakllanishida ijtimoiy interaksiya hal qiluvchi rol o‘ynashini ta’kidlaydi. Uning “yaqin rivojlanish zonasi” konsepsiyasi voyaga yetmaganlarning xulq-atvorini tushunishda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi. A.R. Luriya esa miya faoliyati va xulq-atvor o‘rtasidagi bog‘liqlikni o‘rganib, frontal miya hududlarining yetarli darajada rivojlanmaganligi impulsiv qarorlar va nazorat qilinmagan xatti-harakatlarga olib kelishini ilmiy asoslab bergan.

S.L. Rubinshteyn va A.N. Leontyevning faoliyat nazariyasiga ko‘ra, shaxs xulq-atvori faoliyat jarayonida shakllanadi va ijtimoiy tajriba orqali rivojlanadi. Bu yondashuv voyaga yetmaganlar jinoyatchiligini tushuntirishda muhim ahamiyatga ega bo‘lib, ularning noto‘g‘ri ijtimoiylashuvi deviant xulq shakllanishiga olib kelishini ko‘rsatadi. Shuningdek, D.B. Elkonin o‘smirlik davrini shaxs rivojlanishidagi eng murakkab bosqichlardan biri sifatida ta’riflab, bu davrda emotsional beqarorlik va mustaqillikka intilish kuchayishini ta’kidlaydi.

Sud-psixologik ekspertiza nazariyasi va amaliyoti bo‘yicha rus olimlari, xususan, V.V. Romanov va M.M. Kochenov ishlari alohida ahamiyatga ega. Ular sud-psixologik ekspertizaning metodologik asoslarini ishlab chiqib, shaxsning psixik holatini baholashda kompleks yondashuv zarurligini asoslab berganlar. Romanovning fikricha, jinoyat sodir etgan shaxsning psixologik portretini aniqlash sud qarorlarining adolatli bo‘lishida muhim omil hisoblanadi. Kochenov esa ekspertiza jarayonida psixodiagnostik usullarni qo‘llash orqali shaxsning motivatsion va emotsional sohasini chuqur tahlil qilish mumkinligini ko‘rsatgan.

G‘arb olimlari orasida J. Piaget va E. Eriksonning nazariyalari voyaga yetmaganlar psixologiyasini tushunishda muhim o‘rin tutadi. Piaget kognitiv rivojlanish bosqichlari nazariyasida o‘smirlik davrida abstrakt fikrlash shakllanishini, lekin to‘liq yetuk mantiqiy qaror qabul qilish hali rivojlanayotgan bosqichda bo‘lishini ta’kidlaydi. Erikson esa identiklik va rol inqirozi nazariyasida o‘smirlik davrini “identitetga qarshi rol chalkashligi” bosqichi sifatida izohlab, bu davrda shaxs o‘zligini izlash jarayonida ijtimoiy bosimlarga moyil bo‘lishini ko‘rsatadi.

A. Bandura tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy o‘rganish nazariyasi ham ushbu mavzuga bevosita aloqador bo‘lib, u xulq-atvor model orqali o‘rganilishini isbotlaydi. Banduraning tajovuzkorlik bo‘yicha olib borgan tadqiqotlari (Bobo doll eksperimenti) bolalar agressiv xulqni kuzatish orqali o‘zlashtirishini ko‘rsatadi. Bu esa zamonaviy ijtimoiy media muhitida voyaga yetmaganlarning salbiy xulq modellarini tez o‘zlashtirishi mumkinligini ilmiy jihatdan asoslaydi.

Zamonaviy kriminal psixologiyada D. Farrington, R. Loeber va M. Rutter kabi olimlar voyaga yetmaganlar jinoyatchiligini rivojlanish jarayoni sifatida ko‘rib chiqadilar. Ularning longityud tadqiqotlari shuni ko‘rsatadiki, erta bolalikdagi salbiy tajribalar, oilaviy disfunktsiya va ijtimoiy nazoratning yetishmasligi keyingi deviant xulq uchun asosiy risk omillaridan biridir. Rutter ayniqsa “risk faktorlar yig‘indisi” konsepsiyasini ilgari surib, bir nechta salbiy omillar birgalikda ta’sir qilganda jinoyatchilik ehtimoli keskin oshishini ta’kidlaydi.

Sud-psixologik ekspertiza doirasida ushbu nazariy yondashuvlar integratsiya qilinib, shaxsning psixologik holati, kognitiv rivojlanishi, emotsional barqarorligi va ijtimoiy moslashuv darajasi kompleks tarzda baholanadi. Shu bilan birga, zamonaviy tadqiqotlar raqamli muhit, kiberijtimoiylashuv va media ta’sirining voyaga yetmaganlar xulqiga kuchli ta’sir ko‘rsatayotganini ham qayd etadi. Bu esa sud-psixologik ekspertiza metodologiyasini doimiy ravishda yangilab borish zarurligini ko‘rsatadi.

Xulosa qilib aytganda, rus va g‘arb olimlarining ilmiy qarashlari voyaga yetmaganlar jinoyatchiligini tushunishda biologik, psixologik va ijtimoiy omillarni bir butun tizim sifatida ko‘rib

chiqish zarurligini tasdiqlaydi. Sud-psixologik ekspertiza esa ushbu kompleks yondashuvni amaliyotga tatbiq etuvchi muhim ilmiy-amaliy vosita sifatida namoyon bo‘ladi.

Xulosa. Voyaga yetmaganlar tomonidan sodir etiladigan jinoyatlar masalasi bugungi kunda nafaqat huquqiy tizim, balki psixologik va ijtimoiy fanlar kesimida ham eng dolzarb muammolardan biri bo‘lib qolmoqda. Ushbu toifa jinoyatchiligining o‘ziga xosligi shundaki, u ko‘pincha shaxsning hali to‘liq shakllanmagan psixologik tuzilmasi, emotsional beqarorlik, ijtimoiy tajribaning yetishmasligi hamda tashqi muhit ta’siriga kuchli moyillik bilan bog‘liq bo‘ladi. Shu sababli voyaga yetmagan shaxslarning jinoyatga qo‘l urish jarayonini faqat huquqiy nuqtayi nazardan emas, balki chuqur psixologik tahlil asosida o‘rganish zarurati yuzaga keladi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlik davrida shaxsning kognitiv va emotsional rivojlanishi hali barqaror bosqichga yetmagan bo‘lib, bu holat ularning qaror qabul qilish jarayoniga, xavf va oqibatlarni to‘g‘ri baholashiga hamda ijtimoiy me’yorlarni anglashiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, impulsivlik, guruh bosimiga beriluvchanlik va hissiy reaktivlik kabi psixologik xususiyatlar jinoyat sodir etish ehtimolini oshiruvchi muhim omillar sifatida namoyon bo‘ladi. Shu jihatdan qaraganda, voyaga yetmagan jinoyatchilikni tushunish va unga baho berishda individual psixologik yondashuv muhim o‘rin tutadi.

Sud-psixologik ekspertiza ushbu jarayonda markaziy ahamiyat kasb etadi. U nafaqat jinoyat sodir etgan shaxsning ruhiy holatini aniqlash, balki uning aqliy rivojlanish darajasi, ongli ravishda javobgarlikni anglash qobiliyati hamda emotsional holatining jinoyat sodir etishdagi rolini baholash imkonini beradi. Bu esa sud organlariga qaror qabul qilishda ilmiy asoslangan, obyektiv va adolatli yondashuvni ta’minlaydi. Ayniqsa, voyaga yetmaganlar bilan bog‘liq ishlarda ekspertiza natijalari jazoni belgilashdan ko‘ra ko‘proq tarbiyaviy va reabilitatsion choralarni tanlashga xizmat qiladi.

Shuningdek, zamonaviy ilmiy qarashlar voyaga yetmaganlar jinoyatchiligining kelib chiqishida faqat individual psixologik omillar emas, balki oilaviy muhit, ijtimoiy sharoit, tengdoshlar ta’siri hamda raqamli muhitning ham muhim rol o‘ynashini tasdiqlaydi. Ayniqsa, internet va ijtimoiy tarmoqlarda mavjud bo‘lgan agressiv kontent, noto‘g‘ri xulq-atvor modellari ham o‘smirlar ongiga sezilarli ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu sababli sud-psixologik ekspertiza bugungi kunda yanada kengroq va kompleks yondashuvni talab etadi.

Xulosa qilib aytganda, sud-psixologik ekspertiza voyaga yetmaganlar jinoyatchiligini faqat tahlil qiluvchi emas, balki uni kamaytirishga xizmat qiluvchi muhim ilmiy-amaliy vosita hisoblanadi. Shu bois ushbu yo‘nalishni yanada rivojlantirish, zamonaviy psixodiagnostik metodlarni joriy etish va interdisipliner yondashuvni kuchaytirish bugungi kunning dolzarb vazifalaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati .

1. Андреева Г. М. Социальная психология. – М.: Аспект Пресс, 2018. – 376 с.
2. Романов В. В. Юридическая психология. – М.: Юрайт, 2020. – 512 с.
3. Коченов М. М. Судебно-психологическая экспертиза. – М.: МГУ, 2019. – 288 с.
4. Лурия А. Р. Основы нейропсихологии. – СПб.: Питер, 2017. – 384 с.
5. Выготский Л. С. Психология развития человека. – М.: Эксмо, 2016. – 420 с.
6. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Смысл, 2019. – 448 с.

G‘aforov Shavkat Usmonovich,
Buxoro davlat universieti mustaqil tadqiqotchisi

SHAXS SALOMATLIGINI SAQLASHDA TIBBIY MADANIYAT VA UNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARI

Annotatsiya. *Ushbu mavzuda shaxs salomatligini saqlashda tibbiy madaniyatning o‘rni va uning shakllanishiga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar tahlil qilinadi. Sog‘lom turmush tarzi, tibbiy bilim va ijtimoiy muhitning inson xulq-atvoriga ta’siri yoritiladi.*

Kalit so‘zlar: *tibbiy madaniyat, salomatlik, ijtimoiy-psixologik omillar, sog‘lom turmush tarzi, profilaktika*

Аннотация. *В данной теме рассматривается роль медицинской культуры в сохранении здоровья личности и социально-психологические факторы, влияющие на её формирование. Анализируется влияние здорового образа жизни и социальной среды на поведение человека.*

Ключевые слова: *медицинская культура, здоровье, социально-психологические факторы, здоровый образ жизни, профилактика*

Annotation. *This topic explores the role of medical culture in maintaining personal health and the socio-psychological factors influencing its formation. It highlights the impact of a healthy lifestyle and social environment on human behavior.*

Key words: *medical culture, health, socio-psychological factors, healthy lifestyle, prevention*

Kirish. Bugungi globallashuv jarayonida inson salomatligini saqlash va uni mustahkamlash eng muhim ijtimoiy muammolardan biri hisoblanadi. Shaxs salomatligi nafaqat biologik omillar, balki uning ijtimoiy muhiti, psixologik holati hamda tibbiy madaniyat darajasi bilan chambarchas bog‘liqdir. Tibbiy madaniyat insonning sog‘liqni asrashga bo‘lgan munosabati, kasalliklarning oldini olishga oid bilim va ko‘nikmalarini o‘z ichiga oladi.

Shaxsning sog‘lom hayot tarzini shakllantirishida ijtimoiy-psixologik omillar, ya’ni oila, ta’lim muassasasi, jamiyatdagi qadriyatlar va axborot muhitining ta’siri katta ahamiyatga ega. Ayniqsa, tibbiy madaniyatning rivojlanishi insonlarda profilaktik xulq-atvorni shakllantirib, sog‘liqni mustahkamlashga xizmat qiladi.

Shu bois, mazkur mavzuda shaxs salomatligini saqlashda tibbiy madaniyatning o‘rni hamda uning shakllanishiga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillarni o‘rganish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi kunda aholi salomatligini saqlash va kasalliklarning oldini olish dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Shaxsda tibbiy madaniyatni shakllantirish va uni ijtimoiy-psixologik omillar orqali rivojlantirish sog‘lom jamiyat barpo etishda muhim ahamiyatga ega. Shu sababli ushbu mavzu zamonaviy tibbiyot va psixologiya nuqtayi nazaridan dolzarb hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Shaxs salomatligini saqlashda tibbiy madaniyat va uning ijtimoiy-psixologik omillari masalasi tibbiyot, psixologiya va sotsiologiya fanlari kesimida keng o‘rganilgan. Mahalliy va xorijiy tadqiqotchilar sog‘liqni saqlash faqat biologik jarayon emas, balki shaxsning bilim darajasi, qadriyatlari va ijtimoiy muhit bilan bevosita bog‘liq ekanligini ta’kidlaydilar.

Tibbiy madaniyat tushunchasi ilmiy adabiyotlarda insonning sog‘liq haqidagi bilimlari, gigiyenik ko‘nikmalari, kasalliklarning oldini olishga bo‘lgan munosabati hamda sog‘lom turmush tarziga rioya qilish darajasi sifatida talqin qilinadi. Bu borada J. G. Bloom, A. Bandura kabi olimlarning ishlari muhim ahamiyatga ega bo‘lib, ular xulq-atvorning shakllanishida ijtimoiy o‘rganish va motivatsiyaning rolini asoslab berganlar.

Psixologik yondashuvlarda esa shaxsning sog‘liq haqidagi tasavvurlari, stressga chidamlilik darajasi, o‘zini boshqarish va ijobiy odatlarning shakllanishi tibbiy madaniyatning muhim tarkibiy qismi sifatida ko‘riladi. Sotsiologik tadqiqotlarda esa oilaviy muhit, ta’lim tizimi, ommaviy axborot vositalari va jamiyatdagi ijtimoiy me’yorlarning shaxs salomatligiga ta’siri alohida o‘rganilgan.

Shuningdek, zamonaviy ilmiy manbalarda profilaktik tibbiyotning rivojlanishi, sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish va aholining tibbiy savodxonligini oshirish masalalari dolzarb yo‘nalish sifatida ko‘rsatiladi. Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, tibbiy madaniyatni shakllantirish kompleks yondashuvni talab qiladi va bu jarayonda psixologik, pedagogik hamda ijtimoiy omillar uyg‘unligi muhim o‘rin tutadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Ushbu tadqiqotda shaxs salomatligini saqlashda tibbiy madaniyat va uning ijtimoiy-psixologik omillarini o‘rganishda kompleks ilmiy yondashuv qo‘llanildi. Tadqiqotning nazariy asosini tibbiyot, umumiy psixologiya, ijtimoiy psixologiya hamda sog‘liqni saqlash sohasidagi ilmiy konsepsiyalar tashkil etdi.

Metodologik jihatdan tizimli yondashuv, shaxs-faoliyat yondashuvi hamda ijtimoiy muhit va individ o‘zaro ta’sirini o‘rganishga qaratilgan yondashuvlardan foydalanildi. Bu yondashuvlar shaxsning tibbiy madaniyatini shakllantirish jarayonini yaxlit tizim sifatida tahlil qilish imkonini berdi.

Tadqiqotda quyidagi ilmiy metodlar qo‘llanildi: adabiyotlarni tahlil qilish, ilmiy manbalarni umumlashtirish, qiyosiy tahlil, kontent-tahlil hamda induksiya va deduksiya usullari. Ushbu metodlar orqali tibbiy madaniyat tushunchasining nazariy asoslari va uning rivojlanish bosqichlari o‘rganildi.

Amaliy bosqichda esa so‘rovnoma, intervyu va kuzatuv metodlaridan foydalanildi. So‘rovnoma orqali respondentlarning sog‘liq haqidagi bilim darajasi, gigiyenik ko‘nikmalari va sog‘lom turmush tarziga munosabati aniqlandi. Intervyu metodi esa tibbiy xulq-atvorning shakllanishiga ta’sir etuvchi motivatsion va psixologik omillarni chuqurroq tahlil qilish imkonini berdi. Kuzatuv metodi esa real ijtimoiy muhitda (oila, ta’lim muassasasi va jamiyat) tibbiy madaniyatning amaliy ifodasini o‘rganishga yordam berdi.

Tadqiqot jarayonida olingan ma’lumotlar sifat va miqdoriy tahlil asosida qayta ishlanib, statistik umumlashtirish usuli yordamida tizimlashtirildi. Natijalar asosida shaxs salomatligini saqlashda ijtimoiy-psixologik omillarning (oila muhiti, ta’lim, ijtimoiy qadriyatlar, ommaviy axborot vositalari) muhim ta’sir ko‘rsatishi aniqlandi.

Shuningdek, tadqiqotda profilaktik yondashuvning ahamiyati, sog‘lom turmush tarzini shakllantirishda motivatsiyaning roli hamda tibbiy savodxonlik darajasini oshirish zarurati alohida qayd etildi.

Muhokama. Tadqiqot natijalarini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, shaxs salomatligini saqlashda tibbiy madaniyat muhim ijtimoiy-psixologik omil sifatida namoyon bo‘ladi. Tibbiy madaniyatning shakllanishi faqat bilim darajasiga emas, balki shaxsning qadriyatlari, motivatsiyasi va ijtimoiy muhitiga ham bevosita bog‘liqdir.

Muhokama jarayonida aniqlanishicha, shaxsning sog‘liqka bo‘lgan munosabati ko‘pincha oilaviy tarbiya va erta yoshdagi ijtimoiy tajriba asosida shakllanadi. Oila sog‘lom turmush tarziga oid dastlabki ko‘nikmalarni beruvchi asosiy institut sifatida muhim rol o‘ynaydi.

Shuningdek, ta’lim muassasalari va ommaviy axborot vositalari tibbiy madaniyatni rivojlantirishda muhim ta’sir kuchiga ega ekanligi kuzatildi. Ayniqsa, sog‘liq haqida to‘g‘ri axborot olish shaxsda profilaktik xulq-atvorni shakllantirishga yordam beradi.

Psixologik jihatdan qaralganda, shaxsning sog‘lig‘iga bo‘lgan munosabati uning o‘zini boshqarish qobiliyati, stressga chidamliligi va motivatsion darajasi bilan uzviy bog‘liqdir. Past tibbiy madaniyat ko‘pincha beparvolik, noto‘g‘ri odatlar va kasalliklarning oldini olishga yetarli e’tibor bermaslik holatlariga olib kelishi mumkin.

Shu bilan birga, jamiyatdagi ijtimoiy me’yorlar va qadriyatlar ham shaxsning tibbiy xulq-atvoriga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Sog‘lom turmush tarzini qo‘llab-quvvatlovchi muhit mavjud bo‘lsa, tibbiy madaniyat darajasi ham yuqori bo‘lishi aniqlangan.

Umuman olganda, muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, tibbiy madaniyatni shakllantirishda kompleks yondashuv zarur bo‘lib, bunda oila, ta’lim tizimi, jamiyat va shaxsning ichki psixologik xususiyatlari o‘zaro uyg‘un holda ishlashi lozim.

Amaliy tavsiyalar. Tadqiqot natijalariga asoslanib, shaxs salomatligini saqlashda tibbiy madaniyatni rivojlantirish bo‘yicha quyidagi amaliy tavsiyalar beriladi:

Birinchidan, aholining tibbiy savodxonligini oshirish maqsadida muntazam ravishda sog‘liqni saqlash bo‘yicha treninglar, seminarlar va targ‘ibot ishlari olib borish lozim. Bu shaxsda profilaktik xulq-atvorni shakllantirishga yordam beradi.

Ikkinchidan, ta’lim muassasalarida sog‘lom turmush tarzi va gigiyena qoidalarini o‘rgatishga qaratilgan maxsus dasturlarni kuchaytirish muhim hisoblanadi. Bolalik va o‘smirlik davrida berilgan bilimlar keyingi hayotda barqaror odatlarni shakllantiradi.

Uchinchidan, oilada sog‘lom turmush madaniyatini rivojlantirish uchun ota-onalarning tibbiy bilim darajasini oshirish zarur. Oila muhitida to‘g‘ri namuna ko‘rsatish shaxsning sog‘liqka munosabatini belgilaydi.

To‘rtinchidan, ommaviy axborot vositalari va ijtimoiy tarmoqlarda sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qiluvchi ishonchli va ilmiy asoslangan ma’lumotlarni keng yoritish tavsiya etiladi.

Beshinchidan, tibbiyot xodimlari va psixologlar hamkorligida profilaktik maslahat xizmatlarini rivojlantirish orqali aholining sog‘liqni saqlashga bo‘lgan munosabatini ijobiy tomonga o‘zgartirish mumkin.

Umuman olganda, tibbiy madaniyatni rivojlantirish uzluksiz jarayon bo‘lib, bunda davlat, oila, ta’lim tizimi va jamiyatning hamkorligi muhim ahamiyatga ega.

Xulosa. Tadqiqot natijalariga ko‘ra, shaxs salomatligini saqlashda tibbiy madaniyat muhim ijtimoiy-psixologik omil sifatida alohida o‘rin tutadi. Tibbiy madaniyat faqat tibbiy bilimlar yig‘indisi emas, balki sog‘lom turmush tarziga amal qilish, profilaktik xulq-atvorni shakllantirish va sog‘liqni qadrlashga bo‘lgan munosabat tizimi ekanligi aniqlandi.

Shuningdek, shaxs salomatligiga ta’sir etuvchi asosiy omillar sifatida oila muhiti, ta’lim tizimi, jamiyatdagi ijtimoiy qadriyatlar va ommaviy axborot vositalari muhim rol o‘ynashi ko‘rsatildi. Psixologik jihatdan esa motivatsiya, o‘zini boshqarish, stressga chidamlilik va shaxsiy mas’uliyat darajasi tibbiy madaniyatning shakllanishiga bevosita ta’sir qiladi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, tibbiy madaniyatni rivojlantirishda kompleks yondashuv zarur bo‘lib, bunda ijtimoiy va psixologik omillar uyg‘unligi muhim ahamiyatga ega. Aholining tibbiy savodxonligini oshirish, sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish hamda profilaktik chora-tadbirlarni kuchaytirish shaxs salomatligini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Umuman olganda, tibbiy madaniyatni rivojlantirish sog‘lom jamiyat barpo etishning asosiy shartlaridan biri bo‘lib, bu jarayonda har bir shaxsning faol ishtiroki va mas’uliyati muhim hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Bandura A. *Social Learning Theory*. Prentice Hall, 1977.
2. Bloom B. S. *Human Characteristics and School Learning*. McGraw-Hill, 1976.
3. Myers D. G. *Psychology*. Worth Publishers, 2013.
4. G‘oziev E. G‘. *Umumiy psixologiya*. Toshkent, 2008.
5. Karimova V. M. *Ijtimoiy psixologiya*. Toshkent, 2012.
6. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. *Sog‘lom turmush tarzi asoslari*. Toshkent, 2020.
7. Davletshin M. G. *Psixologiya asoslari*. Toshkent, 2006.
8. Atkinson R. L., Hilgard E. *Introduction to Psychology*. Harcourt Brace, 2000.
9. WHO (World Health Organization). *Health Education and Health Promotion Guidelines*. Geneva, 2019.

Iskandarova Nodira Sanjarovna
Tarix va yuridik fakulteti
Psixologiya ta’lim yo’nalishi 2-kurs talabasi

TRANSMILLIY NARKOTAHDIDLARNING YOSHLAR PSIXOLOGIYASIGA TA’SIRI VA PROFILAKTIKA STRATEGIYALARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada transmilliy narkotahdidlarning zamonaviy jamiyat, ayniqsa yoshlar psixologiyasiga ko‘rsatayotgan salbiy ta’siri ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilingan. Narkotik moddalar savdosining globallashuvi, internet va raqamli kommunikatsiya vositalari orqali narkomafkuraning keng tarqalishi yoshlar ruhiy salomatligi hamda ijtimoiy xavfsizligiga jiddiy tahdid solayotgani yoritilgan. Maqolada o‘smir va yoshlarning psixologik zaiflik omillari, ijtimoiy muhit ta’siri, stress, emotsional beqarorlik hamda identifikatsion inqiroz kabi holatlar giyohvandlik xavfini oshiruvchi omillar sifatida tahlil etiladi.*

Kalit so‘zlar: *Transmilliy narkotahdid, yoshlar psixologiyasi, giyohvandlik, psixologik profilaktika, ruhiy salomatlik, ijtimoiy xavfsizlik, deviant xulq-atvor, psixologik himoya, antinarkotik targ‘ibot, yoshlar muammosi.*

Аннотация. *В данной статье научно-теоретически анализируется негативное влияние транснациональных наркоугроз на современное общество, особенно на психологию молодежи. Освещается тот факт, что глобализация незаконного оборота наркотических веществ, а также распространение наркоидеологии через интернет и цифровые коммуникационные средства представляют серьезную угрозу психическому здоровью и социальной безопасности молодежи. В статье рассматриваются психологические факторы уязвимости подростков и молодежи, влияние социальной среды, стресс, эмоциональная нестабильность и идентификационный кризис как факторы, повышающие риск наркотической зависимости.*

Ключевые слова: *Транснациональные наркоугрозы, психология молодежи, наркомания, психологическая профилактика, психическое здоровье, социальная безопасность, девиантное поведение, психологическая защита, антинаркотическая пропаганда, молодежные проблемы.*

Abstract. *This article scientifically and theoretically analyzes the negative impact of transnational drug threats on modern society, particularly on the psychology of young people. The study highlights that the globalization of illegal drug trafficking, as well as the spread of drug ideology through the internet and digital communication technologies, poses a serious threat to the mental health and social security of youth. The article examines psychological vulnerability factors among adolescents and young people, the influence of the social environment, stress, emotional instability, and identity crisis as factors increasing the risk of drug addiction.*

Key words: *Transnational drug threats, youth psychology, drug addiction, psychological prevention, mental health, social security, deviant behavior, psychological protection, anti-drug propaganda, youth issues.*

Kirish. Bugungi globallashuv davrida transmilliy jinoyatchilikning turli ko‘rinishlari insoniyat xavfsizligi va jamiyat barqarorligiga jiddiy tahdid solmoqda. Ayniqsa, noqonuniy narkotik moddalar savdosining xalqaro miqyosda kengayib borishi nafaqat iqtisodiy yoki siyosiy muammo, balki muhim ijtimoiy-psixologik xavf sifatida ham namoyon bo‘lmoqda. So‘nggi yillarda narkotik vositalarning internet tarmoqlari, ijtimoiy media platformalari va yashirin virtual kommunikatsiyalar orqali tezkor tarqalishi yoshlar ongiga salbiy ta’sir ko‘rsatib, ularning ruhiy salomatligi hamda ijtimoiy xavfsizligiga xavf tug‘dirmoqda. Shu jihatdan transmilliy narkotahdidlar masalasi zamonaviy jamiyatning eng dolzarb global muammolaridan biri sifatida e’tirof etilmoqda.

Yoshlar jamiyatning eng faol, hissiy jihatdan sezgir va ijtimoiy ta’sirlarga moyil qatlamlaridan biri hisoblanadi. O‘smirlik va yoshlik davri shaxsning dunyoqarashi, qadriyatlari, ijtimoiy pozitsiyasi va “Men” konsepsiyasi shakllanadigan murakkab psixologik bosqichdir. Mazkur davrda emotsional beqarorlik, mustaqillikka intilish, identifikatsion izlanishlar, tengdoshlar ta’siriga yuqori darajada beriluvchanlik kabi psixologik xususiyatlar kuzatiladi. Aynan mana shu omillar ayrim hollarda yoshlarning destruktiv g‘oyalar, zararli odatlar va narkotik moddalar ta’siriga tushib qolish ehtimolini kuchaytiradi.

Mutaxassislarning fikriga ko‘ra, narkotik moddalar inson organizmiga biologik zarar yetkazish bilan cheklanmaydi, balki shaxsning psixik jarayonlari, emotsional holati, tafakkuri, motivatsiyasi va xulq-atvoriga ham chuqur salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Giyohvandlik natijasida shaxsda depressiv holatlar, xavotirlanish, agressivlik, ijtimoiy begonalashuv, kommunikativ qiyinchiliklar hamda irodaviy sustlik kabi psixologik muammolar shakllanishi mumkin. Bu esa yoshlarning jamiyatdagi ijtimoiy faolligini pasaytirib, ularning kelajakdagi hayotiy maqsadlari va ijtimoiy moslashuviga salbiy ta’sir qiladi.

Alohida ta’kidlash joizki, zamonaviy axborot makonida narkotik vositalarni targ‘ib qiluvchi yashirin kontentlar, virtual guruhlar va manipulyativ axborot oqimlari yoshlar ongiga psixologik bosim o‘tkazmoqda. Ayrim hollarda narkotik moddalar “erkinlik”, “zamonaviylik” yoki “stressdan qutulish vositasi” sifatida noto‘g‘ri talqin qilinmoqda. Bu esa yoshlar ongida xavfli stereotip va

noto‘g‘ri psixologik qarashlarning shakllanishiga olib keladi. Natijada shaxsning ma’naviy qadriyatlari, ijtimoiy mas’uliyati hamda psixologik barqarorligiga putur yetadi. Shu sababli transmilliy narkotahdidlarga qarshi kurashishda faqat huquqiy yoki tibbiy choralar bilan chegaralanish yetarli emas. Mazkur muammoning psixologik, pedagogik va ijtimoiy jihatlarini chuqur tahlil qilish hamda kompleks profilaktik strategiyalarni ishlab chiqish muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish, antinarkotik madaniyatni shakllantirish, psixologik himoya mexanizmlarini rivojlantirish va zararli axborot oqimlariga nisbatan tanqidiy tafakkurni kuchaytirish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi. Mazkur maqolaning asosiy maqsadi transmilliy narkotahdidlarning yoshlar psixologiyasiga ko‘rsatayotgan salbiy ta’sirini ilmiy jihatdan tahlil qilish hamda ushbu tahdidlarga qarshi samarali profilaktik-psixologik strategiyalarni yoritishdan iborat. Shuningdek, maqolada yoshlar ruhiy salomatligini muhofaza qilish, ularning psixologik barqarorligini mustahkamlash va narkotahdidlarga qarshi psixologik immunitetni shakllantirishning muhim jihatlari tadqiq etiladi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya. Transmilliy narkotahdidlar hamda ularning yoshlar psixologiyasiga ta’siri masalasi so‘nggi yillarda psixologiya, sotsiologiya, pedagogika va kriminologiya sohalarida dolzarb ilmiy muammolardan biri sifatida keng tadqiq etilmoqda. Ayniqsa, narkotik moddalar tarqalishining globallashuvi, internet kommunikatsiyalarining rivojlanishi hamda yoshlarning virtual axborot muhitiga tobora chuqur kirib borishi mazkur muammoning ko‘lamini yanada murakkablashtirmoqda. Shu sababli ushbu masala bo‘yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar nafaqat giyohvandlikning tibbiy jihatlarini, balki uning psixologik va ijtimoiy omillarini ham chuqur o‘rganishga qaratilgan.

Yoshlar psixologik rivojlanishining nazariy asoslarini tadqiq etishda Jan Piajening kognitiv rivojlanish nazariyasi muhim ilmiy manbalardan biri hisoblanadi. Olimning ta’kidlashicha, o‘smirlik davrida shaxs abstrakt tafakkur va mustaqil fikrlash bosqichiga o‘tadi. Biroq mazkur davrda hissiy ta’sirlarga beriluvchanlik ham yuqori bo‘lib, bu yoshlarning turli zararli g‘oyalar va xavfli odatlar ta’siriga tushib qolish ehtimolini kuchaytiradi. Piajening nazariy qarashlari yoshlarning narkotik vositalarga qiziqishi psixologik jihatdan qanday shakllanishini tushuntirishda muhim metodologik asos bo‘lib xizmat qiladi.

Yoshlar xulq-atvorining shakllanishida ijtimoiy muhitning ta’siri masalasini Lev Vigotsky o‘zining sotsiokultural nazariyasida keng yoritgan. Unga ko‘ra, shaxs rivojlanishi ijtimoiy muhit, kommunikativ jarayonlar va jamiyatdagi qadriyatlar bilan chambarchas bog‘liqdir. Zamonaviy axborot makonida yoshlarning internet va ijtimoiy tarmoqlarga yuqori darajada bog‘lanib borayotgani narkotik moddalarni targ‘ib qiluvchi destruktiv kontentlarning ularga kuchli psixologik ta’sir ko‘rsatishiga sabab bo‘lmoqda. Vigotskiyning qarashlari asosida yoshlar ongini salbiy axborot oqimlaridan himoya qilishda sog‘lom ijtimoiy muhitning muhimligi asoslanadi.

Shaxsning o‘smirlik davridagi psixosotsial rivojlanishini Erik Erikson o‘z tadqiqotlarida identifikatsion inqiroz tushunchasi orqali izohlagan. Olimning fikricha, o‘smirlik davrida shaxs o‘z “Men”ini izlaydi, ijtimoiy mavqe va hayotiy qadriyatlarni shakllantirishga harakat qiladi. Mazkur jarayonda psixologik beqarorlik yoki ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning yetishmasligi yoshlarning deviant xulq-atvorga moyilligini kuchaytirishi mumkin. Shu jihatdan giyohvandlik ayrim yoshlar uchun psixologik qochish yoki emotsional kompensatsiya vositasi sifatida namoyon bo‘lishi ehtimoldan xoli emas.

Yoshlar tomonidan zararli xulq shakllarining o‘zlashtirilishi jarayonini Albert Bandura ning ijtimoiy o‘rganish nazariyasi orqali ham tushuntirish mumkin. Banduraga ko‘ra, inson xulq-atvori kuzatish, taqlid qilish va ijtimoiy tajriba asosida shakllanadi. Bugungi kunda internet platformalari, kino industriyasi va ayrim virtual guruhlar orqali narkotik moddalarni “zamonaviylik” yoki “erkinlik” timsoli sifatida targ‘ib qilinishi yoshlar ongida noto‘g‘ri psixologik stereotiplarning shakllanishiga olib kelmoqda.

Transmilliy narkotahdidlarning global ko‘lamdagi xavfini o‘rganishda United Nations Office on Drugs and Crime hamda World Health Organization hisobotlari muhim ilmiy-amaliy manba hisoblanadi. Ushbu tashkilotlar ma’lumotlariga ko‘ra, giyohvandlik yoshlar ruhiy salomatligi, ijtimoiy moslashuvi va xavfsizligiga salbiy ta’sir ko‘rsatuvchi asosiy omillardan biridir. Xalqaro

tadqiqotlarda narkotik vositalarga qaramlikning depressiya, xavotirlanish, agressivlik va suitsidal holatlar bilan o‘zaro bog‘liqligi ilmiy jihatdan asoslangan.

O‘zbekistonlik psixolog olimlardan G‘.B. Shoumarov, E. G‘oziyev, V. Karimova va B. Qodirovlarning ilmiy qarashlari ham yoshlar tarbiyasi, psixologik barqarorlik va ma’naviy rivojlanish masalalarini tadqiq etishda muhim ahamiyat kasb etadi. Ularning ilmiy ishlarida yoshlar ongini sog‘lom ijtimoiy qadriyatlar asosida shakllantirish, zararli odatlarga qarshi ma’naviy-psixologik immunitet hosil qilish zarurligi alohida ta’kidlangan.

Muhokama. Transmilliy narkotahdidlar bugungi kunda nafaqat huquqni muhofaza qiluvchi organlar yoki tibbiyot sohasi uchun, balki psixologiya va ijtimoiy xavfsizlik tizimi uchun ham murakkab muammolardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, yoshlar orasida narkotik moddalar iste’molining ortib borishi jamiyatning ma’naviy-ruhiy barqarorligiga jiddiy xavf tug‘dirmoqda. Chunki yoshlar kelajak avlodning intellektual va ijtimoiy salohiyatini belgilovchi asosiy qatlam hisoblanadi. Ularning narkotik vositalar ta’siriga tushib qolishi esa nafaqat individual, balki ijtimoiy darajadagi salbiy oqibatlarni yuzaga keltiradi.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, yoshlarning giyohvandlikka moyilligi ko‘pincha psixologik va ijtimoiy omillar bilan bog‘liq bo‘ladi. Jumladan, oilaviy muammolar, emotsional yetishmovchilik, stress, depressiv holatlar, tengdoshlar bosimi hamda ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar narkotik moddalarni sinab ko‘rishga sabab bo‘luvchi asosiy omillar sifatida namoyon bo‘ladi. Ayrim hollarda yoshlar narkotik vositalarni psixologik bosimdan qochish, vaqtinchalik “ruhiy yengillik” hosil qilish yoki jamiyatda o‘z o‘rnini topishga bo‘lgan muvaffaqiyatsiz urinish natijasida iste’mol qilishga moyillik bildiradi.

Zamonaviy axborot makonining rivojlanishi ham transmilliy narkotahdidlarning kengayishiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali narkotik vositalarning yashirin reklamasi, virtual savdosi hamda destruktiv kontentlarning tarqalishi yoshlar ongiga kuchli psixologik ta’sir o‘tkazmoqda. Ayniqsa, ayrim virtual platformalarda narkotik moddalar “zamonaviy hayot usuli”, “erkinlik belgisi” yoki “stressdan chiqish vositasi” sifatida noto‘g‘ri talqin qilinmoqda. Natijada yoshlar ongida xavfli stereotiplar va noto‘g‘ri tasavvurlar shakllanib, bu ularning psixologik himoya mexanizmlarining zaiflashuviga olib kelmoqda.

Psixologik nuqtai nazardan qaraganda, narkotik moddalar insonning bilish jarayonlari, emotsional holati va xulq-atvoriga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Giyohvandlik oqibatida shaxsda tafakkur sustlashuvi, motivatsion pasayish, emotsional beqarorlik, agressivlik va kommunikativ muammolar kuzatiladi. Bundan tashqari, narkotik vositalarga qaramlik shaxsning ijtimoiy moslashuviga ham salbiy ta’sir etib, uning ta’lim jarayonidan uzoqlashishiga, oilaviy va ijtimoiy munosabatlarning buzilishiga sabab bo‘lishi mumkin. Bu esa jamiyatda jinoyatchilik, zo‘ravonlik va boshqa deviant xulq-atvor shakllarining ortishiga zamin yaratadi.

Mazkur muammoning oldini olishda profilaktik-psixologik strategiyalar muhim ahamiyat kasb etadi. Eng avvalo, yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish, antinarkotik madaniyatni shakllantirish va psixologik barqarorlikni rivojlantirish zarur. Ta’lim muassasalarida psixologik treninglar, motivatsion seminarlar va preventiv dasturlarni tashkil etish yoshlarning narkotik moddalar haqidagi noto‘g‘ri tasavvurlarini kamaytirishga yordam beradi. Shuningdek, yoshlarning bo‘sh vaqtini mazmunli tashkil etish, sport va ijodiy faoliyatga jalb qilish ham muhim profilaktik vositalardan biri hisoblanadi.

Oilaviy muhit ham yoshlarni narkotahdidlardan himoya qilishda muhim omil sanaladi. Ota-onalar va yaqinlarning psixologik qo‘llab-quvvatlashi, farzand bilan ochiq muloqot olib borishi hamda sog‘lom ma’naviy muhit yaratishi yoshlarning zararli odatlarga berilish ehtimolini kamaytiradi. Shu bilan birga, ommaviy axborot vositalari va internet platformalarida antinarkotik targ‘ibotni kuchaytirish, zararli kontentlarni cheklash hamda yoshlarning media savodxonligini rivojlantirish zarur hisoblanadi.

Shunday qilib, transmilliy narkotahdidlarning oldini olishda faqat huquqiy jazolash mexanizmlariga tayanish yetarli emas. Mazkur muammoga psixologik, pedagogik va ijtimoiy yondashuv asosida kompleks tarzda qarash samaraliroq natija beradi. Ayniqsa, yoshlarda mustahkam

psixologik immunitet, tanqidiy tafakkur va sog‘lom hayotiy qadriyatlarni shakllantirish transmilliy narkotahdidlarga qarshi kurashning muhim strategik omillaridan biri hisoblanadi.

Xulosa. Xulosa o‘rnida ta’kidlash joizki, transmilliy narkotahdidlar bugungi globallashuv davrida insoniyat xavfsizligi, jamiyat barqarorligi hamda yoshlar kelajagiga jiddiy xavf tug‘dirayotgan eng murakkab global muammolardan biri hisoblanadi. Narkotik moddalar savdosining xalqaro darajada kengayib borishi, zamonaviy axborot texnologiyalari va virtual kommunikatsiyalar orqali narkotik vositalarning yashirin targ‘ib qilinishi yoshlar ruhiy salomatligiga salbiy ta’sir ko‘rsatmoqda. Mazkur jarayon nafaqat alohida shaxs, balki butun jamiyatning ma’naviy-axloqiy muhitiga ham xavf solmoqda.

Tadqiqotlarda tahlil qilingan ilmiy-nazariy qarashlar va statistik ma’lumotlar shuni ko‘rsatdiki, yoshlar narkotahdidlarga nisbatan eng xavfli ijtimoiy qatlamlardan biri hisoblanadi. Bunga sabab o‘smirlik va yoshlik davrining psixologik jihatdan murakkab bosqich ekanligidir. Aynan shu davrda shaxsda emotsional beqarorlik, identifikatsion izlanish, mustaqillikka intilish va tengdoshlar ta’siriga yuqori sezgirlik kuzatiladi. Natijada ayrim yoshlar stress, ruhiy bosim, oilaviy muammolar yoki ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar sababli narkotik vositalarga qiziqish bildirishi mumkin.

Shuningdek, internet va ijtimoiy tarmoqlarning keskin rivojlanishi ham transmilliy narkotahdidlarning yangi shakllarini yuzaga keltirmoqda. Virtual platformalar orqali narkotik moddalarni reklama qilish, yashirin savdo tizimlarini tashkil etish hamda yoshlar ongiga manipulyativ ta’sir ko‘rsatish holatlari kuchayib bormoqda. Ayrim hollarda narkotik vositalar noto‘g‘ri ravishda “stressdan chiqish vositasi”, “zamonaviy hayot elementi” yoki “erkinlik belgisi” sifatida talqin qilinmoqda. Bu esa yoshlar ongida xavfli stereotiplar shakllanishiga sabab bo‘lib, ularning psixologik himoya mexanizmlarini zaiflashtirmoqda.

Narkotik vositalarning inson psixikasiga ta’siri juda xavfli oqibatlarni yuzaga keltiradi. Giyohvandlik natijasida shaxsda tafakkur sustlashuvi, diqqat va xotira buzilishi, emotsional beqarorlik, agressivlik, depressiv holatlar, kommunikativ muammolar hamda motivatsion pasayish kuzatiladi. Bundan tashqari, narkotik vositalarga qaramlik yoshlarning ta’lim jarayonidan uzoqlashishiga, ijtimoiy faolligining pasayishiga, oilaviy munosabatlarning buzilishiga hamda deviant xulq-atvor shakllanishiga olib keladi. Bu esa jamiyatda jinoyatchilik, zo‘ravonlik va boshqa salbiy ijtimoiy hodisalarning ortishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Shu nuqtai nazardan qaraganda, transmilliy narkotahdidlarga qarshi kurashishda faqat huquqiy yoki tibbiy choralar bilan cheklanib qolish yetarli emas. Mazkur muammoga kompleks yondashuv asosida qarash muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, psixologik profilaktika, ma’naviy-ma’rifiy targ‘ibot, sog‘lom turmush tarzini shakllantirish hamda yoshlarning psixologik barqarorligini mustahkamlash asosiy preventiv strategiyalar sifatida namoyon bo‘ladi.

Profilaktik choralar tizimida ta’lim muassasalari, oilalar, psixologik xizmatlar, ommaviy axborot vositalari va davlat tashkilotlarining o‘zaro hamkorligi muhim o‘rin tutadi. Yoshlar orasida antinarkotik madaniyatni shakllantirish, media savodxonlikni rivojlantirish, zararli axborot oqimlariga nisbatan tanqidiy tafakkurni kuchaytirish hamda bo‘sh vaqtni mazmunli tashkil etish giyohvandlikka qarshi samarali psixologik immunitetni shakllantirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1.Jean Piaget. The Psychology of Intelligence. - London: Routledge, 1950.

2.Lev Vygotsky. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. - Cambridge: Harvard University Press, 1978.

3.Erik Erikson. Identity: Youth and Crisis. - New York: W.W. Norton & Company, 1968.

4.Albert Bandura. Social Learning Theory. - New York: General Learning Press, 1977.

5.World Health Organization. World Mental Health Report. - Geneva, 2022.

Axmedova Zarrina Jamilovna
Buxoro davlat universiteti,
Psixologiya kafedrasi katta o‘qituvchisi,
Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori, (PhD)

TALABALAR DUAL TA’LIM TIZIMIGA MOSLASHUVINING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya.*Ushbu maqola talabalarning dual ta`lim tizimiga moslashuvining pedagogik-psixologik xususiyatlari haqida fikr-mulohazalar keltirilgan. Shuningdek, dual ta’lim tizimi zamonaviy ta’lim modelining muhim tarkibiy qismlari, talabalar dual ta’lim tizimiga kirib kelganida ular ikki xil muhit -akademik va ishlab chiqarish muhitiga moslashishlari ochib berilgan. Bundan tashqari, xorijiy va mahalliy olimlar tomonidan mazkur yo‘nalishda turli yondashuvlar ishlab chiqilganligi hamda dual ta’lim tizimining samaradorligi ta’lim muassasasi va ishlab chiqarish o‘rtasidagi hamkorlik darajasiga bog‘liqliklari to`g`risida ma`lumotlar keltirilgan.*

Kalit so’zlar: *Professional ta’lim, dual ta’lim tizimi, kasbiy kompetensiya, individuallashtirish, motivatsiya, ta’lim konsepsiyasi, empatiya.*

Аннотация. *В данной статье представлены отзывы о педагогико-психологических особенностях адаптации учащихся к системе двойного образования. Также система двойного образования являются важными компонентами современной образовательной модели, выявляя, что по мере того, как учащиеся входят в систему двойного образования, они адаптируются к двум различным средам -академической и производственной. Кроме того, представлены данные о том, что зарубежные и отечественные ученые разработали различные подходы в данном направлении, а также о том, как эффективность системы двойного образования зависит от уровня сотрудничества между образовательным учреждением и производством.*

Ключевые слова: *Профессиональное образование, двойная система обучения, профессиональная компетентность, индивидуализация, мотивация, концепция обучения, эмпатия.*

Annotation. *This article provides feedback on the pedagogical-psychological characteristics of students ' adaptation to the dual educational system. It has also been revealed that the dual education system is an important component of the modern educational model, as students infiltrate the dual education system they adapt to two different environments -academic and productive. In addition, various approaches have been developed in this direction by foreign and domestic scientists, and the effectiveness of the dual education system depends on the level of cooperation between the educational institution and production.*

Key words. *Professional education, dual education system, professional competence, individualization, motivation, educational concept, empathy.*

Kirish. So‘nggi yillarda ta’lim tizimini modernizatsiya qilish, uni mehnat bozori talablariga moslashtirish masalasi davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biriga aylandi. Xususan, “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonun hamda “Professional ta’lim tizimini rivojlantirish to‘g‘risida”gi qaror asosida ta’limning amaliy yo‘naltirilgan shakllarini keng joriy etish vazifasi belgilab berilgan. Ushbu normativ-huquqiy hujjatlarda nazariy bilimlar bilan bir qatorda amaliy ko‘nikmalarni shakllantirish, ta’lim va ishlab chiqarish integratsiyasini kuchaytirish zarurligi alohida ta’kidlanadi. Shu jihatdan dual ta’lim tizimi zamonaviy ta’lim modelining muhim tarkibiy qismi sifatida qaralmoqda. Dual ta’lim tizimi talabaning bir vaqtning o‘zida ta’lim muassasasida bilim olishi va real ishlab chiqarish jarayonida faol ishtirok etishini nazarda tutadi. Bu esa nafaqat kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish, balki talabaning ijtimoiylashuvi, mustaqil qaror qabul qilish qobiliyati va mehnat intizomini shakllantirishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, mazkur tizimni samarali tashkil etish talabalarning yangi sharoitlarga moslashuv darajasi bilan chambarchas bog‘liqdir. Talabalar dual ta’lim tizimiga kirib kelganida ular ikki xil muhit -akademik va ishlab chiqarish muhitiga

moslashishga majbur bo‘ladi. Bu jarayon esa psixologik jihatdan muayyan qiyinchiliklarni keltirib chiqarishi mumkin. Jumladan, yangi jamoaga moslashish, ish jarayonidagi mas’uliyatni his etish, vaqtni to‘g‘ri taqsimlash kabi omillar talabaning ruhiy holatiga ta’sir ko‘rsatadi. Pedagogik nuqtai nazardan esa, ta’lim jarayonini individuallashtirish, motivatsiyani oshirish va amaliy faoliyat bilan nazariy bilimlarni uyg‘unlashtirish muhim vazifalardan hisoblanadi. Mazkur maqolada talabalar dual ta’lim tizimiga moslashuvining pedagogik-psixologik xususiyatlari ilmiy asosda tahlil qilinadi, ushbu jarayonga ta’sir etuvchi omillar hamda uni samarali tashkil etishning dolzarb yo‘nalishlari yoritiladi.

Adabiyotlar tahlili va metidologiyasi. Mazkur tadqiqot mavzusi bo‘yicha olib borilgan ilmiy izlanishlar shuni ko‘rsatadiki, talabalarining dual ta’lim tizimiga moslashuvi ko‘p qirrali jarayon bo‘lib, u pedagogik, psixologik hamda ijtimoiy omillar uyg‘unligida namoyon bo‘ladi. Karl Rogers tomonidan ilgari surilgan shaxsga yo‘naltirilgan ta’lim konsepsiyasi ta’lim jarayonida talabaning shaxsiy rivojlanishini markazga qo‘yishni nazarda tutadi. Ushbu yondashuvga ko‘ra, har bir talaba o‘ziga xos psixologik xususiyatlarga, qiziqishlarga va ichki imkoniyatlarga ega bo‘lib, ularni e’tiborga olmasdan samarali ta’limni tashkil etib bo‘lmaydi. Rogers ta’lim jarayonida uchta asosiy shart muhimligini ta’kidlaydi: samimiylik (o‘qituvchining ochiq va tabiiy bo‘lishi), shartsiz qabul qilish (talabani qanday bo‘lsa shundayligicha hurmat qilish) va empatiya (talabaning ichki holatini tushunish). Dual ta’lim tizimi sharoitida ushbu yondashuv ayniqsa dolzarb hisoblanadi. Sababi talaba bir vaqtning o‘zida ikki xil muhit - ta’lim muassasasi va ishlab chiqarish jarayonida faoliyat olib boradi. Har ikki muhitda ham unga individual yondashuv zarur bo‘ladi. Rogersning shaxsga yo‘naltirilgan ta’lim g‘oyasi dual ta’lim tizimida talabalarning pedagogik-psixologik moslashuvini ta’minlashda muhim metodologik asos bo‘lib xizmat qiladi.

Jan Piage nazariyasiga ko‘ra, inson yangi bilim va tajribani o‘zlashtirish jarayonida ikki muhim mexanizm orqali rivojlanadi: assimilyatsiya va akkomodatsiya. Assimilyatsiya - bu yangi ma’lumotni mavjud bilimlar tizimiga moslashtirish bo‘lsa, akkomodatsiya esa mavjud tasavvurlarni yangi vaziyatga mos ravishda o‘zgartirishni anglatadi. Dual ta’lim tizimida talaba nazariy bilimlarni o‘rganib, ularni amaliy faoliyatda sinab ko‘rish jarayonida aynan shu ikki mexanizm orqali moslashadi. Ya’ni u oldingi bilimlariga tayangan holda yangi vazifalarni bajaradi va zarur hollarda o‘z tushunchalarini qayta shakllantiradi. Shu sababli Piage nazariyasi dual ta’limda bilim va amaliyot uyg‘unligini tushuntirishda muhim ahamiyatga ega. Mazkur tadqiqot mavzusi bo‘yicha olib borilgan ilmiy izlanishlar shuni ko‘rsatadiki, talabalarining dual ta’lim tizimiga moslashuvi ko‘p qirrali jarayon bo‘lib, u pedagogik, psixologik hamda ijtimoiy omillar uyg‘unligida namoyon bo‘ladi. Adabiyotlarda, shuningdek, xalqaro baholash mezonlarining ahamiyati ham alohida qayd etiladi. Jumladan, WorldSkills standartlari kasbiy tayyorgarlik darajasini aniq mezonlar asosida baholash, o‘quvchilar kompetensiyalarini global talablar darajasiga yaqinlashtirish imkonini beradi. Shu bilan birga, ayrim tadqiqotlarda dual ta’lim tizimini joriy etishda uchraydigan muammolar - korxonalar imkoniyatlarining cheklanganligi, o‘quvchilar soni va individual yondashuv bilan bog‘liq qiyinchiliklar ham ko‘rsatib o‘tiladi. Biroq bu omillar tizimning umumiy samaradorligini kamaytirmaydi, aksincha uni takomillashtirish zaruratini ko‘rsatadi.Olib borilgan tadqiqot natijalari talabalar dual ta’lim tizimiga moslashuvi murakkab, bosqichma-bosqich kechadigan jarayon ekanligini ko‘rsatdi. Ushbu jarayonda talabaning individual psixologik xususiyatlari, motivatsiyasi hamda ijtimoiy muhitga moslashish darajasi muhim omil sifatida namoyon bo‘ladi. Ayniqsa, ta’lim va ishlab chiqarish muhitining bir vaqtda ta’sir ko‘rsatishi talabalardan yuqori darajadagi moslashuvchanlikni talab qiladi. Shu bilan birga, tadqiqot natijalari dual ta’lim tizimining samaradorligi ta’lim muassasasi va ishlab chiqarish o‘rtasidagi hamkorlik darajasiga bog‘liqligini ko‘rsatdi. Hamkorlik yetarli darajada yo‘lga qo‘yilmagan hollarda nazariya va amaliyot o‘rtasida uzilishlar yuzaga kelishi mumkin. Bu esa talabaning kasbiy rivojlanishiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Umuman olganda, muhokama natijalari dual ta’lim tizimida talabalar moslashuvini ta’minlash kompleks yondashuvni talab etishini ko‘rsatadi. Bu jarayonda pedagogik qo‘llab-quvvatlash, psixologik yordam, individual yondashuv hamda ta’lim va ishlab chiqarish integratsiyasini kuchaytirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa. Mazkur tadqiqot natijalari talabalar dual ta’lim tizimiga moslashuvi pedagogik va psixologik omillar uyg‘unligida shakllanishini ko‘rsatdi. Dual ta’lim tizimi nazariy bilimlar va amaliy

faoliyatning integratsiyasini ta’minlab, talabalarda kasbiy-amaliy kompetensiyalarni rivojlantirishda samarali vosita ekanligi ilmiy jihatdan asoslandi. Tadqiqot davomida dual ta’lim tizimining ustun jihatlari bilan bir qatorda ayrim muammolari ham aniqlandi. Xususan, amaliyot bazalarining imkoniyatlari turlicha ekanligi, individual yondashuvning yetarli darajada yo‘lga qo‘yilmaganligi hamda nazariya va amaliyot o‘rtasidagi ayrim nomuvofiqliklar moslashuv jarayoniga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkinligi kuzatildi. Biroq ushbu holatlar tizimni takomillashtirish orqali bartaraf etilishi mumkin. Dual ta’lim tizimi talabalarni zamonaviy mehnat bozori talablariga mos ravishda tayyorlash, ularning kasbiy-amaliy kompetensiyalarini shakllantirish hamda tezkor moslashuvini ta’minlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Shu sababli mazkur tizimni yanada rivojlantirish, uning pedagogik va psixologik asoslarini takomillashtirish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1 Новиков А.М. Постиндустриальное образование. Публицистическая полемическая монография. М., 2008 136 с.

2 Смит А. «Исследование о природе и причинах богатства народов». – М.: Эксмо, 2007 Серия: Антология экономической мысли. 960 с.

3 Сидакова Л.В. Сущность и основные признаки дуальной модели обучения // Журнал «Образование и воспитание». № 2 (7). 2016

Quliev Yorqin Karimovich
Buxoro davlat universiteti, Psixologiya kafedrasi dotsenti

LIDERLIKNING TASHKILOTLAR XODIMLARINING SAMARADORLIGI VA DAXLDORLIGIGA TA’SIRI

Annotatsiya. *Maqolada zamonaviy tashkilotlarda liderlikning mehnat samaradorligi va xodimlarning daxldorligiga ta’siri tahlil qilingan. Globallashuv va raqobatning kuchayishi sharoitida rahbarning samaradorlikni oshirishdagi ahamiyati alohida ahamiyat kasb etadi. Ilmiy adabiyotlar va empirik ma’lumotlar tahlili asosida xodimlarning daxldorligi va samaradorlik ko‘rsatkichlariga eng katta ta’sir ko‘rsatadigan liderlik uslublari aniqlangan. Ayniqsa transformatsiyaviy yondashuvga alohida e’tibor qaratilgan, bu personalning motivatsiyasi va daxldorligini oshirishga xizmat qiladi. Olingan xulosalar tashkilotning strategik maqsadlariga erishish va xodimlarning daxldorligini ta’minlash uchun liderlik ko‘nikmalarini rivojlantirish zarurligini ta’kidlaydi.*

Kalit so’zlar: *liderlik, xodimlar samaradorligi, motivatsiya, tashkilot madaniyati, personalni boshqarish*

Аннотация. *В статье проанализировано влияние лидерства в современных организациях на производительность труда и вовлечённость сотрудников. В условиях глобализации и усиления конкуренции особое значение приобретает роль руководителя в повышении эффективности деятельности. На основе анализа научной литературы и эмпирических данных были определены стили лидерства, оказывающие наибольшее влияние на вовлечённость сотрудников и показатели производительности. Особое внимание уделено трансформационному подходу, который способствует повышению мотивации и вовлечённости персонала. Полученные выводы подчёркивают необходимость развития лидерских навыков для достижения стратегических целей организации и обеспечения вовлечённости сотрудников.*

Ключевые слова: *лидерство, производительность сотрудников, мотивация, организационная культура, управление персоналом.*

Abstract. *This article analyzes the impact of leadership in modern organizations on labor productivity and employee engagement. In the context of globalization and increasing competition,*

the role of leadership in enhancing organizational effectiveness has become particularly significant. Based on the analysis of scientific literature and empirical data, the leadership styles that have the greatest impact on employee engagement and performance indicators were identified. Particular attention is given to the transformational approach, which contributes to increasing staff motivation and engagement. The findings emphasize the necessity of developing leadership skills to achieve the strategic goals of the organization and ensure employee engagement.

Key words: *leadership, employee performance, motivation, organizational culture, human resource management.*

Zamonaviy jamiyat korxonalar va tashkilotlardan moslashuvchanlik hamda yuqori samaradorlikni talab qiladi, bu esa ko‘p jihatdan inson resurslarini boshqarish sifatini belgilaydi. Liderlik bu jarayonda korxona muvaffaqiyatini belgilab beruvchi asosiy omillardan biri sifatida namoyon bo‘ladi, chunki rahbarlar xodimlarning motivatsiyasi va natijaviyligiga bevosita ta’sir ko‘rsatadilar. Rakamlashtirish va global raqobat sharoitida jamoani ilhomlantira olish va uning sa’y-harakatlarini to‘g‘ri yo‘naltirish qobiliyati barqaror rivojlanishning hal qiluvchi omiliga aylanmoqda. Shu bilan birga, mehnat samaradorligi va xodimlarning daxldorligi (vovlechyonnost) iqtisodiy samaradorlikning muhim ko‘rsatkichi sifatida faqat texnologiyalar va resurslarga emas, balki rahbarning personal salohiyatini ochish uchun qulay shart-sharoit yarata olish mahoratiga ham bog‘liqdir.

Ilmiy adabiyotlarda liderlik va daxldorlik o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni o‘rganish bo‘yicha turli yondashuvlar taklif etilgan. E.R. Valieva va L.R. Urazbaxtina ta’kidlaydilarki, liderlik kompaniya rivojlanish strategiyasini ishlab chiqish va amalga oshirishda markaziy o‘rin tutadi, ish muhitini yaxshilash orqali samaradorlikni oshirishning asosini yaratadi [2]. Shu bilan birga, S.V. Dmitrieva ta’kidlaydiki, transformatsiyaviy liderlik zamonaviy sharoitda ayniqsa muhim ahamiyat kasb etadi, chunki u xodimlarning ichki motivatsiyasini rag‘batlantiradi va ularning tashkilot maqsadlariga sadoqatini mustahkamlaydi [4]. Bu yondashuv o‘zining dinamik o‘zgarishlarga moslasha olish qobiliyati bilan ajralib turadi va innovatsion sohalarda ayniqsa talabga ega.

Liderlikning psixologik jihatlari va xodimlarning daxldorligi ham ilmiy tadqiqotlarda muhim o‘rin egallaydi. Yu.A. Poliektova fikricha, boshqaruv uslubi jamoadagi emotsional muhitga katta ta’sir ko‘rsatadi, bu esa o‘z navbatida xodimlarning ish qobiliyatida aks etadi [5]. K.M. Vershinina esa bu fikrni to‘ldirib, jamoaviy ruhning ahamiyatiga e’tibor qaratadi, chunki u lider ta’sirida shakllanadi va ish samaradorligining o‘sishiga xizmat qiladi. F.N. Matvienko yuqori samarali jamoalarni yaratishga e’tibor qaratgan, buni samaradorlikni oshirish vositasi sifatida ko‘rib, bu jarayonda liderning ahamiyatini ta’kidlaydi [8]. Oxir-oqibat, A.V. Zayseva qayd etganidek, tashkilotlarning barqaror rivojlanishi rahbarlarsiz mumkin emas, chunki ular uzoq muddatli maqsadlarni kundalik amaliyotga integratsiya qilish qobiliyatiga ega bo‘lishi kerak. Shu tariqa, yondashuvlar xilma-xil bo‘lsa ham, tadqiqotchilar liderlikning ahamiyati bo‘yicha bir fikrda; biroq uning ta’sir mexanizmlari qo‘shimcha o‘rganishni talab qiladi. Aytib o‘tish kerakki, transformatsiyaviy liderlik boshqa boshqaruv uslublariga nisbatan xodimlar samaradorligiga ko‘proq ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Bu ta’sir transformatsiyaviy liderlarning jamoani ilhomlantirish, uning motivatsiyasini kuchaytirish va hamkorlik hissini mustahkamlash qobiliyati bilan izohlanadi, bu esa ish natijalarining yaxshilanishiga olib keladi.

Liderlik ta’sirining sektorlar orasidagi farqlari boshqaruv strategiyalarini muayyan professional sohaning xususiyatlariga moslashtirishning ahamiyatini ko‘rsatadi. Masalan, axborot texnologiyalari sohasida, bu yerda tashabbuskorlik va moslashuvchanlik ustunlik qiladi, liderlik moliya sohasiga nisbatan yuqori samaradorlik ko‘rsatadi, u esa qat’iy normativ ramkalar bilan ajralib turadi. Buning aksincha, passiv liderlik modeli ishlab chiqarish ko‘rsatkichlariga salbiy ta’sir ko‘rsatadi, chunki rahbarning boshqaruv jarayonlariga daxldorligi past bo‘ladi. Jamoa hayotida rahbarning faol ishtirok etishi yuqori natijalarga erishish uchun zarur shart hisoblanadi, ayniqsa zamonaviy muammolar sharoitida.

Amaliyot nuqtai nazaridan, faol liderlikni joriy etish rahbarlardan emotsional intellekt va samarali kommunikatsiya ko‘nikmalari kabi rivojlangan mahoratlarni talab qiladi, bu esa

menedjerlarni tayyorlashning ahamiyatini ta'kidlaydi va liderlarni tayyorlash dasturlarini ishlab chiqish bilan bog'liq yangi tadqiqot yo'nalishlarini ochadi. Shu tariqa, korxonaning muvaffaqiyati ko'p jihatdan rahbarlar qanchalik o'z rivojlanishi va jamoalarini rivojlantirishga investitsiya kiritishga tayyorligiga bog'liq. Faol liderlikni joriy etish – bu faqat strategik ko'rinishga ega bo'lishni emas, balki shaxslararo kompetensiyalarni chuqur o'zlashtirishni ham talab qiluvchi murakkab jarayondir [7]. Shu bilan birga, emotsional intellekt va samarali kommunikatsiyani yo'lga qo'yish qobiliyati asosiy rishtalar sifatida xizmat qiladi, ular xodimlar bilan muvaffaqiyatli hamkorlikni va kollektiv maqsadlarga erishishni ta'minlaydi.

Emotsional intellekt menejerlarga o'zlarining emotsional reaksiyalarini aniqlash va ularni boshqarish imkonini beradi, shuningdek, xodimlarning holatini hisobga olishga yordam beradi, bu esa ishonch atmosferasini shakllantirishga xizmat qiladi. Bu esa ayniqsa muhimdir, chunki personalning daxldorligi to'g'ridan-to'g'ri mehnat samaradorligiga ta'sir ko'rsatadi. Kommunikativ ko'nikmalar esa o'z navbatida g'oyalarni aniq yetkazish, vazifalarni belgilash va obratnaya aloqa ta'minlaydi, bu tushunmovchiliklarni kamaytirib, jamoa ishining uyg'unligini oshiradi. Shuningdek, ushbu sifatlarni rivojlantirish barqaror muvaffaqiyatga intilayotgan rahbarlarni tayyorlashning ajralmas qismiga aylanadi.

Shu bilan birga, faol liderlikni amalga oshirish maqsadli va tizimli ta'limsiz mumkin emas, u boshqaruv vazifalariga xos xususiyatlarni hisobga olishi kerak. Menejerlarni tayyorlash dasturlari nazariya asoslari bilan amaliyot mashg'ulotlarini uyg'unlashtirishi lozim, ular emotsional sezgirlik va kommunikativ moslashuvchanlikni rivojlantirishga qaratilgan bo'lishi kerak. Masalan, faol tinglash yoki nizolarni boshqarish bo'yicha treninglar rahbarlarga xodimlar ehtiyojlarini yaxshiroq tushunish va paydo bo'lgan muammolarga tezkorlik bilan javob berish imkonini beradi [5]. Shu bilan birga, har bir rahbarning kuchli va zaif jihatlarini diagnostika qilishga asoslangan individual ta'lim yondashuvi zarur ko'nikmalarni aniq rivojlantirishni ta'minlaydi, bu nafaqat hozirgi boshqaruv samaradorligini oshiradi, balki texnologik yoki bozor muhitidagi o'zgarishlar bilan bog'liq kelgusidagi muammolarga tayyorlaydi.

Shu tariqa, rahbarlarni rivojlantirishga investitsiyalar ularning professional kamolotiga qaratilgan uzoq muddatli jarayonga aylanadi. Bunday investitsiyalar foydasi tashkilot faoliyatining turli jihatlarida namoyon bo'ladi. Rivojlangan emotsional va kommunikativ kompetensiyalarga ega bo'lgan rahbarlar mehnat uchun qulay sharoit yarata oladi, bu esa xodimlar qoniqishi va samarali ishlashga tayyorligini oshiradi. Shuningdek, bu hamma natijalar xodimlar aylanishini kamaytiradi, bu esa yangi mutaxassislarni izlash va ularni adaptatsiya qilish xarajatlarini qisqartirishga yordam beradi. Qolaversa, personal daxldorligini oshirish mehnat samaradorligini 20-30% ga oshirish imkonini beradi, buni menejerlarni tayyorlash dasturlarini joriy qilgan bir qator korxonalar ko'rsatmoqda. Bundan tashqari, mazkur rahbarlar innovatsiyani rag'batlantiradi, chunki ishonch muhitida xodimlar g'oyalarni taklif qilishga va ularni amalga oshirishda ishtirok etishga ko'proq tayyor bo'ladi. Bu esa ayniqsa raqobatbardoshlik afzalliklarini belgilaydigan tez o'zgarayotgan sohalarda faoliyat yuritayotgan kompaniyalar uchun dolzarbdir.

Aytish joizki, menejerlarni tayyorlashga e'tibor qaratgan kompaniyalar xodimlarning qoniqish darajasiga erishadi, kadrlar aylanishini kamaytiradi va moliyaviy ko'rsatkichlarni oshiradi. Bu esa liderlik ko'nikmalarini rivojlantirishning kompleks ta'sir ko'rsatishini ko'rsatadi, ya'ni u nafaqat ichki jarayonlarga, balki kompaniyaning strategik maqsadlariga ham ta'sir qiladi. Shuningdek, o'z rahbarlari kompetensiyalarini takomillashtirishga sarmoya kiritgan tashkilotlar nafaqat ichki muhitni optimallashtirishga, balki yuqori o'sish ko'rsatkichlariga erishishga ham yordam beradi. Xususan, rahbarlarni tayyorlashga ustuvor ahamiyat berilgan strukturalarda personal aylanishining 18% ga kamayishi yuqori malakali mutaxassislarni saqlab qolish qobiliyatini ko'rsatadi. Bu omil cheklangan professional resurslarga ega bo'lgan sharoitda alohida ahamiyat kasb etadi.

Boshqa tomondan, boshqaruv ko'nikmalarini rivojlantirishni chetlab o'tgan korxonalar progress sur'atining sekinlashishiga duch keladi va bozordagi pozitsiyalarini yo'qotadi, bu esa kelgusida katta moliyaviy yo'qotishlarga olib kelishi mumkin. Shu bilan birga, liderlik sifatlarini shakllantirish jarayoni birmarom mashg'ulotlar bilan cheklanmaydi. Aksincha, barqaror rahbarlik qobiliyatlarini rivojlantirish bilimlarni tizimli ravishda yangilash va ularni amaliyotga bosqichma-

bosqich joriy qilishni talab qiladi. Shu bois, rahbarlar yangi texnologiyalar va ish jarayonlaridagi o‘zgarishlarga moslashishga tayyor bo‘lishi kerak, bu esa raqamlashuv davrida alohida ahamiyatga ega. Masalan, gibrid ish formatlariga o‘tish rahbarlarni masofaviy jamoalarni boshqarish usullarini o‘zlashtirishga majbur qiladi va xodimlarning masofadan motivatsiyasini saqlab turishni talab qiladi. Bu esa ta’lim dasturlariga raqamli vositalar va masofaviy hamkorlik modullarini kiritishning zarurligini ko‘rsatadi.

Shuningdek, liderlik sifatlarini shakllantirishda mentorlik va kouching muhim rol o‘ynaydi, chunki tajribali maslahatchilar yangi rahbarlarga boshqaruv amaliyotlarini tezroq o‘zlashtirishga yordam beradi, amaliyot maslahatlari bilan bo‘lishadi va keng tarqalgan xatolardan qochishga ko‘maklashadi [7]. Shu bilan birga, konkret kompetensiyalarni rivojlantirishga qaratilgan kouching rahbarlarga o‘z zaif jihatlariga e’tibor qaratgan holda ularni yengish strategiyalarini ishlab chiqish imkonini beradi. Natijada o‘zaro qo‘llab-quvvatlash madaniyati shakllanadi, bu esa butun korxonani mustahkamlaydi. Shu bilan birga, liderlarni tayyorlash dasturlarining samaradorligi ko‘p jihatdan ularning tuzilishi va elementlariga bog‘liq bo‘ladi.

Shu bilan birga, hozirgi ko‘nikmalarni baholash, individual ta’lim rejalari va bilimlarni amaliyotda qo‘llash imkoniyatlari rahbarlarning maqsadli rivojlanishini ta’minlaydi, bu esa nazariy bilimlarni amaliy boshqaruv qarorlariga aylantirish va ularning korxona uchun qiymatini oshirish imkonini beradi. Tushunish kerakki, ta’limga kompleks yondashuv nafaqat liderlarning professional sifatlarini rivojlantirishga yordam beradi, balki ularning shaxsiy rivojlanishini ham rag‘batlantiradi. Shu bilan birga, masalan, amaliyot vazifalari rahbarlarga yangi boshqaruv usullarini xavfsiz muhitda sinash imkonini beradi, bu esa ularning eksperimentlar o‘tkazishga tayyorgarligini oshiradi, bu esa ayniqsa innovatsiyalar muvaffaqiyati belgilaydigan sohalar uchun muhimdir.

Boshqa tomondan, korxonalarga tushunishi kerakki, liderlarni rivojlantirish katta vaqt va moliyaviy xarajatlarni talab qiladi va faol liderlikni joriy qilish qisqa muddatli tashabbus emas, balki strategik investitsiyadir, uning natijalari bosqichma-bosqich namoyon bo‘ladi. Shu bilan birga, o‘z menejerlarini faol o‘qitayotgan korxonalar tajribasi ko‘rsatadiki, ushbu sa’y-harakatlar umumiy samaradorlikni oshirish hisobiga o‘zini oqlaydi. Amaliyot ko‘rsatdiki, rahbarlar ta’limga birdek ochiqdir. Shu bilan birga, direktiv usullarga odatlangan ba’zi menejerlar yangi yondashuvlarga qarshi chiqishi mumkin. Shu sababli, bunday holatlarda korxonalar o‘zgarishlarga tayyorlik madaniyatini shakllantirishi lozim, bu esa yuqori rahbarlikdan boshlanishi kerak. Agar top-menejerlar rivojlanishga sodiqligini ko‘rsatsa, bu fakt barcha darajadagi xodimlarni o‘z-o‘zini takomillashtirishga undaydi va nafaqat liderlarning o‘sishiga, balki jamoaviy ruhning mustahkamlanishiga ham xizmat qiladi, bu esa yuqori raqobat sharoitida alohida qadrlidir.

Emotsional intellekt va rivojlangan kommunikativ qobiliyatlarga tayangan samarali liderlik korxonalarning muvaffaqiyatini ta’minlaydigan hal qiluvchi omil hisoblanadi. Uning amalga oshirilishi uchun sistemali ta’lim yondoshuvi zarur bo‘lib, u quyidagilarni o‘z ichiga oladi: rahbarlarning hozirgi darajasini va ehtiyojlarini diagnostika qilish va baholash; individuallashtirilgan dasturlar - shaxsiy ta’lim rejalarini ishlab chiqish; amaliyotda qo‘llash - olingan bilimlarni real ish sharoitlarida qo‘llash. Bunday dasturlarni joriy qilish boshlang‘ichda katta xarajatlar talab qilsa ham, uzoq muddatli afzalliklari xarajatlarni sezilarli darajada qoplaydi. Ularning qatorida: mehnat samaradorligini oshirish; jamoaviy hamkorlikni mustahkamlash; tashkilotning raqobatbardoshligini oshirish kabi natijalar bor. Rahbarlarni rivojlantirishga sistemali investitsiya kiritayotgan korxonalar nafaqat o‘zgaruvchan shartlarga muvaffaqiyatli moslasha oladi, balki sohalarida yetakchi mavqega chiqadi. Bunday kompaniyalar samaradorlikning yangi standartlarini belgilaydigan va innovatsion amaliyotlarni joriy qiluvchi pionerlarga aylanadi, bu esa ularning bozordagi liderligini mustahkamlaydi.

Insonlarning yutuqlarini tan olish - bu umumiy ishga qo‘shgan hissasi uchun minnatdorlikni bildirish: bajarilgan ishlar, maxsus voqea yoki yutuq va faqat inson sifati uchun ham qo‘llanilishi mumkin. Mukofot sifatida top-menejerlar tomonidan ish haqi va imtiyozlardan tashqari qo‘yilgan har qanday sa’y-harakatlar qabul qilinadi. Bu sa’y-harakatlar ko‘pincha moddiy xarajatlar bilan bog‘liq bo‘lmaydi. Bu jamoa yig‘ilishida ommaviy ijobiy fikr bildirish, qiziqarli g‘oya uchun og‘zaki maqtov, vaqtidan avval va sifatli yakunlangan loyihani tan olish bo‘lishi mumkin. Shuningdek,

mukofot sifatida yutuq uchun premiya ham qo‘yiladi. Tan olish xodimlarni ruhlantiradi va ilhomlantiradi, chunki har bir insonning ishlari munosib baholanishini istaydi. Ayniqsa, bu o‘z vaqtida va samimiy ravishda qilinsa, rahbar tomonidan emas ham bo‘lishi mumkin. Xodimlar o‘rtasida munosabatlar mustahkamlanadi, ishonch oshadi, odamlar bir-birini yordamlari uchun minnatdorlik bildirganda va bir-birining yutuqlarini tan olganda. Statistika shuni ko‘rsatadiki, tan olish xodimlarning daxldorligi va motivasiyasini oshirish vositasi sifatida quyidagi natijalarni beradi:

1. Samaradorlik. Tadqiqotlar ko‘rsatadiki, rahbarlar va liderlar ish uchun minnatdorlikni unutmaganida samaradorlik oshadi. Tahlilchilar qayd etdilarki, agar kompaniyalar har hafta qadrlanadigan xodimlar sonini ikki baravarga oshirsa, ish sifati 24% ga yaxshilanadi, ishga kelmaslik 27% ga kamayadi, kadr aylanishi 10% ga pasayadi. Yuqori samarali jamoalar mijozlardan taxminan 6 marta ko‘p ijobiy fikr oladi.

2. Daxldorlik. Ko‘pchilik xodimlar qayd etganidek, ular yaxshi ishi uchun kam maqtov oladigan kompaniyadan ketishga tayyor. Globoforce so‘rovi shuni tasdiqladiki, doimiy ravishda pul, ball yoki minnatdorlik shaklida kichik mukofot oladigan xodimlar yillik bonus oluvchilarga qaraganda ishga 8 marotaba ko‘proq daxldor bo‘ladi. Minnatdorlikni ifodalash stressni kamaytiradi va kayfiyatni muvozanatlaydi, odamlarni baxtli qiladi.

3. Motivasiya. Olimlar ta’kidlaydilarki, odam maqtov olishi natijasida dofamin ishlab chiqaradi. Bu - motivatsiya dvigateli bo‘lib, odamga energiya va baxt gormonlarini beradi. Tanqid esa faqat 7% xodimlarni motivatsiya qiladi. Superjob so‘roviga ko‘ra, 40% ishtirokchi maqtov va tan olishni motivatsiyani oshirish uchun asosiy stimul deb hisoblaydi: ish jarayonini takomillashtirish bo‘yicha g‘oyalar soni 2 marotaba oshadi.

Jamoa a’zolariga minnatdorlikni faqat bir marta berilgan sovg‘alar va ish staji uchun mukofotlar bilan cheklash mumkin emas. U korporativ madaniyatning bir qismiga aylanishi kerak va uning maqsadlari kompaniya qiymatlariga mos kelishi lozim. Eng yaxshi xodimlarni muntazam baholashda sistemali yondoshuv tan olish dasturi orqali ta’minlanadi. Dasturni ishlab chiqishda quyidagilarni hisobga olish zarur:

1. Xodimlarni ommaviy maqtov qilish kerak bo‘lgan sabablarni aniqlash: o‘z vazifalarini barqaror va sifatli bajarish, loyihani amalga oshirishdagi muvaffaqiyat, sifatli hisobot, qiziqarli g‘oya, hamkasblarga yordam berish, korporativ qiymatlarni qo‘llab-quvvatlash. Yorqin so‘zlar uchun sabablar ko‘p bo‘lishi mumkin.

2. Jamoadan so‘rash, ular shaxsan qanday minnatdorlik shakllarini afzal ko‘rishini va qanday shaklda ommaviy ravishda ko‘rishni istashini aniqlash. Olingan ma’lumot odamlarga qaysi turi ko‘proq ma’qulligini ko‘rsatadi va jamoada tan olish madaniyatini rivojlantirish uchun ko‘p insaytlar beradi.

3. Ommaviy qadrlash shakllarini tanlash va ularni normativ hujjatlarda mustahkamlash. Masalan, siz har yili maxsus “tan olish marosimi”ni joriy qilmoqchisiz, unda jamoa tomonidan belgilab qo‘yilgan unvonlar bilan diplomlar topshiriladi: «Yilning yangi yutuqi», «Yil xodimi», «Yilning eng yaxshi g‘oyasi uchun diplom», «Eng yaxshi konferensiya spikeri» va boshqalar. Har bir nominatsiya uchun shart-sharoitlarni Nizomda belgilash kerak. Tan olishning aniq usuli kompaniya imkoniyatlari va an’analariga bog‘liq.

Shuningdek, jamoada tan olishning quyidagi usullarini misol qilib keltirish mumkin:

1. Omaviy maqtov. Bu, ayniqsa, adaptatsiya davrida muhim, chunki allaqachon minnatdorlik bildirish uchun sabab bor. Birinchi baholash yangi xodimga uning hamma narsani to‘g‘ri qilayotganini ko‘rsatadi va ishonch hosil qiladi. Tan olishni quyidagi tarzda ifodalash mumkin:

«Dilshod, men ko‘ryapmanki, siz birinchi vazifalaringizni yaxshi uddaladingiz va jamoaga muvaffaqiyatli moslashyapsiz. Mijozlar bilan ishlashda siz allaqachon birinchi minnatdorlikni oldingiz. Shu tarzda davom eting!»

2. Yozma tan olish. Minnatdorlik xati shtamplarni qo‘llamay yozilganda («siz qo‘shgan hissangiz qimmatli», «sadoqatli mehnatingiz»), yanada ahamiyatli bo‘ladi. Xat quyidagicha bo‘lishi mumkin:

«Men sizning kompaniyadagi muvaffaqiyatlaringizni e’tirof etmoqchiman. O‘tgan yilda siz ko‘p narsa qildingiz: 8 ta yirik bitimni imzoladingiz, 3 ta yangi xodimni tayyorladingiz, asosiy

sohaviy konferensiyada eng yaxshi spiker bo‘ldingiz. Siz ishlayotganingiz barchamizni ilhomlantirib, birgalikda ishlaganda qo‘lga kiritiladigan quvvatni eslatadi. Siz ko‘proq ishlayapsiz, rahmat!»

3. Sifrovaya doska pocheta yoki Sharaf devori. Bu katta kompaniyaning foyesida ajoyib ko‘rinadi. Ekranda bo‘lim va departamentlar yutuqlari, xodimlar fotosuratlari aks etishi mumkin.

4. Qo‘shimcha ta’til, uchinchi dam olish kuni yoki to‘lovli turistik sayohat. Xodim ta’til oladi yoki sayohat bilan taqdirlanadi, hamkasblari esa ish bilan to‘sqinlik qilmay, haqiqiy dam olish imkonini beradilar.

5. Mutaxassis nashrlarida maqolalar, ijtimoiy tarmoqlarda postlar, korporativ portalda e’lonlar. Bu xodimning hamkasblar ko‘zida qiymatini oshiradi, uning nufuzi va maqomi o‘sadi.

6. Kompaniyada uzoq yillik xizmat uchun tan olish marosimi, yubiley, korporativ faxriy belgilar topshirish (sha’niy gramota, ko‘krak nishoni, sovg‘a, merch).

Bularning barchasini yil oxirida, kompaniya tug‘ilgan kunida yoki Jahon minnatdorlik kuni (21 sentyabrda nishonlanadi)da o‘tkazish maqbul. Minnatdorlik kuni - vazifalardan bir oz tanaffus qilish va odamlarga ularning ishi uchun rahmat aytish imkoniyati. Kundalik ishlarda bu vaqtni topish qiyin bo‘lishi mumkin.

Shuningdek, global chaqiriqlar davrida liderlik sifatlarini rivojlantirish strategik ahamiyat kasb etadi, chunki bu tashkilotlarga chaqiriqlarni o‘sish va barqaror rivojlanish imkoniyatlariga aylantirish imkonini beradi. Liderlik nafaqat joriy vazifalarni hal qilish vositasi, balki uzoq muddatda tashkilotning barqaror raqobatbardoshligini ta’minlaydigan strategik resurs sifatida ham qaraladi. Olingan xulosalar asosida korxonalar liderlik sifatlarini rivojlantirishga qaratilgan dasturlarni ishlab chiqishi mumkin, bu esa ishlab chiqarish samaradorligini oshirish va bozordagi mavqeini mustahkamlashga xizmat qiladi. Kelgusidagi tadqiqotlar uchun istiqbolli yo‘nalish - liderlikning tashkilot faoliyatining innovatsion faoliyat yoki malakali kadrlarni ushlab turish kabi jihatlarga ta’sirini tahlil qilish. Shuningdek, kelajakda iqtisodiyot tarmoqlarining madaniy xususiyatlari va spesifikasi turli boshqaruv uslublarining samaradorligiga qanday ta’sir qiladiganini o‘rganish maqsadga muvofiqdir.

Ushbu tadqiqot natijalari liderlik mohiyati va uning global transformatsiyalar kontekstidagi ahamiyatini tushunishga salmoqli hissa qo‘shadi. Liderlik doimiy rivojlanish va moslashuvni talab qiluvchi jarayon ekanligi ham muhimdir, uning holati bir martaga belgilangan emas. Raqamlashuv va iqtisodiy muhitning murakkablashuvi sharoitida, liderlik kompetensiyalarini takomillashtirishga sarmoya kirituvchi kompaniyalar strategik afzallikka ega bo‘ladi. Bu ularga nafaqat o‘zgarishlarga moslashish, balki tarmoq rivojlanish vektorini belgilash imkonini ham beradi. O‘tkazilgan tadqiqot shuni ko‘rsatdiki, liderlik xodimlarning mehnat samaradorligini oshirishning eng natijali mexanizmi sifatida xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Bobrov D.V., Narusova Ye.Yu. Matematik qaror qabul qilish usullariga asoslangan ta’lim muassasasining kompleks xavfsizlik podsistemalarini tanlash // Gumanitar-ijtimoiy institut ilmiy xabarlari. – 2024. – № 19. – B. 3.

2. Valieva E.R., Urazbaxtina L.R. Korxonaning rivojlanish strategiyasini shakllantirish va amalga oshirishda liderlikning roli // Pridneprovskiy ilmiy xabarlari. – 2024. – T. 3. – № 4. – B. 10–15.

3. Vershinina K.M. Jamoadagi muhitning xodimlar o‘rtasidagi munosabatlar, ish qobiliyati va motivatsiyaga ta’siri // Innovatsion fan. – 2024. – № 7-2. – B. 148–151.

4. Dmitrieva S.V. Korporativ madaniyatda transformatsiyalovchi liderlikning xodimlar motivatsiyasi va faolligini dinamikasiga ta’siri // Innovatsiyalar va investitsiyalar. – 2024. – № 6. – B. 140–143.

5. Dolanbekov G.A. Liderning xodimlar motivatsiyasi va faolligiga ta’sirini baholash: o‘lchash usullari va yaxshilash strategiyalari // Ilm muammolari. – 2024. – № 5 (86). – B. 36–42.

6. Zayseva A.V. Zamonaviy biznes amaliyotida barqaror rivojlanish konsepsiyasini amalga oshirish xususiyatlari // Naukosfera. – 2021. – № 11-1. – B. 181–185.

7. Lashkevich M.A., Mixeeva Yu.A. Autsorsing kontekstida biznes jarayonlarini transformatsiya qilishning zamonaviy yondashuvlari // Innovatsiyalar va investitsiyalar. – 2024. – № 1. – B. 118–120.

8. Matvienko F.N. Yuqori samarali jamoalarni shakllantirish va rivojlantirishga oid yondashuvlar // Innovatsiyalar va investitsiyalar. – 2024. – № 8. – B. 174–179.

9. Ovchinnikova N.V., Ovchinnikov S.A., Lebedeva O.E. Korxonani strategik boshqarishga oid konseptual yondashuvlar // Altay iqtisodiyot va huquq akademiyasi xabarlari. – 2025. – № 2-2. – B. 244–248.

10. Pan D. Raqamli muhitda liderlikning sotsiologik jihatlari // Russian Economic Bulletin. – 2024. – T. 7. – № 5. – B. 81–86.

11. Poliektova Yu.A. Rukovodstvo uslubining tashkilot psixologiyasiga ta’siri // Ilm xabarlari. – 2025. – T. 3. – № 3 (84). – B. 512–519.

12. Rozanov V.A. Loyihalar boshqaruvi sohasidagi mutaxassislar mehnatini baholashning asosiy mezonlari // Innovatsiyalar va investitsiyalar. – 2024. – № 4. – B. 202–206.

Sa’dullayeva Shahzoda Anvarovna
Buxoro davlat universiteti I bosqich tayanch doktoranti
E-mail: shahzodasadullayeva88@gmail.com

TRANSMILLIY NARKOTAHDIDLAR SHAROITIDA XOTIN-QIZLAR IJTIMOIY FAOLLIGINI RIVOJLANTIRISHDA METAREFLEKSIV DETERMINANTLARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada transmilliy narkotahdidlar sharoitida xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini rivojlantirishda metarefleksiv determinantlarning psixologik xususiyatlari ilmiy tahlil etilgan. Metarefleksiyaning tarkibiy qismlari va xotin-qizlar psixologiyasidagi o'rni ko'rib chiqilgan. Tadqiqot natijalariga ko'ra, metarefleksiv salohiyati yuqori ayollar narkotahdidlarga nisbatan ancha chidamli va ijtimoiy faolligi yuqori ekanligi aniqlangan. Xotin-qizlarda metarefleksiv determinantlarni rivojlantirish yo'llari tavsiya etilgan.*

Kalit so’zlar: *metarefleksiya, ijtimoiy faollik, xotin-qizlar, narkotahdid, psixologik determinantlar, o'z-o'zini anglash, ijtimoiy mas'uliyat, transmilliy tahdidlar.*

Аннотация. *В данной статье научно анализируются психологические особенности метарефлексивных детерминант в развитии социальной активности женщин в условиях транснациональных наркоугроз. Рассмотрены структурные компоненты метарефлексии и её роль в психологии женщин. Согласно результатам исследования, женщины с высоким метарефлексивным потенциалом демонстрируют значительно большую устойчивость к наркоугрозам и более высокий уровень социальной активности. Предложены рекомендации по развитию метарефлексивных детерминант у женщин.*

Ключевые слова: *метарефлексия, социальная активность, женщины, наркоугроза, психологические детерминанты, самосознание, социальная ответственность, транснациональные угрозы.*

Abstract. *This article scientifically analyzes the psychological characteristics of metareflective determinants in the development of women's social activity under transnational drug threat conditions. The structural components of metareflection and its role in women's psychology are examined. Research results show that women with higher metareflective potential demonstrate greater resilience to drug threats and higher social activity. Recommendations for developing metareflective determinants in women are provided.*

Key words: *metareflection, social activity, women, drug threat, psychological determinants, self-awareness, social responsibility, transnational threats.*

Kirish. Zamonaviy jamiyatda transmilliy narkotahdidlar insoniyatning eng murakkab ijtimoiy muammolaridan biriga aylandi. Bu tahdid nafaqat sog'liqqa, balki shaxsning ijtimoiy faolligiga, oila

barqarorligiga va umuman jamiyatning axloqiy sog'lomligiga katta zarar yetkazadi. Aynan ushbu shart-sharoitlarda xotin-qizlarning psixologik jihatdan pishib yetilgan, ijtimoiy mas'uliyatli va faol fuqarolik pozitsiyasini egallaslari alohida ahamiyat kasb etadi.

Psixologiya fanida metarefleksiya - ya'ni o'z tafakkuri va his-tuyg'ulari ustidan ongli nazorat o'rnatish qobiliyati - shaxs rivojlanishining muhim ko'rsatkichi sifatida e'tirof etilmoqda [1]. Ayollarning metarefleksiv salohiyatini rivojlantirish ularning nafaqat o'z shaxsiy hayotini, balki atrofdagi ijtimoiy muhitni ham ongli ravishda shakllantirishga qodir ekanligini ta'minlaydi. Shu ma'noda, "Xotin-qizlar ijtimoiy faolligini rivojlantirishda metarefleksiv determinantlarning psixologik xususiyatlari" mavzusidagi dissertatsiya tadqiqoti narkotahdidlarga qarshi kurashda ayollarning psixologik resurslarini to'liq ochib berishga qaratilgan.

Maqolaning maqsadi - transmilliy narkotahdidlar sharoitida xotin-qizlar ijtimoiy faolligini rivojlantirishda metarefleksiv determinantlarning psixologik xususiyatlarini nazariy va empirik jihatdan o'rganish hamda ularni rivojlantirish yo'nalishlarini asoslash.

1. Metarefleksiyaning ilmiy-nazariy asoslari

Metarefleksiya (yunoncha meta - yuqoriga + lotincha reflexio - orqaga qaytish) - bu shaxsning o'z fikrlash jarayonlari, hissiy holatlari va xulq-atvor motivlari ustida ongli kuzatuv olib borish qobiliyatidir. Ushbu tushunchani psixologiya faniga J.Flavell (1979) metakognitiv tadqiqotlari orqali olib kirgan [2], keyinchalik A.V.Karpov va V.V.Petuxova uni yanada chuqurroq o'rganishdi [3].

Metarefleksiyaning asosiy tarkibiy qismlari:

- o'z-o'zini kuzatish (self-monitoring) - shaxsning o'z ichki holatlarini real vaqtda kuzatib borish;
- metakognitiv nazorat - fikrlash jarayonlarini rejalashtirib, yo'naltirish va tuzatish;
- refleksiv baho - o'z harakatlarini tanqidiy nuqtai nazardan baholash;
- perspektiv tafakkur - harakatlarning oqibatlarini oldindan ko'ra bilish va bunga muvofiq qaror qabul qilish.

A.V.Karpovning tadqiqotlariga ko'ra, yuqori darajali metarefleksiv qobiliyatga ega bo'lgan shaxslar stressli vaziyatlarda ancha samarali qarorlar qabul qiladi, ijtimoiy bosimga chidamlilik ko'rsatadi va manipulyatsiyalarga kamroq beriluvchan bo'ladi [3]. Bu xususiyatlar, ayniqsa, narkotahdid kabi murakkab ijtimoiy vaziyatlarda hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi.

Psixologik determinantlar sifatida metarefleksiya kognitiv (fikrlash), emotsional (hissiyot) va motivatsion (harakatga undovchi) darajalarda namoyon bo'ladi. Ayollarning ijtimoiy faolligini o'rganishda ushbu uch darajaning uyg'unligi muhim hisoblanadi.

2. Xotin-qizlar ijtimoiy faolligining psixologik tuzilishi

Ijtimoiy faollik - bu shaxsning jamiyat hayotida ongli, maqsadli va mas'uliyatli ishtirok etishidir [4]. U passiv ijtimoiy mavjudlikdan farqli o'laroq, shaxsning o'z-o'zini anglagan holda ijtimoiy o'zgarishlar uchun harakat qilishini bildiradi. Xotin-qizlar ijtimoiy faolligining psixologik tuzilishi uch asosiy komponentdan iborat.

Kognitiv komponent. Ayolning o'zi va atrofdagi ijtimoiy voqelikni to'g'ri idrok etishi, ijtimoiy muammolarni anglashi va ularni hal etish yo'llarini bilishini o'z ichiga oladi. Narkotik moddalar tarqalishi kontekstida kognitiv komponent ayolning xavf-xatarlarni aniq tushunishini nazarda tutadi.

Emotsional-motivatsion komponent. Ijtimoiy faollikning harakatlantiruvchi kuchi ayolning o'z jamiyatiga nisbatan qayg'urishi, mas'uliyat hissi va faol harakat qilishga ichki ehtiyojidir. Bu komponent metarefleksiya bilan chambarchas bog'liq.

Xulq-atvor komponenti. Bu ijtimoiy faollikning bevosita namoyon bo'lishidir: jamoat tashkilotlarida faoliyat yuritish, oilaviy muhitda narkotikka qarshi tarbiya olib borish, mahalla ishlarida ishtirok etish. Ushbu komponentning faollik darajasi ko'p jihatdan ayolning metarefleksiv rivojlanish darajasiga bog'liq [5].

3. Transmilliy narkotahdidlar va ayollar psixologiyasi

BMT Narkotik va jinoyat bo'yicha boshqarmasining 2022-yilgi hisobotiga ko'ra, narkotik moddalar savdosi butun dunyoda kengayib bormoqda va bu muammo Markaziy Osiyo mintaqasini ham qamrab olmoqda [6]. Transmilliy narkotahdid deganda bir davlatning chegarasidan chiqib, bir

necha mamlakatlarni qamrab oluvchi narkotik moddalar tarqalishi, ularning oqibatida yuzaga keladigan ijtimoiy tanazzul va psixologik jarohatlash tushuniladi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oilada narkotikdan aziyat chekkanda birinchi navbatda ayol - ona, xotin yoki qiz - eng og'ir psixologik yukni ko'taradi [7]. Shu bilan birga, ayollar narkotikka qarshi kurashda eng faol ijtimoiy kuch bo'lishi mumkin. Ayolning oiladagi va jamoatdagi nufuzi, uning tarbiya va himoya funksiyasi narkotahdidlarga qarshi kuchli psixologik to'siq vazifasini bajarishi mumkin.

Psixologik tadqiqotlar natijalariga ko'ra, metarefleksiv rivojlanish darajasi yuqori ayollar:

• xavf signallarini erta sezish va ularga to'g'ri baho berish qobiliyatiga ega;

• o'z bolalari va yaqinlarida narkotikka moyillikni erta aniqlash imkoniyatiga ega;

• ijtimoiy muhitda o'z nufuzini mustahkamlab, narkotikka qarshi munosabatni shakllantiradi;

• stressli va qiyin vaziyatlarda muvozanatli psixologik holatni saqlab qolishga qodir.

4. Empirik tadqiqot natijalari

Tadqiqotda 18-55 yosh oralig'idagi 120 nafar ayol ishtirok etdi. A.V.Karpovning metarefleksiya darajasini o'lchash metodikasi va R.S.Nemovning ijtimoiy faollik diagnostikasi qo'llanildi [3; 4].

Natijalar 1-jadvalda keltirilgan.

Metarefleksiya darajasi	Ishtirokchilar soni (%)	Ijtimoiy faollik ko'rsatkichi
Yuqori	28 nafar (23,3%)	87,4 ball (juda yuqori)
O'rta	61 nafar (50,8%)	62,1 ball (o'rta)
Past	31 nafar (25,9%)	38,7 ball (past)

1-jadval. Metarefleksiya darajasi va ijtimoiy faollik ko'rsatkichlari (n=120)

Jadval tahlili shuni ko'rsatadiki, metarefleksiya darajasi yuqori bo'lgan ayollar ijtimoiy faollik ko'rsatkichida ham sezilarli yuqori natijalarni qayd etgan. Pearson korrelyatsiya tahlili metarefleksiya va ijtimoiy faollik o'rtasida statistik jihatdan ishonchli musbat bog'liqlikni ($r=0,73$; $p<0,01$) aniqladi [3]. Bu natijalar metarefleksiv determinantlarning xotin-qizlar ijtimoiy faolligini belgilashdagi hal qiluvchi rolini tasdiqlaydi.

Shuningdek, tadqiqot davomida narkotahdid yuqori bo'lgan hududlarda yashovchi, ammo metarefleksiv salohiyati rivojlangan ayollar ijtimoiy faollik bo'yicha ancha yuqori natijalar ko'rsatgani aniqlandi. Bu topilma metarefleksiyaning muhofaza (protektiv) funksiyasini tasdiqlaydi.

5. Metarefleksiv determinantlarni rivojlantirish yo'llari

Tadqiqot natijalari va nazariy tahlil asosida xotin-qizlarda metarefleksiv determinantlarni rivojlantirish uchun quyidagi psixologik yo'nalishlar tavsiya etiladi:

Psixologik ta'lim dasturlari. Ayollar uchun mo'ljallangan maxsus psixologik treninglar va seminarlar orqali metakognitiv ko'nikmalarni rivojlantirish lozim. Bu dasturlar o'z-o'zini anglash, stressni boshqarish va ijtimoiy muammolarni yechish ko'nikmalarini o'z ichiga olishi kerak.

Guruhli refleksiv mashg'ulotlar. Guruhli psixologik mashg'ulotlar, ayniqsa, ayollar muhokama klublari va o'zaro yordam guruhlari metarefleksiyaning ijtimoiy o'lchovini rivojlantirishga xizmat qiladi. Bunday guruhlar ayollarning narkotahdidlarga nisbatan birgalikda chidamlilik strategiyalarini ishlab chiqishiga yordam beradi.

Individual psixologik maslahat. Metarefleksiv rivojlanish darajasi past bo'lgan ayollar uchun individual psixologik yordam muhim hisoblanadi. Kognitiv-xulqiy terapiya (KXT) usullari ayniqsa samarali ekanligi isbotlangan [8].

Mahalla va jamoatchilik resurslari. Psixologik yordam faqat ixtisoslashgan muassasalar bilan cheklanib qolmasligi kerak. Mahalla tashkilotlari, ayollar qo'mitalari va ma'rifiy institutlar ayollarning metarefleksiv salohiyatini rivojlantiruvchi muhit yaratishda muhim rol o'ynaydi.

Raqamli resurslar. Zamonaviy texnologiyalar imkoniyatlaridan foydalanib, ayollar uchun mo'ljallangan psixologik o'z-o'zini rivojlantirish platformalarini joriy etish maqsadga muvofiqdir.

Mobil ilovalar va onlayn treninglar yordamida ayollar o'z metarefleksiv ko'nikmalarini mustaqil ravishda rivojlantirishi mumkin.

Xulosa. Ushbu maqolada transmilliy narkotahdidlar sharoitida xotin-qizlar ijtimoiy faolligini rivojlantirishda metarefleksiv determinantlarning psixologik xususiyatlari tahlil etildi. O'tkazilgan tadqiqot va nazariy tahlil asosida quyidagi xulosalarga kelindi:

1. Metarefleksiya xotin-qizlar ijtimoiy faolligining muhim psixologik determinanti hisoblanadi. Metarefleksiya darajasi va ijtimoiy faollik o'rtasidagi korrelyatsion bog'liqlik (r=0,73) ushbu munosabatning mustahkamligini isbotlaydi.

2. Transmilliy narkotahdidlar sharoitida metarefleksiv rivojlangan ayollar ijtimoiy, oilaviy va shaxsiy sohalarda ancha yuqori psixologik chidamlilik ko'rsatmoqda.

3. Xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini oshirish uchun kognitiv, emotsional va xulq-atvor komponentlarini bir butun tizim sifatida rivojlantiruvchi kompleks psixologik dasturlar ishlab chiqilishi zarur.

4. Metarefleksiv determinantlarni rivojlantirish yo'nalishidagi tadqiqotlar dissertatsiya mavzusining ilmiy-amaliy ahamiyatini kuchaytiradi va narkotahdidlarga qarshi kurashda ayollarning psixologik salohiyatidan samarali foydalanish imkoniyatini ochib beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Leontev A.N. Deyatelnost. Soznanie. Lichnost. - M.: Politizdat, 1975. - 304 s.
2. Flavell J.H. Metacognition and cognitive monitoring // American Psychologist. - 1979. - Vol. 34, No. 10. - P. 906–911.
3. Karpov A.V. Refleksivnost kak psixicheskoe svoistvo i metody ee diagnostiki // Psixologicheskiy jurnal. - 2003. - T. 24. - № 5. - S. 45–57.
4. Xolmatova D.X. O'zbekiston ayollari ijtimoiy faolligining psixologik xususiyatlari. - T.: Fan va texnologiya, 2018. - 156 b.
5. Abdurahmonova M.I. Ayollar psixologiyasida o'z-o'zini anglash muammolari // Psixologiya. - 2021. - № 3. - B. 12–19.
6. UNODC. World Drug Report 2022. - Vienna: United Nations Office on Drugs and Crime, 2022. - 112 p.
7. Yusupova G.R. Narkotahdidlar sharoitida oila psixologiyasi. - T.: O'zbekiston, 2020. - 112 b.
8. Bandura A. Social Learning Theory. - Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1977. - 247 p.
9. Petuxova V.V. Metarefleksiya kak osnova samoregulatsii lichnosti. - M.: MGU, 2010. - 198 s.

Karimov I.A. Yuksak ma'naviyat - yengilmas kuch. - T.: Ma'naviyat, 2008. - 176

Ummatov Baxtiyor Toshqo‘zi o‘g‘li
Buxoro xalqaro universiteti tadqiqotchisi

BO‘LAJAK O‘QITUVCHILARNING RAQAMLI KOMPETENSIYALARINI BAHOLASH VA MONITORING QILISH MEZONLARINI TAKOMILLASHTIRISH

Annotatsiya. *Mazkur maqolada bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini baholash va monitoring qilish masalalari yoritiladi. Unda pedagogik ta’lim jarayonida talabalarning raqamli savodxonligi, elektron resurslardan foydalanish malakasi, raqamli kontent yaratish ko‘nikmasi hamda onlayn ta’lim muhitida faoliyat yuritish qobiliyatini aniqlash mezonlari tahlil qilinadi. Shuningdek, monitoring natijalari asosida bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli tayyorgarligini takomillashtirish imkoniyatlari asoslab beriladi.*

Kalit so’zlar: *bo‘lajak o‘qituvchi, raqamli kompetensiya, baholash, monitoring, raqamli savodxonlik, elektron ta’lim, raqamli kontent, pedagogik diagnostika, kasbiy tayyorgarlik.*

Аннотация. *В данной статье рассматриваются вопросы оценки и мониторинга цифровых компетенций будущих учителей. Анализируются критерии определения цифровой грамотности студентов, навыков использования электронных ресурсов, умений создавать цифровой контент и способности работать в онлайн-образовательной среде. Также обосновываются возможности совершенствования цифровой подготовки будущих педагогов на основе результатов мониторинга.*

Ключевые слова: *будущий учитель, цифровая компетенция, оценивание, мониторинг, цифровая грамотность, электронное обучение, цифровой контент, педагогическая диагностика, профессиональная подготовка.*

Annotation. *This article examines the issues of assessing and monitoring future teachers' digital competencies. It analyzes the criteria for identifying students' digital literacy, skills in using electronic resources, ability to create digital content, and readiness to work in an online educational environment. The article also substantiates the possibilities of improving future teachers' digital readiness based on monitoring results.*

Key words: *future teacher, digital competence, assessment, monitoring, digital literacy, e-learning, digital content, pedagogical diagnostics, professional training.*

Kirish. Bugungi raqamli ta'lim sharoitida bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini shakllantirish va ularni muntazam baholab borish pedagogik ta'limning muhim vazifalaridan biridir. Zamonaviy o‘qituvchi nafaqat fan bo‘yicha bilimga ega bo‘lishi, balki raqamli texnologiyalardan samarali foydalanishi, elektron resurslar yaratishi, onlayn platformalarda ishlashi va ta'lim jarayonini innovatsion vositalar orqali tashkil eta olishi zarur.

Bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini baholash ularning raqamli savodxonligi, axborot bilan ishlash ko‘nikmalari, elektron ta'lim vositalaridan foydalanish darajasi, raqamli kontent yaratish malakasi va kasbiy faoliyatga tayyorgarligini aniqlash imkonini beradi. Monitoring esa ushbu ko‘nikmalarning rivojlanish dinamikasini kuzatish, mavjud kamchiliklarni aniqlash va ta'lim jarayonini takomillashtirishga xizmat qiladi.

Mazkur mavzuning ahamiyati shundaki, raqamli kompetensiyalarni shakllantirish jarayoni faqat o‘quv kurslari yoki amaliy mashg‘ulotlar bilan cheklanmaydi. Bu jarayonni aniq mezonlar asosida baholash, muntazam tahlil qilish va natijalarga ko‘ra pedagogik choralar belgilash zarur. Shundagina bo‘lajak o‘qituvchilar raqamli ta'lim muhitida samarali faoliyat yuritishga tayyor, zamonaviy va raqobatbardosh mutaxassis sifatida shakllanadi.

Ushbu maqolada bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini baholash va monitoring qilishning mazmuni, mezonlari, pedagogik imkoniyatlari hamda raqamli tayyorgarlikni takomillashtirishdagi ahamiyati yoritiladi.

Mavzuning dolzarbligi. Bugungi raqamli ta'lim sharoitida bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini shakllantirish bilan birga, ularni muntazam baholash va monitoring qilish muhim ahamiyat kasb etmoqda. Chunki zamonaviy pedagog nafaqat raqamli texnologiyalardan foydalanishni bilishi, balki elektron resurslar yaratish, onlayn platformalarda ishlash, raqamli kontentni ta'lim maqsadiga mos qo‘llash va axborot xavfsizligi talablariga rioya qilish ko‘nikmalariga ham ega bo‘lishi zarur.

Mavzuning dolzarbligi shundaki, bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli tayyorgarlik darajasi har doim ham bir xil bo‘lmaydi. Ayrim talabalar raqamli vositalardan faol foydalansa-da, ularni pedagogik maqsadda to‘g‘ri qo‘llash, elektron o‘quv materiallarini yaratish yoki raqamli baholash vositalaridan foydalanishda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Shu sababli raqamli kompetensiyalarni aniq mezonlar asosida baholash va ularning rivojlanish dinamikasini monitoring qilish zarur.

Baholash va monitoring jarayoni bo‘lajak o‘qituvchilarning kuchli va zaif tomonlarini aniqlash, ularga individual pedagogik yordam ko‘rsatish hamda ta'lim dasturlarini takomillashtirish imkonini beradi. Ayniqsa, raqamli savodxonlik, elektron resurslardan foydalanish, raqamli kontent yaratish, onlayn muloqot va axborot xavfsizligi kabi yo‘nalishlarda talabalarning tayyorgarligini tizimli o‘rganish ularning kelajak kasbiy faoliyatga tayyorligini oshiradi.

Demak, bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini baholash va monitoring qilish zamonaviy pedagogik ta’lim sifatini oshirish, raqamli ta’lim muhitiga moslashgan, innovatsion fikrlaydigan va raqamli texnologiyalarni samarali qo‘llay oladigan pedagog kadrlarni tayyorlashda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Adabiyotlar tahlili. Bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini baholash va monitoring qilish masalasi zamonaviy pedagogik tadqiqotlarda raqamli ta’lim, kasbiy tayyorgarlik, pedagogik diagnostika va ta’lim sifatini boshqarish bilan bog‘liq holda yoritiladi. Ilmiy adabiyotlarda raqamli kompetensiya o‘qituvchining raqamli texnologiyalardan samarali foydalanishi, elektron resurslarni tanlashi, raqamli kontent yaratishi, onlayn muloqotni tashkil etishi, o‘quv natijalarini baholashi va axborot xavfsizligiga rioya qilishi bilan izohlanadi.

Raqamli kompetensiyalarni baholash bo‘yicha xalqaro yondashuvlarda DigCompEdu modeli muhim nazariy asos sifatida e’tirof etiladi. Mazkur model pedagogning raqamli kompetensiyalarini kasbiy faoliyat, raqamli resurslar, ta’lim va o‘qitish, baholash, o‘quvchilar imkoniyatlarini kengaytirish hamda o‘quvchilarning raqamli kompetensiyalarini rivojlantirish yo‘nalishlari bo‘yicha tahlil qilish imkonini beradi. Shu sababli ushbu model bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli tayyorgarligini mezonlar asosida baholashda metodologik asos bo‘lib xizmat qiladi.

UNESCO tomonidan ishlab chiqilgan AKT kompetensiyalari doirasida ham o‘qituvchilarni raqamli texnologiyalardan foydalanishga tayyorlash ta’lim sifatini oshirishning muhim sharti sifatida ko‘rsatiladi. Bu yondashuvda pedagogning raqamli kompetensiyasi faqat texnik vositalardan foydalanish bilan cheklanmaydi, balki o‘quv jarayonini rejalashtirish, raqamli resurslarni didaktik maqsadga mos qo‘llash, innovatsion metodlardan foydalanish va o‘quvchilar faoliyatini qo‘llab-quvvatlashni ham o‘z ichiga oladi.

Adabiyotlarda raqamli kompetensiyalarni baholash jarayoni faqat yakuniy nazorat sifatida emas, balki uzluksiz monitoring tizimi sifatida qaraladi. Monitoring bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli ko‘nikmalari qanday rivojlanayotganini aniqlash, mavjud qiyinchiliklarni ko‘rsatish va pedagogik ta’sir choralarini belgilash imkonini beradi. Ayniqsa, elektron portfolio, onlayn testlar, amaliy raqamli loyihalar, o‘z-o‘zini baholash varaqalari va refleksiv hisobotlar monitoringning samarali vositalari sifatida talqin etiladi.

Tadqiqotchilar raqamli kompetensiyalarni baholashda aniq mezonlar zarurligini ta’kidlaydilar. Bunday mezonlarga raqamli savodxonlik, axborotni izlash va saralash, elektron ta’lim resurslarini yaratish, multimedia vositalaridan foydalanish, onlayn baholash tizimlari bilan ishlash, raqamli xavfsizlik va raqamli pedagogik madaniyat kiradi. Bu mezonlar orqali bo‘lajak o‘qituvchining raqamli ta’lim muhitida samarali ishlashga tayyorgarlik darajasini aniqlash mumkin.

Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini baholash va monitoring qilish pedagogik ta’lim sifatini oshirishda muhim ahamiyatga ega. Ushbu jarayon orqali talabalarning kuchli va zaif tomonlari aniqlanadi, raqamli tayyorgarlikdagi bo‘shliqlar bartaraf etiladi hamda ta’lim dasturlarini takomillashtirish uchun zarur ma’lumotlar olinadi. Shu bois raqamli kompetensiyalarni baholash va monitoring qilish tizimli, mezonlarga asoslangan, amaliy faoliyat bilan bog‘langan hamda refleksiv yondashuvga tayangan holda tashkil etilishi maqsadga muvofiqdir.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqotda bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini baholash va monitoring qilishning pedagogik imkoniyatlarini aniqlash asosiy maqsad qilib olindi. Tadqiqot jarayonida talabalarning raqamli savodxonligi, elektron resurslardan foydalanish ko‘nikmalari, raqamli kontent yaratish malakasi, onlayn ta’lim platformalarida ishlash qobiliyati hamda axborot xavfsizligiga rioya qilish darajasi o‘rganildi.

Tadqiqotning metodologik asosi sifatida kompetensiyaviy yondashuv, shaxsga yo‘naltirilgan ta’lim, faoliyatga yo‘naltirilgan yondashuv va raqamli pedagogika tamoyillariga tayanildi. Ushbu yondashuvlar bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini faqat nazariy bilim sifatida emas, balki amaliy faoliyatda namoyon bo‘ladigan kasbiy ko‘nikmalar tizimi sifatida baholash imkonini beradi.

Tadqiqotda nazariy tahlil, pedagogik kuzatish, anketa so‘rovi, suhbat, test, elektron portfolio tahlili va amaliy topshiriqlar metodlaridan foydalanildi. Nazariy tahlil orqali raqamli kompetensiya,

baholash mezonlari va monitoring tizimiga oid ilmiy qarashlar o‘rganildi. Anketa va suhbatlar yordamida talabalarning raqamli texnologiyalardan foydalanish tajribasi, ehtiyojlari va qiyinchiliklari aniqlashtirildi. Amaliy topshiriqlar esa ularning raqamli kontent yaratish, elektron taqdimot tayyorlash, onlayn baholash vositalaridan foydalanish va elektron resurslarni ta’limiy maqsadga moslashtirish ko‘nikmalarini baholashga xizmat qildi.

Tadqiqotda nazariy tahlil, pedagogik kuzatish, anketa so‘rovi, suhbat, test, elektron portfolio tahlili va amaliy topshiriqlar metodlar

Tadqiqot bosqichi	Qo‘llanilgan metodlar	O‘rganilgan ko‘rsatkichlar	Kutilgan natija
Nazariy bosqich	Ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish	Raqamli kompetensiya, baholash mezonlari, monitoring yondashuvlari	Tadqiqotning nazariy-metodologik asoslari aniqlanadi
Diagnostik bosqich	Anketa, suhbat, kuzatish	Talabalarning raqamli savodxonligi, raqamli vositalardan foydalanish tajribasi	Boshlang‘ich raqamli tayyorgarlik darajasi aniqlanadi
Amaliy baholash bosqichi	Test, amaliy topshiriqlar, elektron portfolio tahlili	Raqamli kontent yaratish, elektron resurslardan foydalanish, onlayn platformalarda ishlash	Talabalarning real amaliy ko‘nikmalari baholanadi
Monitoring bosqichi	Taqqoslash, kuzatish, refleksiv tahlil	Raqamli kompetensiyalarning rivojlanish dinamikasi	O‘sish, kamchilik va ehtiyojlar aniqlanadi
Yakuniy tahlil bosqichi	Sifat va miqdoriy tahlil	Baholash natijalari, monitoring xulosalari, pedagogik tavsiyalar	Raqamli kompetensiyalarni rivojlantirish bo‘yicha takliflar ishlab chiqiladi

Tadqiqot obyekti sifatida bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini shakllantirish va baholash jarayoni belgilandi. Tadqiqot predmeti esa raqamli kompetensiyalarni baholash mezonlari, monitoring vositalari, pedagogik diagnostika usullari va ularni takomillashtirish mexanizmlaridan iborat.

Tadqiqot natijalarini tahlil qilishda sifat va miqdoriy yondashuvlardan foydalanildi. Bunda talabalarning raqamli savodxonlik darajasi, axborotni izlash va qayta ishlash ko‘nikmalari, raqamli ta’lim resurslarini yaratish qobiliyati, elektron baholash vositalaridan foydalanishi hamda axborot xavfsizligi madaniyati asosiy mezonlar sifatida olindi.

Umuman olganda, tanlangan metodologiya bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini tizimli baholash, ularning rivojlanish dinamikasini monitoring qilish va pedagogik ta’lim jarayonida mavjud kamchiliklarni aniqlash imkonini beradi. Mazkur yondashuv raqamli ta’lim muhitida samarali faoliyat yurita oladigan, zamonaviy texnologiyalarni kasbiy faoliyatiga tatbiq eta oladigan pedagog kadrlarni tayyorlashga xizmat qiladi.

Muhokama. Bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini baholash va monitoring qilish zamonaviy pedagogik ta’lim jarayonining ajralmas tarkibiy qismi hisoblanadi. Chunki raqamli ta’lim sharoitida bo‘lajak pedagogdan faqat texnik vositalardan foydalanish emas, balki ularni ta’limiy maqsadga mos tanlash, o‘quv jarayoniga integratsiya qilish, raqamli kontent yaratish,

axborotni tahlil qilish va o‘quvchilar bilan raqamli muloqotni samarali tashkil etish ko‘nikmalari talab etiladi. Shu sababli raqamli kompetensiyalarni rivojlantirish jarayoni muntazam baholash va monitoring asosida olib borilishi lozim.

Muhokama jarayonida shuni ta’kidlash mumkinki, baholash bo‘lajak o‘qituvchining mavjud raqamli tayyorgarlik darajasini aniqlashga xizmat qilsa, monitoring ushbu kompetensiyalarning rivojlanish dinamikasini kuzatish imkonini beradi. Ya’ni baholash orqali talabaning raqamli savodxonligi, elektron resurslardan foydalanish malakasi, onlayn platformalarda ishlash qobiliyati va raqamli kontent yaratish ko‘nikmalari aniqlanadi. Monitoring esa ushbu ko‘rsatkichlarning vaqt davomida qanday o‘zgarayotganini, qaysi yo‘nalishlarda o‘sish borligini va qaysi jihatlarda qo‘shimcha pedagogik yordam zarurligini ko‘rsatadi.

Bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini baholashda aniq mezonlar muhim ahamiyatga ega. Bunday mezonlar raqamli savodxonlik, axborotni izlash va saralash, elektron o‘quv materiallarini yaratish, multimedia vositalaridan foydalanish, onlayn baholash tizimlari bilan ishlash, axborot xavfsizligiga rioya qilish hamda raqamli pedagogik madaniyatni o‘z ichiga olishi mumkin. Agar baholash mezonlari aniq belgilanmasa, talabalarning haqiqiy raqamli tayyorgarlik darajasini xolis aniqlash qiyinlashadi.

Shuningdek, monitoring jarayoni faqat yakuniy natijalarni aniqlash bilan cheklanmasligi kerak. U talabalarning o‘quv jarayonidagi faolligi, mustaqil ishlashi, raqamli topshiriqlarni bajarishi, elektron portfolio yuritishi, raqamli loyihalar yaratishi va refleksiv tahlil olib borishini ham qamrab olishi zarur. Bunday yondashuv bo‘lajak o‘qituvchining raqamli kompetensiyalarini faqat nazariy bilim darajasida emas, balki amaliy faoliyatda namoyon bo‘lishi orqali baholash imkonini beradi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, raqamli kompetensiyalarni baholashda an’anaviy nazorat usullari bilan birga zamonaviy baholash vositalaridan ham foydalanish maqsadga muvofiqdir. Jumladan, elektron testlar, onlayn so‘rovnomalar, raqamli portfolio, loyiha ishlari, interaktiv topshiriqlar, amaliy mahsulotlar va o‘z-o‘zini baholash shakllari talabalarning raqamli tayyorgarligini yanada aniqroq ko‘rsatib beradi. Ayniqsa, elektron portfolio talabaning raqamli faoliyati, yutuqlari, ijodiy ishlari va kasbiy rivojlanishini tizimli aks ettiruvchi samarali vosita sifatida ahamiyatlidir.

Muhokama davomida yana bir muhim jihat shundaki, monitoring natijalari pedagogik qarorlar qabul qilish uchun asos bo‘lib xizmat qiladi. Agar monitoring natijalarida talabalarning raqamli kontent yaratish, elektron baholash vositalaridan foydalanish yoki axborot xavfsizligi bo‘yicha qiyinchiliklari aniqlansa, o‘quv dasturlariga qo‘shimcha amaliy mashg‘ulotlar, seminarlar, treninglar va mustaqil topshiriqlar kiritilishi mumkin. Bu esa ta’lim jarayonini talabalarning real ehtiyojlariga moslashtirish imkonini beradi.

Bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini baholash va monitoring qilishda o‘z-o‘zini baholash ham muhim o‘rin tutadi. Talaba o‘zining raqamli ko‘nikmalarini tahlil qilishi, kuchli va zaif tomonlarini aniqlashi, shaxsiy rivojlanish rejasini belgilashi orqali kasbiy o‘sishga ongli yondashadi. Bu jarayon refleksiv fikrlashni rivojlantiradi va bo‘lajak pedagogning o‘z ustida mustaqil ishlashiga yordam beradi.

Umuman olganda, bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini baholash va monitoring qilish ta’lim sifati, kasbiy tayyorgarlik va raqamli pedagogik madaniyatni rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Ushbu jarayon tizimli, mezonlarga asoslangan va amaliy faoliyat bilan bog‘langan holda tashkil etilganda, bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli ta’lim muhitida samarali ishlashga tayyorgarligi kuchayadi. Shu bois pedagogik oliy ta’lim muassasalarida raqamli kompetensiyalarni baholash va monitoring qilishning aniq mexanizmlarini ishlab chiqish hamda amaliyotga joriy etish dolzarb vazifa hisoblanadi.

Amaliy tavsiyalar

Bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini baholash uchun aniq mezonlar ishlab chiqilishi zarur.

Talabalarning raqamli savodxonligi, elektron resurslardan foydalanishi, raqamli kontent yaratishi va onlayn platformalarda ishlash ko‘nikmalari muntazam monitoring qilinishi lozim.

Baholash jarayonida test, elektron portfolio, amaliy topshiriq, loyiha ishi va o‘z-o‘zini baholash usullaridan foydalanish maqsadga muvofiq.

Monitoring natijalari asosida talabalarning zaif tomonlari aniqlanib, qo‘shimcha trening, seminar va amaliy mashg‘ulotlar tashkil etilishi kerak.

Raqamli kompetensiyalarni baholash jarayoni nazariy bilim bilan emas, balki talabaning amaliy faoliyati va raqamli mahsulotlari asosida olib borilishi zarur.

Xulosa. Bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini baholash va monitoring qilish zamonaviy pedagogik ta’lim jarayonining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Chunki bugungi raqamli ta’lim sharoitida o‘qituvchidan nafaqat an’anaviy pedagogik bilim va metodik mahorat, balki raqamli texnologiyalardan samarali foydalanish, elektron resurslar yaratish, onlayn ta’lim platformalarida ishlash, axborotni tahlil qilish va raqamli xavfsizlik talablariga amal qilish ko‘nikmalari ham talab etiladi.

Tadqiqot mazmuni shuni ko‘rsatadiki, raqamli kompetensiyalarni shakllantirish jarayoni muntazam baholash va monitoring bilan uzviy bog‘liq bo‘lishi zarur. Baholash bo‘lajak o‘qituvchilarning mavjud raqamli tayyorgarlik darajasini aniqlashga xizmat qilsa, monitoring ushbu kompetensiyalarning rivojlanish dinamikasini kuzatish, kamchiliklarni aniqlash va ularni bartaraf etish bo‘yicha zarur pedagogik choralarni belgilash imkonini beradi.

Raqamli kompetensiyalarni baholashda aniq mezonlar asosida yondashish muhimdir. Bunda talabalarning raqamli savodxonligi, elektron ta’lim resurslaridan foydalanish malakasi, raqamli kontent yaratish qobiliyati, onlayn muloqot madaniyati, elektron baholash vositalaridan foydalanishi va axborot xavfsizligiga rioya qilishi asosiy ko‘rsatkichlar sifatida qaralishi lozim. Aynan ushbu mezonlar bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli ta’lim muhitida samarali faoliyat yuritishga qanchalik tayyor ekanini aniqlashga yordam beradi.

Shuningdek, monitoring natijalari pedagogik ta’lim jarayonini takomillashtirish uchun muhim manba bo‘lib xizmat qiladi. U orqali talabalarning qaysi yo‘nalishlarda yetarli ko‘nikmaga ega ekani, qaysi sohalarda qo‘shimcha amaliy mashg‘ulot, seminar yoki treninglarga ehtiyoj borligi aniqlanadi. Bu esa ta’lim jarayonini talabalar ehtiyojiga moslashtirish, individual yondashuvni kuchaytirish va raqamli tayyorgarlik sifatini oshirish imkonini beradi.

Umuman olganda, bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini baholash va monitoring qilish raqamli pedagogik madaniyatni rivojlantirish, kasbiy tayyorgarlik sifatini oshirish hamda zamonaviy ta’lim talablariga javob bera oladigan pedagog kadrlarni tayyorlashda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega. Ushbu jarayon tizimli, uzluksiz va amaliy faoliyatga yo‘naltirilgan holda tashkil etilganda, bo‘lajak o‘qituvchilar raqamli ta’lim muhitida mustaqil, ijodiy va samarali ishlay oladigan mutaxassis sifatida shakllanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Bates A. W. Teaching in a Digital Age: Guidelines for Designing Teaching and Learning. - Vancouver: Tony Bates Associates Ltd., 2019.

2. European Commission. SELFIEforTEACHERS: A Self-Reflection Tool for Teachers’ Digital Competence. - Brussels: European Commission, 2021.

3. Falloon G. From Digital Literacy to Digital Competence: The Teacher Digital Competency Framework // Educational Technology Research and Development. - 2020. - Vol. 68. - P. 2449–2472.

4. Ghomi M., Redecker C. Digital Competence of Educators: Development and Evaluation of a Self-Assessment Instrument for Teachers’ Digital Competence // Proceedings of the 11th International Conference on Computer Supported Education. - 2019. - P. 541–548.

5. Instefjord E. J., Munthe E. Educating Digitally Competent Teachers: A Study of Integration of Professional Digital Competence in Teacher Education // Teaching and Teacher Education. - 2017. - Vol. 67. - P. 37–45.

6. ISTE. ISTE Standards for Educators. - International Society for Technology in Education, 2017.

7. Koehler M. J., Mishra P. What Is Technological Pedagogical Content Knowledge? // Contemporary Issues in Technology and Teacher Education. - 2009. - Vol. 9, No. 1. - P. 60–70.

8. Mishra P., Koehler M. J. Technological Pedagogical Content Knowledge: A Framework for Teacher Knowledge // Teachers College Record. - 2006. - Vol. 108, No. 6. - P. 1017–1054.
9. Pettersson F. On the Issues of Digital Competence in Educational Contexts: A Review of Literature // Education and Information Technologies. - 2018. - Vol. 23. - P. 1005–1021.
10. Redecker C., Punie Y. European Framework for the Digital Competence of Educators: DigCompEdu. - Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2017.
11. Selwyn N. Education and Technology: Key Issues and Debates. - London: Bloomsbury Academic, 2016.
12. Shulman L. S. Those Who Understand: Knowledge Growth in Teaching // Educational Researcher. - 1986. - Vol. 15, No. 2. - P. 4–14.
13. Siemens G. Connectivism: A Learning Theory for the Digital Age // International Journal of Instructional Technology and Distance Learning. - 2005. - Vol. 2, No. 1.
14. Tondeur J., van Braak J., Siddiq F., Scherer R. Time for a New Approach to Prepare Future Teachers for Educational Technology Use: Its Meaning and Measurement // Computers & Education. - 2016. - Vol. 94. - P. 134–150.
15. UNESCO. ICT Competency Framework for Teachers. Version 3. - Paris: UNESCO, 2018.
16. UNESCO. AI Competency Framework for Teachers. - Paris: UNESCO, 2024.

M.B.Saidmuratova
Abu rayhon Beruniy nomidagi Urganch davlat universiteti
"Pedagigika psixologiya" kafedrasi prof.v.b ps.f.b.f.d.(PhD)

GLOBALIZATSIYA DAVRIDA YOSHLAR MENTALITETIDA SOG‘LOM TURMUSH TARZI KO‘NIKMALARINI SHAKLLANTIRISH VA TRANSMILLIY NARKOTAHDIDLARGA QARSHI KURASHISHNING STRATEGIK YO‘NALISHLARI

Annotatsiya*: Ushbu maqolada zamonaviy axborotlashgan jamiyat sharoitida yosh avlod o‘rtasida sog‘lom turmush tarzi tamoyillarini qaror toptirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari tahlil qilinadi. Shuningdek, kiber-makon orqali tarqalayotgan sintetik narkotik vositalarning yoshlar genofondiga salbiy ta’siri va ularga qarshi preventiv (oldini oluvchi) kurashish tizimini modernizatsiyalash masalalari yoritilgan.*

Kalit so‘zlar: *Sog‘lom turmush tarzi, sintetik psixotrop moddalar, kiber-xavfsizlik, raqamli profilaktika, mental salomatlik, preventiv strategiya.*

Kirish. Insoniyat sivilizatsiyasining hozirgi bosqichi ijtimoiy hayotning barcha jabhalarini raqamlashtirish va integratsiyalashuv jarayonlari bilan xarakterlanadi. Bunday sharoitda demografik resurs hisoblangan yoshlarning jismoniy va ma’naviy yetukligi har bir davlatning milliy xavfsizligi va barqaror taraqqiyotini belgilovchi bosh omilga aylanadi. Biroq, global kiber-makonning kengayishi an’anaviy xavf-xatarlar qatoriga mutlaqo yangi ko‘rinishdagi tahdidlarni, xususan, "intellektual narkobozor" va destruktiv xulq-atvor modellarini olib kirdi. Bu esa yoshlar o‘rtasida sog‘lom turmush tarzini (STT) targ‘ib qilish va asr vabosi bo‘lmish giyohvandlikka qarshi kurashish metodologiyasini tubdan qayta ko‘rib chiqishni taqozo etmoqda.

Sintetik Narkotahdidlarning Transformatsiyasi va Kiber-makon

So‘nggi yillarda tahliliy ma’lumotlar shuni ko‘rsatadiki, an’anaviy o‘simlik asosidagi giyohvandlik vositalari o‘rnini yuqori texnologik laboratoriyalarda sintez qilinadigan yangi psixoaktiv moddalar (NPM) egallamoqda. Ushbu moddalarning xavflilik darajasi shundaki, ular inson markaziy asab tizimini birinchi iste’moldanoq qaytmas patologik o‘zgarishlarga olib keladi va qisqa muddatda chuqur psixik qaramlikni shakllantiradi.

Eng asosiy muammo - ushbu moddalarni tarqatish logistikasining o‘zgarganligidir. Bugungi kunda jinoiy guruhlar "darknet" segmentlari, anonim messenjerlar (masalan, Telegram-botlar) va kriptovalyuta hisob-kitoblaridan keng foydalanmoqda. Yoshlar ko‘pincha internetdagi "oson

daromad" yoki "kuryerlik (zakladchik)" haqidagi yashirin e'lonlar tuzog'iga tushib, bilmasdan og'ir jinoiy javobgarlik subyektiga aylanib qolishmoqda.

Quruq Ma'ruzalardan Innovatsion Profilaktikaga O'tish

Uzoq yillar davomida qo'llanilgan "giyohvandlik - fojia keltirib chiqaradi" qabilidagi klassik, qo'rqitish yoki taqiqlashga asoslangan uchrashuv va seminarlar bugungi "Z va Alfa" avlodi tafakkuriga deyarli ta'sir ko'rsatmayapti. Zamonaviy yoshlar axborotni buyruq shaklida emas, balki shaxsiy manfaatdorlik va jozibadorlik prizmasi orqali qabul qiladi.

Shu sababli, preventiv chora-tadbirlar tizimiga quyidagi innovatsion yondashuvlarni integratsiya qilish lozim:

1.Raqamli Preventiv Kontent tuzilishi: Narkotiklarning biologik va ijtimoiy oqibatlarini tushuntirishda tibbiy laboratoriya tajribalarini, 3D vizualizatsiyalar va neyrotizimlarning yemirilish jarayonlarini ko'rsatuvchi raqamli mahsulotlardan (VR va AR texnologiyalaridan) foydalanish.

2.Ijtimoiy Tarmoqlardagi "Sog'lom Trend" Konsepsiyasi: Sog'lom hayot tarzini cheklovlar yig'indisi sifatida emas, balki muvaffaqiyatli karyera, yuqori intellektual salohiyat va nufuzli ijtimoiy status garovi sifatida ko'rsatish. Buning uchun taniqli media-shaxslar va mental-kouchlar ishtirokida doimiy raqamli chellenjlarni motivatsiya qilib borish zarur.

Preventiv Metodologiyani Modifikatsiyalash Modeli

Tahliliy mezon	An'anaviy (eskirgan) tizim	Zamonaviy (innovatsion) strategiya
Targ'ibot kanallari	Oflayn majlislar, bosma plakatlar	Ijtimoiy media, qisqa videokontentlar, mobil ilovalar
Psixologik yondashuv	Qo'rqitish, jazolash muqarrarligi va taqiq	Muqobil sog'lom faoliyat, shaxsiy o'sish motivatsiyasi
Infratuzilmaviy integratsiya	Faqat yopiq sport zallari	Ommaviy va ochiq "Street Workout" maydonchalari, ekotizimlar
Mental aspekt	Faqat jismoniy salomatlikka urg'u	Jismoniy faollik, to'g'ri nutritsiologiya va stress-menejment

Makroijtimoiy Omillar: Oila va bo'sh vaqt menejmenti

Sotsiologik tadqiqotlar natijalariga ko'ra, yoshlarning destruktiv guruhlar ta'siriga tushib qolishining determinat omillaridan biri - oiladagi emotsional uzilish va bo'sh vaqtning tizimsizligidir. Ota-onalar va farzandlar o'rtasidagi muloqotning kamayishi o'smirlarda "yolg'izlik sindromi"ni keltirib chiqaradi va ular ichki bo'shliqni sun'iy stimuliyatirlar (narkotiklar, energetiklar) yordamida to'ldirishga harakat qiladi.

Shu bois, ta'lim muassasalarida faqat o'quvchilarga emas, balki ota-onalarga ham farzandning xulq-atvoridagi o'zgarishlarni (uyqu buzilishi, agressiya, keskin asabiylashish) erta aniqlash bo'yicha psixologik treninglar o'tish davriy zaruriyatdir. Shuningdek, yoshlarning energiyasini intellektual to'garaklar (IT, robototexnika, startap loyihalar) va ommaviy sport festivallariga yo'naltirish lozim.

Xulosa. Xulosa o'rnida aytish mumkinki, yoshlar o'rtasida sog'lom turmush tarzini shakllantirish va narkotizatsiyaga qarshi kurashish - kompleks ijtimoiy-huquqiy modifikatsiyani talab etadi. Muammoni faqatgina jazo choralari yoki huquq-tartibot idoralari kuchi bilan hal etib bo'lmaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1.O'zbekiston Respublikasining Qonuni. "Yoshlarga oid davlat siyosati to'g'risida"gi O'RQ-406-son Qonuni. Toshkent, 2016 yil 14 sentyabr.

2.O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni. "O‘zbekiston - 2030" strategiyasi to‘g‘risida"gi PF-158-son Farmoni (Aholi salomatligini ta’minlash va sog‘lom turmush tarzini shakllantirish yo‘nalishlari). Toshkent, 2023 yil 11 sentyabr.

3.O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining Qarori. "Aholining sog‘lom ovqatlanishini ta’minlash bo‘yicha qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida"gi PQ-4877-son Qarori. Toshkent, 2020 yil 10 noyabr.

4.Jahon Sog‘liqni Saqlash Tashkiloti (JSST). "Giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalarning global iste’moli va salomatlikka ta’siri" bo‘yicha yillik hisoboti (World Health Organization - Global Status Report on Alcohol and Health and Youth Risk Factors). Jeneva, 2024-2025.

5.BMTning Giyohvand moddalar va jinoyatchilikka qarshi kurashish bo‘yicha boshqarmasi (UNODC). "Jahon narkotiklar hisoboti: Kiber-makonda sintetik narkotiklar savdosi va yoshlar qaramligi muammolari" (World Drug Report: Synthetic Drugs and Cyber-crime Trends). Vena, 2025.

6.Alimov U.X, G‘ofurov Sh.R. (2024). Axborotlashgan jamiyatda o‘smirlar o‘rtasida deviant xulq-atvor va kompyuter qaramligi profilaktikasi. T.: "O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi" davlat ilmiy nashriyoti.

7.Karimova V. M. (2023). Yoshlar ijtimoiy-psixologik mentaliteti va sog‘lom turmush tarzi motivatsiyasi. Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muammolari jurnali, №4, 112-118-betlar.

8.Soliyev A. A. (2025). Sintetik psixotrop moddalar tarqalishining kiber-makondagi kriminologik xususiyatlari. Huquq va burch jurnali, №2, 45-51-betlar.

Matchanova Dilbar Yusupbayevna
Abu Rayhon Beruniy nomidagi Urganch davlat universiteti
“Pedagogika va psixologiya ” kafedrasi katta o‘qituvchisi
E-mail: matchanovadilbar94@gmail.com

TALABALARDA FABBING XULQ-ATVORI SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK VA MOTIVATSION PROFILAKTIKASI

Annotatsiya*: Ushbu maqolada zamonaviy talaba-yoshlar o‘rtasida keng tarqalayotgan fabbing (suhbatdosh turganda smartfonga chalg‘ish) xulq-atvorining psixologik determinantlari va motivatsion omillari tahlil qilingan. Tadqiqotda fabbing fenomenining kelib chiqish sabablari sifatida FOMO (o‘tkazib yuborish qo‘rquvi), ijtimoiy xavotirlilik va stress o‘rganilgan. Maqolada talabalar muhitida ushbu salbiy xulq-atvor shakllanishining oldini olishga qaratilgan kompleks psixologik va motivatsion yondashuvlar hamda amaliy profilaktika choralari taklif etilgan.*

Kalit so‘zlar*: fabbing, raqamli qaramlik, FOMO, talabalar, motivatsiya, psixologik profilaktika, ijtimoiy xavotirlilik, raqamli etiket.*

Raqamli texnologiyalar va smartfonlarning kundalik hayotga chuqur kirib borishi shaxslararo muloqot tizimida yangi psixologik muammolarni keltirib chiqaradi. Ana shunday ijtimoiy-psixologik fenomenlardan biri fabbing (phone – telefon va snubbing – mensimaslik) hisoblanadi. Fabbing - real muloqot jarayonida shaxsning o‘z suhbatdoshini e’tiborsiz qoldirib, smartfonga chalg‘ishi xulq-atvoridir. Fabbing muammosini uning eng tub ildizlarigacha, ya’ni talaba shaxsining ichki psixologik jarohatlari, neyrobiologik qaramlik zanjiri va ekzistensial bo‘shliqlarida chuqur tahlil qilinadi.

Ushbu kengaytirilgan material ilmiy maqolaning “Natijalar va tahlil”qismini fundamental darajaga olib chiqish uchun xizmat qiladi.

Oliy ta’lim muassasalari talabalari fabbing xulq-atvoriga eng moyil ijtimoiy guruhlardan biri hisoblanadi. Talabalik davri shaxsning ijtimoiy adaptatsiyasi, kasbiy shakllanishi va intensiv shaxslararo muloqot davridir. Dars jarayonida yoki tengdoshlararo muloqotda fabbingning namoyon bo‘lishi nafaqat akademik ko‘rsatkichlarning pasayishiga, balki ijtimoiy aloqalarning inqiroziga, kognitiv funksiyalarning (diqqat, xotira) susayishiga olib kelmoqda. Shu bois, talabalarda

fabbingning oldini olish bo‘yicha psixologik va motivatsion strategiyalarni ishlab chiqish bugungi kunning dolzarb vazifalaridan biridir.

Talaba real hayotda ko‘plab qiyinchiliklarga duch keladi: imtihonlar, moddiy yetishmovchiliklar, o‘zini guruhda namoyon qila olmaslik yoki tashqi ko‘rinishidan norozilik. Real hayotdagi “Men” ojiz va kamchiliklarga to‘la bo‘lib tuyulishi mumkin. Virtual olamdagi “Men” esa filtrlangan, chiroyli, muvaffaqiyatli va faqat eng yaxshi lahzalardan iborat. Fabbing jarayonida talaba real suhbatdoshdan uzilib, o‘zining idealizatsiya qilingan virtual nusxasiga va uni qo‘llab-quvvatlaydigan auditoriyaga qochadi. Bu - shaxsning o‘z real borligidan voz kechishi (ekzistensial qochish)dir.

Suhbat paytida fabbing qilayotgan talaba o‘zini himoyalangan his qiladi. Smartfon u uchun xuddi yosh bolaning qo‘lidagi o‘yinchoq yoki ayiqcha kabi "psixologik tinchlantiruvchi vosita" (transitional object) vazifasini o‘taydi. Agar suhbat jarayoni uning intellektual darajasidan balandroq mavzuga ko‘chsa, yoki o‘zini noqulay his qilsa, u darhol "himoya qalqoni"ni (telefonni) ko‘taradi va fabbing ortiga yashirinadi.

Fabbing talabaning kognitiv (bilib bilish) arxitekturasini qanday yemirishi haqida neyropsixologik tahlil:

[Miya prefrontal qobig'i] ──(Fabbing tufayli)──> Diqqat va iroda kuchsizlanishi

[Gippokamp (Xotira)] ──(Fabbing tufayli)──> Ma'lumotlarni qisqa muddatli saqlash (Yuzaki xotira)

“Kognitiv soliq” va Diqqat Tarqoqligi

Miya bir vaqtning o‘zida ham real suhbatdoshni tinglab, ham telefondagi lentani tahlil qila olmaydi. Miya aslida "multitasking" (ko‘p vazifalilik) bilan shug‘ullanmaydi, u shunchaki bitta ob’ektdan ikkinchisiga o‘ta yuqori tezlikda o‘tadi. Bu jarayon neyronlar energiyasini (glyukozani) juda tez tugatadi. Natijada talabada dars oxiriga borib kognitiv charchoq, diqqat konsetratsiyasining mutlaq yo‘qolishi va asbiylashish yuzaga keladi.

Gippokamp faoliyatining susayishi (Yuzaki Xotira)

Darsda fabbing bilan shug‘ullanuvchi talaba ma’lumotlarni chuqur tahlil qilmaydi, balki ularni yuzaki skanerlaydi. Miya har safar telefonga chalg‘iganida, ma’lumotlarni uzoq muddatli xotiraga o‘tkazuvchi gippokamp funksiyasi bloklanadi. Bu "raqamli amneziya"ga olib keladi: talaba darsda o‘tirganini eslaydi, lekin mavzu mohiyatini mutlaqo tushuntirib bera olmaydi.

Talabalarda fabbing shakllanishini motivatsiyaning ikki qutbi orqali tahlil qilish mumkin: Tashqi patologik motivatsiya va Ichki destruktiv motivatsiya.

1. Tashqi patologik motivatsiya (Ijtimoiy bosim)

Ijtimoiy tarmoqlar algoritmlari inson psixologiyasining eng nozik nuqtalari asosida qurilgan. Bu yerda motivatsiya - "mukofotni kutish" gipotezasiga asoslanadi. "Hozir kimdir menga yozdi", "Kimdir rasmimga layk bosdi" degan kutilma, real hayotdagi har qanday motivatsiyadan (masalan, diplom olish, bilim olish motivlaridan) kuchliroq bo‘lib chiqadi.

2. Ichki destruktiv motivatsiya

Aleksitimiya: O‘z his-tuyg‘ularini tushuna olmaslik va ularni ifodalashga qiynalish. Ko‘p fabbing qiluvchi talabalarda aleksitimiya darajasi yuqori bo‘ladi. Zerikishga toqat qila olmaslik: Zamonaviy talaba miyasi soniyasiga gigabaytlab ma’lumot olishga o‘rganib qolgan. Agar ma’ruza yoki suhbat sekinroq kechsa, miyada “stimulyatsiya yetishmovchiligi” yuzaga keladi. Talaba zerikish stimulyatsiyasini yengish uchun ijobiy ichki motivatsiyani ishga solish o‘rniga, o‘zini oson "stimulyator" bo‘lgan fabbing bilan qondiradi.

Maqolaning amaliy ahamiyatini oshirish uchun universitet psixologlari va tyuterlari qo‘llashi mumkin bo‘lgan “Kognitiv-bixevioral psixoterapiya va Motivatsion intervyu” metodologiyasini taklif etamiz.

Tadqiqot doirasida tizimli yondashuv, qiyosiy tahlil, shuningdek, xorijiy va mahalliy olimlarning fabbing va raqamli qaramlik bo‘yicha ilmiy qarashlarini umumlashtirish metodlaridan foydalanildi. Talabalarda fabbingni keltirib chiqaruvchi omillarni aniqlashda shaxsning ehtiyojlar-motivatsiya sohasi va emotsional holati tahlil qilindi.

Olib borilgan nazariy tahlillar shuni ko‘rsatadiki, talabalarda fabbing xulq-atvori shakllanishi tasodifiy odat emas, balki chuqur psixologik sabablarga ega bo‘lgan kompensator (o‘rin bosuvchi) xulq-atvordir. Biz ushbu muammoni bartaraf etishni ikki asosiy yo‘nalishga ajratdik:

1. Psixologik determinantlar va ularning profilaktikasi

Talabalarning fabbingga berilishiga asosan quyidagi psixologik omillar sabab bo‘ladi:

FOMO (Fear of Missing Out - Muhim narsani o‘tkazib yuborish qo‘rquvi): Talaba virtual makonda sodir bo‘layotgan voqealar, xabarlar yoki ijtimoiy tarmoqdagi layklardan uzilib qolishni emotsional noqulaylik deb biladi.

Ijtimoiy xavotirlilik: Real muloqotda qiyinchilikka uchraydigan yoki o‘ziga ishonchi past bo‘lgan talabalar smartfonni o‘ziga xos "himoya qalqoni" sifatida ishlatishadi.

Stress va emotsional charchoq: Akademik yuklamalar keltirib chiqargan stressni kamaytirish uchun talabalar dopamin (baxt gormoni) manbai bo‘lgan qisqa videolarga yoki o‘yinlarga qochishadi.

Psixologik yondashuv asosidagi profilaktika: Universitet psixologlari tomonidan talabalarda “mindfulness” (hozirgi lahzada anglangan holda yashash) ko‘nikmalarini rivojlantirish bo‘yicha treninglar tashkil etilishi lozim. Bu talabaga virtual dunyodan tashqarida ham hayot jozibadorligini his qilishga yordam beradi. Shuningdek, talabalarning kommunikativ kompetensiyasini (muloqot ko‘nikmalarini) oshirish real muloqot daxlsizligini ta’minlaydi.

2. Motivatsion omillar va ularni korreksiyalash

Talabaning darsda yoki jamoada telefonga chalg‘ishi aksar hollarda u yerdagi muhitning jozibador emasligidan dalolat beradi. Ya’ni, talabada ichki motivatsiya yetishmaydi.

Motivatsion yondashuv asosidagi profilaktika: Ta’lim jarayonini motivatsion transformatsiya qilish zarur. Darslarni an’anaviy monologik ma’ruzalardan interaktiv shaklga (gamifikatsiya, keyslar, loyihaviy ta’lim) o‘tkazish talabaning diqqatini darsga jalb qiladi. Agar dars jarayoni smartfondagi kontentdan ko‘ra qiziqarliroq va talaba kelajagi uchun muhimroq deb idrok etilsa (ichki motivatsiya uyg‘onsa), fabbing darajasi keskin kamayadi.

Biz talabalar muhitida fabbingning oldini olishga qaratilgan quyidagi profilaktik chora-tadbirlar modelini taklif etamiz:

1.1. Psixoeduformatsiya:Ma’rifiy-tushuntirish bosqichi.

Talabalar va professor-o‘qituvchilar o‘rtasida fabbingning salbiy oqibatlari (kognitiv disfunksiya, shaxslararo munosabatlar degradatsiyasi) haqida ilmiy-amaliy seminarlar o‘tkazish, muammoni anglash darajasini oshirish.

2.2. Raqamli etiket qoidalarini ishlab chiqish:Korporativ madaniyat bosqichi.

Universitet yoki guruh darajasida talabalarning o‘zlari ishtirokida "Smartfonsiz dars", "Jonli muloqot auditoriyasi" kabi ichki qoidalarni joriy etish. Bu qoidalar majburiy taqiq emas, ijtimoiy kelishuv shaklida bo‘lishi shart.

3.3. Muqobil motivatsion faoliyat:Amaliy-korreksion bosqichi.

Talabalarni darsdan tashqari faol ijtimoiy hayotga (sport, volontyorlik, teatr, ilmiy to‘garaklar) jalb qilish. Virtual dunyodagi "ijtimoiy e’tirof" ehtiyojini real hayotdagi muvaffaqiyatlar va rag‘batlar orqali qondirish.

Oliy ta’lim tizimida talabalarning fabbing xulq-atvori shunchaki tarbiyasizlik yoki tartibbuzarlik emas, balki zamonaviy psixologik inqirozning ko‘rinishidir. Uni ma’muriy taqiqlar yoki jazolash yo‘li bilan hal qilib bo‘lmaydi.

Talabalarda fabbingning oldini olish uchun psixologik yordam (FOMO va xavotirni kamaytirish) hamda motivatsion muhitni (interaktiv ta’lim va qiziqarli ijtimoiy hayot) integratsiya qilish lozim. Faqatgina tizimli yondashuv orqali talabalarda raqamli madaniyatni shakllantirish va ularning intellektual hamda shaxsiy salohiyatini saqlab qolish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., et al. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. Journal of Behavioral Addictions.

2. Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing phone users. Computers in Human Behavior.
3. Umarov, B. M. (2022). Yoshlar psixologiyasi. Toshkent.

Otajonov Olimboy Atamuradovich
Abu Rayhon Beruniy nomidagi Urganch
davlat universiteti dotsenti

PEDAGOGIKA FANINI O‘RGATISHDA PEDAGOGIK TEXNOLOGIYALARNING AHAMIYATI

Annotatsiya. *Ushbu tezisda pedagogika fanini o‘qitishda pedagogik texnologiyalarning didaktik qiymati tahlil qilinadi. Maqsad pedagogika kursi mazmunini o‘zlashtirish sifatini oshirishda texnologik yondashuvning mexanizmlarini asoslashdir. Metodologiya sifatida tizimli-tahliliy yondashuv, taqqoslash va amaliy tajriba umumlashtirish qo‘llanadi. Ilmiy yangilik sifatida pedagogik texnologiya komponentlari bilan ta’lim natijalarini o‘lchash mezonlari integratsiyasi yoritiladi.*

Kalit so‘zlar *: pedagogik texnologiya; didaktik dizayn; kompetensiya; interfaol metod; baholash mezonlari; ta’lim natijalari; refleksiya*

Annotatsiya. *В тезисе анализируется дидактическая значимость педагогических технологий при преподавании педагогики. Целью является обоснование механизмов технологического подхода для повышения качества усвоения содержания курса. Методологическую основу составляют системно-аналитический подход, сравнительный анализ и обобщение практического опыта. Научная новизна заключается в раскрытии интеграции компонентов технологии обучения с критериями измерения образовательных результатов.*

Ключевые слова*: педагогическая технология; дидактический дизайн; компетентность; интерактивный метод; критерии оценивания; образовательные результаты; рефлексия*

Annotatsiya. *This thesis analyzes the didactic value of pedagogical technologies in teaching pedagogy. The aim is to substantiate the mechanisms through which a technological approach improves learning outcomes in pedagogy courses. The methodology relies on systemic analysis, comparative reasoning, and synthesis of instructional practice. Scientific novelty is presented through linking core technology components with measurable criteria for assessing educational results and instructional effectiveness.*

Key words *: pedagogical technology; instructional design; competence; interactive methods; assessment criteria; learning outcomes; reflection*

Pedagogika fanini o‘qitish oliy ta’limda umumkasbiy kompetensiyalarni shakllantiruvchi tayanch kurs sifatida ta’riflanadi, chunki u ta’lim jarayonining qonuniyatlari, tarbiya mexanizmlari va shaxs rivojlanishi bilan bog‘liq kategoriyalarni bir butun tizimga keltiradi. Mazkur kursni o‘qitishda pedagogik texnologiya esa maqsad, mazmun, metod, vosita va natijani oldindan loyihalash hamda qayta tiklanuvchi tarzda boshqarish mexanizmini anglatadi, ya’ni o‘qitish “jarayon”dan “boshqariladigan tizim”ga aylantiriladi. Masalan, “Ta’limning maqsadlari va natijalarini loyihalash” mavzusida modul asosida o‘qitish qo‘llansa, talaba faqat nazariy tushunchalarni eslab qolmaydi, balki kompetensiya indikatorlari bo‘yicha amaliy vazifalarni bajaradi. Raqamli dalil sifatida, kredit-modul tizimiga o‘tgan ko‘plab OTMlarda oraliq nazorat va rubrikalar orqali baholash ulushi 50–60 foizgacha ko‘tarilgani o‘quv natijalarini aniqlashtirishga xizmat qilgani ko‘rsatiladi, chunki “mezonlangan baholash” subyektivlikni kamaytiradi. Ilmiy izoh shundan iboratki, texnologik yondashuv didaktik jarayonning ichki aloqalarini ochib beradi: maqsadlar Bloom taksonomiyasi bo‘yicha kognitiv darajalarga ajratilganda, o‘qitish faoliyati ham shunga mos konstruktiv tekislikda quriladi [1].

Pedagogik texnologiyaning ahamiyati avvalo “o‘qitishning takrorlanuvchan natija berishi” tamoyili bilan ta’riflanadi, chunki pedagogika fanida ko‘plab mavzular abstrakt kategoriyalar bilan ishlaydi va ular oddiy ma’ruza bilan mustahkam kompetensiyaga aylanmay qolishi mumkin. Mexanizm shundan iboratki, texnologiya ta’limni algoritmlashtiradi: diagnostika qilinadigan maqsad qo‘yiladi, o‘quv topshiriqlari ketma-ketligi ishlab chiqiladi, o‘zlashtirish monitoringi o‘tkaziladi va korrigatsiya qilinadi. Misol sifatida, “Tarbiya metodlari” mavzusida кейs-stadi texnologiyasi qo‘llanib, talabalarga real sinf vaziyati tasvirlangan holat beriladi; ular tarbiya metodini tanlaydi, oqibatni prognoz qiladi, so‘ng refleksiya yozadi. Statistik jihatdan, interfaol texnologiyalar qo‘llanadigan guruhlarda auditoriya faolligi indikatorlari (savol-javob, mini-taqdimot, jamoaviy qaror) odatda 1,5–2 baravar oshishi kuzatiladi, bu esa o‘zlashtirishning semantik chuqurligini kuchaytiradi. Ilmiy izohga ko‘ra, Vygotskiy tomonidan asoslangan yaqin rivojlanish zonasi g‘oyasi texnologik yondashuvda ayniqsa aniq ko‘rinadi: scaffolding va hamkorlikda o‘qish vazifani talaba imkoniyatiga mos “qiyinchilik darajasi”da ushlab turadi [2].

Pedagogika fanini o‘qitish tarixiy taraqqiyoti ham texnologik yondashuvning zaruratini ta’riflovchi dalildir, chunki metodik qarashlar evolyutsiyasi ta’limni boshqarish vositalarini tobora ilmiylashtirib borgan. Mexanizm tarixiy chiziqda shunday ko‘rinadiki, XVII asrda Komenskiy “Didactica Magna”da sinf-dars tizimini tartibga keltirib, ta’limni rejalashtirish g‘oyasini mustahkamladi, XX asrda esa sistemali yondashuv va programmalashtirilgan ta’lim orqali jarayonning nazorat qilinuvchanligi kuchaydi. Misol tariqasida, bugungi kunda pedagogika kursida “Ta’lim jarayonini boshqarish” bo‘limi o‘qitilganda, tarixiy faktlar bilan birga zamonaviy LMS platformalaridagi modul, test banki va analitika vositalari solishtiriladi. Raqam sifatida, LMS asosida tashkil etilgan kurslarda talabalar topshiriqni bajarish intizomi va qayta topshirishlar hisobidan yakuniy reytinglar tarqalishi “chapdan o‘ngga siljishi” ya’ni o‘rtacha ko‘rsatkichning 8–12 ballga oshishi kabi natijalar amaliyotda qayd etiladi. Ilmiy izoh shuki, texnologiya tushunchasi tarixiy jarayonning tabiiy mahsuli bo‘lib, u pedagogikadagi normativ (qanday bo‘lishi kerak) va empirik (qanday ishlayapti) bilimlar o‘rtasida ko‘prik vazifasini bajaradi [3].

Pedagogik texnologiya tarkibiy tuzilmasi pedagogika fanini o‘rgatishda “dizayn–realizatsiya–baholash” sikli sifatida ta’riflanadi, chunki fan mazmuni nafaqat tushunchalar, balki kasbiy fikrlash usullarini ham o‘z ichiga oladi. Mexanizmda avval o‘quv natijalari kompetensiya formatida ifodalanadi, so‘ng didaktik birliklar (mavzu, modul, amaliyot) u natijalarga bog‘lanadi, yakunda mezonli baholash va refleksiya orqali qayta dizayn amalga oshiriladi. Misol uchun, “Pedagogik muloqot” bo‘limida mikroo‘qitish texnologiyasi joriy etilib, talaba 7–10 daqiqalik mini-dars o‘tadi, videokuzatuv qilinadi va rubrika bo‘yicha tahlil qilinadi. Raqamli ko‘rsatkich sifatida, rubrikali baholashda odatda 4 darajali shkala (masalan, 1–4) qo‘llanadi va 5–6 indikator bo‘yicha umumiy ball shakllanadi; bu esa baholashning ishonchliligini oshiradi, chunki indikatorlar o‘qituvchi va talaba uchun ochiq. Ilmiy izohda, konstruktiv moslashuv (constructive alignment) konsepsiyasi mazmun, metod va baholashni bir nuqtaga jamlaydi: agar natija “tahlil qila oladi” bo‘lsa, topshiriq ham, baholash ham tahlil darajasini o‘lchashi shart [4].

Pedagogika fanini o‘qitishda didaktik dizayn o‘quv kontentini ilmiy-mantiqiy ketma-ketlikda qurish sifatida ta’riflanadi, chunki pedagogik kategoriyalar (ta’lim, tarbiya, rivojlanish, ijtimoiylashuv) o‘zaro shartlangan va ularni tasodifiy tartibda berish tushunishni fragmentlaydi. Mexanizm dizaynda spiral va integrativ mantiqni qo‘llash orqali amalga oshadi: avval bazaviy ta’riflar beriladi, so‘ng ular murakkab vaziyatlarda qayta uchraydi va har gal yangi komponent bilan boyitiladi. Misol sifatida, “Pedagogik diagnostika” mavzusi oldin nazariy mezonlar darajasida o‘tilib, keyin amaliyotda test va kuzatuv protokoli tuzish, undan keyin esa natijani interpretatsiya qilish bilan kengaytiriladi. Raqam sifatida, o‘quv yuklamasini ECTS bo‘yicha hisoblashda 1 kredit 25–30 soatga tengligi qabul qilinadi; dizayn to‘g‘ri bo‘lsa, kontakt va mustaqil ta’lim nisbatlari mavzuning murakkabligiga mos taqsimlanib, ortiqcha kognitiv yuklama kamayadi. Ilmiy izohga ko‘ra, kognitiv yuklama nazariyasi (cognitive load theory) pedagogika kabi nazariy fanlarda ayniqsa dolzarb: segmentatsiya, vizualizatsiya va “oldindan organizator”lar mazmunni o‘zlashtirishni yengillashtiradi [5].

Pedagogika fanini o‘qitishda interfaol metodlar texnologiya tarkibida “faol bilim qurish”ni ta’riflaydi, chunki talaba pedagogik vaziyatni tahlil qilishga o‘rganmasa, nazariya kasbiy qarorga aylanmay qoladi. Mexanizm hamkorlikda o‘qish, muammoli vaziyat, debat va loyiha faoliyati orqali ishga tushadi: talaba ma’lumotni qayta ishlaydi, pozitsiya ishlab chiqadi, dalillaydi va refleksiya qiladi. Misol tariqasida, “Ta’lim jarayonida motivatsiya” mavzusida ARCS modeli asosida kichik loyiha tayyorlanib, Attention–Relevance–Confidence–Satisfaction komponentlari bo‘yicha dars fragmenti loyihalanadi. Raqamli indikator sifatida, loyiha ishlarida guruh a’zolari ulushini “peer assessment” orqali 10 ballik taqsimotda baholash amaliyoti qo‘llansa, “bepul yo‘lovchi” effekti kamayadi va jamoaviy natija barqarorlashadi. Ilmiy izoh shuki, interfaol metodlar konstruktivistik paradigmani amaliyotga ko‘chiradi: bilim tayyor shaklda uzatilmaydi, balki faoliyatda quriladi, shu bois pedagogika o‘qituvchisi metodni emas, o‘quvchining fikrlash operatsiyalarini boshqaradi [2].

Pedagogika fanida baholash texnologiyasi o‘quv natijalarini ishonchli o‘lchash va qayta aloqa berish tizimi sifatida ta’riflanadi, chunki baholashsiz texnologiya “natijani kafolatlash” xususiyatini yo‘qotadi. Mexanizm diagnostik, formatif va summativ baholashning uyg‘unligida ko‘rinadi: diagnostika kirish darajasini aniqlaydi, formatif baholash jarayonni tuzatadi, summativ baholash esa yakuniy natijani tasdiqlaydi. Misol uchun, “Pedagogik tadqiqot metodlari” bo‘limida talaba kichik tadqiqot dizayni tuzadi, unda gipoteza, o‘zgaruvchilar va tanlanma ko‘rsatiladi; formatif baholashda rubrika bo‘yicha takomillashtiriladi, yakunda esa himoya qilinadi. Raqam sifatida, ishonchlilikni oshirish uchun test topshiriqlarining qiyinlik indeksi va diskriminatsiya ko‘rsatkichlari tahlil qilinadi; amaliyotda 0,3–0,7 oralig‘idagi qiyinlik ko‘rsatkichi muvozanatli test bankini shakllantirishga xizmat qiladi. Ilmiy izohga ko‘ra, mezonli baholash talabaning o‘sishini ko‘rsatadi va “normaga nisbatan” emas, “standartga nisbatan” yutuqni o‘lchaydi, bu esa kompetensiyaviy ta’limning metodologik talabidir [4].

Pedagogik texnologiya doirasida raqamli ta’lim vositalari pedagogika fanini o‘qitishda axborot-muhitni optimallashtiruvchi komponent sifatida ta’riflanadi, chunki zamonaviy o‘qituvchi kasbiy faoliyatida raqamli kommunikatsiya va resurslar bilan ishlash zarurati kuchaygan. Mexanizm LMS, elektron portfel, onlayn test va analitika orqali amalga oshadi: platforma topshiriqlarni taqsimlaydi, muddatni eslatadi, natijani jamlaydi va o‘qituvchiga o‘quv jarayonini boshqarish uchun ma’lumot beradi. Misol tariqasida, “Pedagogik refleksiya” mavzusida e-portfolio yuritilib, talaba har haftalik refleksiv yozuv, mikroreja va o‘z-o‘zini baholash jadvalini joylaydi, o‘qituvchi esa kommentariy bilan yo‘naltiradi. Raqamli ko‘rsatkich sifatida, analitika vositalari orqali “kursga kirishlar soni”, “topshiriqni o‘z vaqtida topshirish foizi”, “testda urinishlar soni” kabi indikatorlar kuzatiladi va, masalan, muddatli eslatmalar joriy etilganda kech topshirishlar 15–25 foizga kamayishi qayd etiladi. Ilmiy izoh shuki, raqamli vositalar o‘qitishni avtomatlashtirmaydi, balki didaktik qarorlarni ma’lumotga tayangan holda qabul qilish imkonini beradi; shu bois pedagogik texnologiya “data-informed” boshqaruv bilan boyiydi [6].

Pedagogika fanini o‘qitishda metodik modellashtirish texnologiyaning yadro mexanizmi sifatida ta’riflanadi, chunki pedagogik hodisalar ko‘pincha bevosita kuzatish bilan cheklanmaydi va ularni model orqali tushuntirish osonlashadi. Mexanizm konseptual model, jarayon modeli va natija modeli bosqichlarida ishlaydi: avval tushunchalar tizimi belgilanadi, keyin dars jarayoni ssenariysi chiziladi, oxirida natija indikatorlari bilan bog‘lanadi. Misol sifatida, “Darsning didaktik tuzilishi” mavzusida Gagnéning 9 qadamli modeli bilan an’anaviy dars tuzilishi solishtirilib, qaysi bosqich qaysi kognitiv funksiyani faollashtirishi ko‘rsatiladi. Raqamli jihatdan, model asosida tuzilgan darslarda vaqt taqsimoti (masalan, 90 daqiqada 10–15 daqiqa faollashtirish, 30–35 daqiqa yangi material, 20 daqiqa amaliyot, 10 daqiqa refleksiya va baholash) rejalashtirilsa, “darsning yakunsiz qolishi” holatlari kamayadi. Ilmiy izoh shuki, modellashtirish pedagogikadagi nazariy bilimni operatsionlashtiradi, ya’ni “ta’lim samaradorligi” kabi umumiy kategoriyalar aniq kuzatiladigan indikatorlarga aylantiriladi va bu ilmiy-pedagogik tadqiqotlar metodologiyasiga mos keladi [1].

Pedagogika fanini o‘qitishda texnologik yondashuvning samaradorligi solishtirma tahlil orqali ta’riflanadi, chunki an’anaviy yondashuv ham ma’lum afzalliklarga ega bo‘lsa-da, natijani kafolatlash va o‘lchash masalasida cheklovlarga duch keladi. Mexanizmda solishtirish “maqsadning aniqligi”, “talaba faolligi”, “baholashning shaffofligi”, “qayta aloqa tezligi” mezonlari bo‘yicha olib boriladi,

texnologik yondashuvda bu mezonlar boshidan loyihalanadi. Misol uchun, an’anaviy ma’ruza asosida o‘tilgan “Pedagogik jarayon” mavzusi yakunida talaba ko‘proq ta’riflarni takrorlasa, texnologik yondashuvda konsept-xarita tuzish va jarayon elementlari o‘rtasidagi sabab-oqibatni asoslash talab etiladi. Raqamli taqqoslash sifatida, konsept-xarita va rubrika bilan baholangan guruhda “yuqori daraja” indikatoriga chiqqan talabalar ulushi 20–30 foizga ortishi kabi natijalar kuzatiladi, chunki topshiriq tahliliy fikrlashni majburiy ishga tushiradi. Ilmiy izoh shuki, texnologik yondashuvning ustunligi “kontent ko‘pligi”da emas, balki o‘quv faoliyatini aniq boshqarish va natijani tekshirish mumkinligida bo‘lib, bu OAK talablari doirasida ta’lim sifatini isbotli asoslashga yaqinlashadi [3].

Mazkur tezis xulosasida pedagogika fanini o‘qitishda pedagogik texnologiya ta’lim jarayonini oldindan loyihalash, boshqarish va natijani mezonli o‘lchash imkonini beradigan integrativ tizim ekani umumlashtirildi. Texnologik yondashuv didaktik dizaynni aniqlashtirib, interfaol faoliyat va modellashtirish orqali talabaning kasbiy fikrlashini faollashtirishi, baholash rubrikalari va analitika orqali esa o‘zlashtirishni shaffoflashtirishi ilmiy jihatdan asoslandi. Shuningdek, raqamli vositalar texnologiyaning alohida maqsadi emas, balki ma’lumotga tayangan didaktik boshqaruvni kuchaytiruvchi resurs ekani sintetik tarzda ko‘rsatildi. Umuman, pedagogika fanini o‘qitishda texnologik yondashuv nazariya va amaliyot uyg‘unligini mustahkamlab, kompetensiyaviy natijalarni barqaror shakllantirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Беспалько В. П. Слагаемые педагогической технологии. Москва: Педагогика, 1989. 192 с.

2. Выготский Л. С. Мышление и речь. Москва: Лабиринт, 1999. 352 с.

3. Селевко Г. К. Современные образовательные технологии. Москва: Народное образование, 1998. 256 с.

4. Biggs J., Tang C. Teaching for Quality Learning at University. Maidenhead: Open University Press, 2011. 389 p.

5. Mayer R. E. Multimedia Learning. New York: Cambridge University Press, 2009. 304 p.

6. Усмонбоев И. Р. Педагогик технологиялар ва педагогик маҳорат. Тошкент: Фан ва технология, 2017. 184 б.

Qalandarova Holisxon Umidbek qizi
Abu Rayhon Beruniy nomidagi Urganch
davlat Universiteti Ijtimoiy-iqtisodiy fanlar
fakulteti tarix yo‘nalishi 1-kurs talabasi

O‘ZBEKISTON TARIXI FANINI O‘RGANISHDA YOSH DAVRLARIGA BOG‘LIQ XUSUSIYATLAR

Annotatsiya*. Ushbu tezis O‘zbekiston tarixi fanini o‘qitish va o‘rganishda yosh davrlariga bog‘liq psixologik-pedagogik xususiyatlarni tahlil qiladi. Maqsad turli yosh bosqichlarida tarixiy tafakkur, xotira va motivatsiyaning ishlash mexanizmlarini aniqlashdir. Metodologiya sifatida kompetensiyaviy yondashuv, rivojlantiruvchi ta’lim, manbashunoslik elementlari va taqqoslama didaktik tahlil qo‘llanadi. Yangilik sifatida yoshga mos manba bilan ishlash, vaqt chizig‘i va dalillash ko‘nikmalarini bosqichma-bosqich rivojlantirish modeli asoslanadi.*

Kalit so‘zlar *: yosh davrlari; tarixiy tafakkur; manba bilan ishlash; motivatsiya; kompetensiya; xronologiya; didaktik model*

Annotatsiya*. В тезисе анализируются психолого-педагогические особенности изучения и преподавания истории Узбекистана в зависимости от возрастных этапов обучающихся. Цель состоит в выявлении механизмов исторического мышления, памяти и учебной мотивации на разных возрастных уровнях. Методологическую основу составляют компетентностный подход, развивающее обучение, элементы источниковедения и*

сравнительный дидактический анализ. Научная новизна заключается в обосновании модели поэтапного формирования навыков работы с источником, временной линией и аргументацией с учетом возраста.

***Ключевые слова** : возрастные этапы; историческое мышление; работа с источником; мотивация; компетенция; хронология; дидактическая модель*

***Annotatsiya**. This thesis analyzes age-related psychological and pedagogical characteristics in learning and teaching the History of Uzbekistan. The aim is to identify how historical thinking, memory, and learning motivation function across age stages. The methodology combines a competency-based approach, developmental instruction, elements of source studies, and comparative didactic analysis. Scientific novelty is presented through a staged model for age-appropriate work with sources, timelines, and argumentation, enabling systematic growth of evidence-based historical reasoning.*

***Key words** : age stages; historical thinking; source analysis; learning motivation; competencies; chronology; didactic model*

Asosiy matn. O‘zbekiston tarixi fanini o‘rganishda yosh davrlariga bog‘liq xususiyatlar deganda o‘quvchining biologik va ijtimoiy rivojlanish bosqichi bilan shartlangan idrok, xotira, nutq va mantiqiy fikrlash imkoniyatlarining tarixiy mazmunni o‘zlashtirishga ta’siri nazarda tutiladi. Bu ta’rifning mexanizmi shundaki, tarixiy bilimlar faqat faktlarni yodlashdan iborat emas, balki vaqt, makon, sabab-oqibat va dalillash kategoriyalarini bir butun tizimda bog‘lashni talab qiladi, bunday bog‘lash esa yoshga qarab turlicha murakkablikda kechadi. Masalan, kichik yoshdagi o‘quvchi uchun “qadimiy shahar” tushunchasi ko‘proq tasviriy belgilar orqali anglashilsa, o‘smir uchun u savdo yo‘llari, ijtimoiy tuzilma va siyosiy munosabatlar bilan bog‘lanadi. Ta’lim amaliyotida kuzatuvlar shuni ko‘rsatadiki, 10–12 yoshda voqealarni ketma-ketlikda qayta aytish nisbatan oson bo‘lsa, 14–16 yoshda voqea sabablarini ajratish va dalil bilan himoya qilish sezilarli darajada oshadi, bu o‘sish kognitiv rivojlanish bosqichlari bilan izohlanadi. Ilmiy jihatdan bu holat rivojlanish psixologiyasida abstrakt-mantiqiy fikrlashning bosqichma-bosqich shakllanishi hamda didaktikada “yaqin rivojlanish zonasi”ga mos topshiriqlar berish tamoyili bilan izohlanadi [1].

Kichik maktab yoshida tarixiy mazmunni o‘zlashtirishning asosiy xususiyati tarixni obrazlar va sodda voqeiy hikoyalar orqali qabul qilishdir. Bu xususiyatning mexanizmi shundan iboratki, 7–10 yosh oralig‘ida diqqatning barqarorligi va ishchi xotira hajmi cheklangani sababli murakkab sabab-oqibat zanjirlari emas, balki qahramon, joy va oddiy harakat ketma-ketligi yaxshiroq esda qoladi. Masalan, “Qadimgi Sug‘d” mavzusida o‘quvchi Afrosiyob devoriy rasmlarini ko‘rish, oddiy vaqt chizig‘ida “oldin–keyin” munosabatini belgilash orqali mazmunni yodda saqlaydi, ammo “shahar madaniyatining ijtimoiy-iqtisodiy omillari”ni chuqur tahlil qila olmaydi. Statistik kuzatuvlarda kichik yoshdagi o‘quvchilar uchun 10–12 daqiqadan ortiq monologik izoh samaradorligi pasayishi, aksincha, vizual material bilan birga berilganda qayta hikoyalash sifati oshishi ko‘p qayd etiladi, bu didaktik tadqiqotlarda ham uchraydi. Ilmiy izoh shuki, ko‘rgazmalilik tamoyili, multisensor idrok va semantik kodlash birgalikda ishlaganda uzoq muddatli xotira izlari mustahkamroq bo‘ladi, shu bois O‘zbekiston tarixi bo‘yicha xarita, miniatyura, arxeologik topilma tasviri kabi resurslar yoshga mos tanlanishi kerak [2].

O‘rta maktab yoshida, ya’ni o‘smirlik davrida tarixiy tafakkur nisbatan tizimlashib, “dalil–xulosa” bog‘lanishi yuzaga chiqadi. Bu davrning mexanizmi o‘quvchining mantiqiy amallarni kengroq qo‘llashi, tushunchalarni taqqoslab umumlashtira olishi va ijtimoiy rol hamda adolat mezonlariga sezgirligi kuchayishi bilan izohlanadi, natijada tarixiy konfliktlar va islohotlar mazmuni tahlilga moyil bo‘ladi. Masalan, Temuriylar davlati mavzusida o‘smir o‘quvchi faqat sanalarni eslab qolish bilan cheklanmay, markazlashuv, harbiy-ma’muriy boshqaruv va ilm-fan homiyligi o‘rtasidagi aloqani muhokama qila oladi, shuningdek manbalardan qisqa parcha asosida xulosa chiqarishga urinadi. Ta’lim natijalarini baholashda 13–15 yoshda testdan ko‘ra muammoli savollarga yozma javob berish orqali dalillash ko‘nikmasi yaxshiroq namoyon bo‘lishi, sinf ichida bahs-munozara elementlari qo‘llanganda ishtirok faolligi ortishi amaliyotda ko‘rinadi. Ilmiy izoh sifatida kompetensiyaviy yondashuv tarixiy savodxonlikni “xronologik fikrlash, manba tahlili, talqinlar

xilma-xilligi va dalil bilan asoslash” kabi komponentlar orqali bosqichma-bosqich shakllantirishni talab qiladi, bu esa o‘smirlik davrida ayniqsa samarali ishlaydi [3].

Yuqori sinf va talabalar yoshida tarixiy bilimlar kasbiy yo‘naltirilgan, manbashunoslik va metodologik tafakkur bilan boyiydi. Bu bosqichning mexanizmi shundan iboratki, 16 yoshdan keyin abstrakt tushunchalar bilan ishlash, konseptual modellar tuzish va ilmiy matnni kritik o‘qish imkoniyati kengayadi, shuning uchun tarixiy jarayonni “struktura–agentlik”, “institut–madaniyat” kabi nazariy juftliklar orqali ko‘rish kuchayadi. Masalan, XIX asr oxiri – XX asr boshlarida ijtimoiy-iqtisodiy o‘zgarishlar mavzusida talaba statistik ma’lumotlar, soliq tizimi haqidagi hujjat, hamda matbuot materialini solishtirib, turli talqinlar nega paydo bo‘lishini izohlaydi va xulosani dalillar bilan cheklaydi. Empirik ko‘rsatkich sifatida oliy ta’limda referat va esse topshiriqlarida plagiatning kamayishi, manba ko‘rsatish madaniyatining ortishi, hamda seminar bahslarida argumentlarning mantiqiy tuzilishi yaxshilanishi ko‘p uchraydi, buning o‘zi metodik ta’sirning sezilarli indikatoridir. Ilmiy izoh shuki, akademik yozuv, bibliografik standartlar va manbaga tayanuvchi tadqiqot madaniyati shakllanganda tarixiy haqiqat “tayyor natija” emas, balki tekshiriladigan gipoteza sifatida anglanadi, bu yosh davriga mos murakkab vazifalarni qo‘llashni talab qiladi [4].

Yosh davriga mos metodikani qurishda tarixiy tushunchalarning o‘sish trayektoriyasini aniq belgilash zarur, chunki “tushuncha” ta’rifi o‘quvchining faktni umumlashtirish, uni boshqa faktlar bilan bog‘lash va muayyan mezon bo‘yicha ajratish qobiliyatini bildiradi. Mexanizm shundan iboratki, tushunchalar oddiy belgidan boshlanib, keyin munosabat, so‘ng tizim darajasiga ko‘tariladi, masalan “davlat” avval “boshqaruvchi bor” degan tasavvur, keyin “hudud, aholi, hokimiyat”, so‘ng “institutlar va legitimlik” sifatida kengayadi. Misol tariqasida “Ipak yo‘li” tushunchasi kichik yoshda “savdo yo‘li” bo‘lsa, o‘smirlikda “madaniy almashinuv tarmog‘i”, yuqori bosqichda esa “transregional integratsiya va urbanizatsiya omili” sifatida talqin qilinadi. Raqamli indikator sifatida darslikdagi bir mavzu bo‘yicha savollar murakkabligi Bloom taksonomiyasi bo‘yicha “eslab qolish–tushunish–qo‘llash–tahlil–baholash” pog‘onalarida yuqorilagan sari o‘quvchining yozma javoblari uzunligi va dalil keltirish chastotasi ortadi, bu o‘qituvchi kuzatuvida ham, baholash natijalarida ham ko‘rinadi. Ilmiy izoh shundaki, didaktik spirallik tamoyili bir mavzuni turli yoshda qayta ko‘rib, har safar konseptual chuqurlikni oshirishni ko‘zda tutadi, O‘zbekiston tarixi mazmuni ham shu spirallik asosida qurilganda bilim parchalangan emas, integrallashgan ko‘rinishga ega bo‘ladi [1].

Manba bilan ishlash yoshga qarab turlicha tashkillashtirilishi kerak, chunki tarixiy manba ta’rifi voqea yoki jarayon haqida bevosita yoki bilvosita axborot beruvchi yozma, moddiy, tasviriy va og‘zaki dalillar majmuasidir. Mexanizm shundan iboratki, manbaning ishonchliligi, muallif pozitsiyasi va konteksti aniqlanmasa, o‘quvchi manbani “haqiqatning o‘zi” deb qabul qiladi, yosh ulg‘aygani sari esa u “talqin qilinadigan dalil” sifatida ko‘ra boshlaydi. Masalan, kichik yoshda qadimgi idish yoki tangani ko‘rsatib “qaysi davrga o‘xshaydi” kabi savol berish yetarli bo‘lsa, o‘smirlikda yilnoma parchasida kim haqida gap ketayotganini aniqlash, yuqori bosqichda esa ikki manbani solishtirib, farq sababini izohlash talab etiladi. Statistik jihatdan, manbaga asoslangan topshiriqlar ulushi oshgan sinflarda faktlarni noto‘g‘ri aralashtirish holatlari kamayishi, vaqt chizig‘ida xatolar qisqarishi va “dalil keltirish” mezoni bo‘yicha baholar o‘sishi kuzatiladi, buni o‘qituvchilar diagnostik kartalari orqali qayd etish mumkin. Ilmiy izoh sifatida manbashunoslikning elementar ko‘nikmalari erta bosqichda shakllantirilsa, keyinchalik tarixiy tadqiqot madaniyati va akademik halollik uchun poydevor yaratiladi, bu esa OAK talablari bo‘yicha ilmiy fikrlashning asosiy komponentlaridan biridir [5].

Xronologik fikrlash yosh davriga mos rivojlantirilganda tarixiy ongning “vaqt o‘qi” barqarorlashadi, chunki xronologiya ta’rifi voqealarni vaqt tartibida joylashtirish va ularning davomiyligi hamda davriyligini anglash ko‘nikmasidir. Mexanizm shundan iboratki, kichik yoshda “oldin–keyin” munosabati ustun bo‘lsa, keyin “bir vaqtning o‘zida turli hududlarda” jarayonlar bo‘lishi mumkinligi, yana keyin “uzoq muddatli sabablar” va “strukturaviy omillar”ni ko‘rish qobiliyati paydo bo‘ladi. Misol sifatida “Qadimgi davr–o‘rta asr–yangi davr” ketma-ketligini rangli karta bilan berish kichiklar uchun qulay, o‘smirlarga esa “XIV asrda Movarounnahr va Yevropada qaysi jarayonlar parallel kechdi” kabi taqqoslash vazifasi mos, talabalarga esa “modernizatsiya”ning bosqichlarini indikatorlar bilan tahlil qilish vazifasi beriladi. Raqamli ifoda sifatida vaqt oralig‘ini

noto‘g‘ri baholash xatolari yosh ulg‘aygani sari kamayishi, masalan asr va ming yillik farqini adashtirish holatlari 5–6-sinflarda ko‘proq, 9–11-sinflarda esa ancha kam uchrashi amaliy tajribada ma’lum. Ilmiy izoh shuki, xronologik kompetensiya shakllanmaganda tarixiy sabab-oqibatni ham to‘g‘ri qurib bo‘lmaydi, shuning uchun O‘zbekiston tarixi darslarida xronologik jadval, vaqt chizig‘i va davrlashtirish mezonlari muntazam qo‘llanishi zarur [2].

Taqqoslama tahlil yoshga mos berilganda o‘quvchi “o‘xshashlik va farq” orqali tarixiy qonuniyatlarni ajratadi, chunki taqqoslash ta’rifi ikki yoki undan ortiq hodisani bir mezon bo‘yicha qiyoslab xulosa chiqarish jarayonidir. Mexanizm shundan iboratki, mezonlar to‘g‘ri tanlanmasa taqqoslash yuzaki bo‘lib qoladi, yosh kichik bo‘lsa mezon o‘qituvchi tomonidan beriladi, yosh katta bo‘lsa mezon o‘quvchi tomonidan ham ishlab chiqiladi. Masalan, kichik yoshda “qadimgi va hozirgi uy-joy”ni ko‘rgazma asosida qiyoslash, o‘smirlikda “shahar va qishloq xo‘jaligi”ning tarixiy rolini jadvalda solishtirish, yuqori bosqichda esa “davlat boshqaruvi institutlari”ni davrlar kesimida konseptual xarita orqali qiyoslash mumkin. Raqamli ko‘rsatkich sifatida taqqoslash jadvalidan foydalanganda yozma javoblarda “birinchi–ikkinchi” tuzilmasi, mezonlarga tayanish va asosli xulosa ulushi ortishi ko‘p uchraydi, bu baholash rubrikalarida ham ko‘rinadi. Ilmiy izoh shuki, taqqoslama usul tarixshunoslikning muhim metodlaridan bo‘lib, uni maktabdan boshlab sodda shaklda berish keyinchalik murakkab metodologik muhokamalarga tayyorlaydi, shu jumladan O‘zbekiston tarixini mintaqaviy va global jarayonlar bilan bog‘liq holda ko‘rishga yordam beradi [4].

Quyidagi jadval yosh davriga mos maqsad, vosita va natijalarni tizimlashtiradi, chunki jadval ta’rifi ma’lumotni mezonlar bo‘yicha tartibli ko‘rinishda taqdim etish shaklidir. Mexanizm shundan iboratki, jadval kognitiv yuklamani kamaytiradi, asosiy o‘zgaruvchilarni ajratadi va o‘qituvchiga diagnostika qilish imkonini beradi. Masalan, bir mavzu bo‘yicha “xronologiya–manba–tahlil–argument” yo‘nalishlari alohida ustunlarda berilsa, o‘quvchi qaysi komponentda qiynalayotganini ko‘ra boshlaydi. Raqamli ifoda sifatida jadvalda belgilangan ko‘nikmalar soni oshgani sari nazorat savollarida “tahlil” va “baholash” darajasidagi javoblar ulushi ko‘tarilishi kutiladi, bu didaktik monitoringda qayd etiladigan natijadir. Ilmiy izoh sifatida tizimlashtirish o‘rganishni metakognitiv darajaga olib chiqadi, ya’ni o‘quvchi o‘z o‘rganishini boshqarishni o‘rganadi, bu yosh ulg‘aygani sari kuchliroq namoyon bo‘ladi [3].

Jadval. O‘zbekiston tarixi fanida yosh davriga mos didaktik yo‘naltirish

Yosh bosqichi: 7–10. Maqsad: obrazli tasavvur va oddiy xronologiya. Vosita: xarita, rasm, maket, qisqa hikoya. Kutiladigan natija: voqeani ketma-ket aytish, atamalarni tanish.

Yosh bosqichi: 11–15. Maqsad: sabab-oqibat va dalilga kirish. Vosita: muammoli savol, jadval, manbadan parcha, munozara. Kutiladigan natija: sabablarni ajratish, sodda argument tuzish.

Yosh bosqichi: 16+. Maqsad: kritik tahlil va metodologik fikrlash. Vosita: manbalar taqqoslanishi, statistik ma’lumot, akademik yozuv. Kutiladigan natija: mustaqil xulosa, dalil bilan asoslash, bibliografik madaniyat.

Tarixiy mazmunni anglashda ayrim mavzular tabiiy-ilmiy elementlar bilan boyitilganda yoshga mos integratsiya kuchayadi, chunki integratsiya ta’rifi fanlararo aloqalar orqali bitta obyektni turli nuqtai nazardan yoritishdir. Mexanizm shundan iboratki, masalan arxeologiya, numizmatika va geoaxborot elementlari tarixiy dalilni “ko‘rinadigan” qiladi, bu esa kichik yoshda qiziqish uyg‘otadi, katta yoshda esa tahliliy imkoniyat beradi. Misol tariqasida bronza davriga oid metallurgiya mavzusida bronzaning shartli kimyoviy ifodasi Cu + Sn → CuSn kabi soddalashtirilgan model orqali “texnologiya va ijtimoiy o‘zgarish” bog‘lanishi tushuntiriladi, bu yerda formuladan maqsad kimyo darsi emas, balki texnologik yangilikning tarixiy oqibatini ko‘rsatishdir. Raqamli ko‘rsatkich sifatida fanlararo material kiritilganda darsdagi savol-javoblar soni, mavzu bo‘yicha qo‘shimcha o‘qishga murojaatlar va loyiha ishlariga qiziqish oshishi amaliyotda ko‘rinadi, bu o‘quv motivatsiyasining bilvosita indikatoridir. Ilmiy izoh shuki, STEAM elementlari tarixda ehtiyotkorlik bilan qo‘llanganda dalilning tabiatini yaxshiroq anglashga xizmat qiladi, biroq u tarixiy metodologiyani almashtirmasligi, balki mustahkamlashi kerak [6].

Xulosa. O‘zbekiston tarixi fanini o‘rganishda yosh davrlariga bog‘liq xususiyatlar o‘quvchining kognitiv rivojlanishi, motivatsiyasi va ijtimoiy tajribasi bilan belgilanadigan murakkab didaktik tizim ekanligi asoslandi. Kichik yoshda ko‘rgazmalilik, obraz va sodda xronologiya ustuvor

bo‘lib, o‘smirlikda sabab-oqibatni ajratish, taqqoslash va boshlang‘ich dalillash ko‘nikmalari faol shakllanishi ko‘rsatildi. Yuqori bosqichda manbashunoslik elementlari, kritik o‘qish va akademik yozuv orqali metodologik fikrlashni rivojlantirish zarurligi umumlashtirildi. Natijada yoshga mos spirallik, manba bilan ishlashning bosqichma-bosqichligi va xronologik tafakkurni tizimli mustahkamlash O‘zbekiston tarixi ta’limining sifatini oshiruvchi asosiy yo‘nalishlar sifatida sintez qilindi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Выготский Л. С. Мышление и речь. Москва: АСТ, 2020. 512 с.
2. Ишмуҳамедов Р. Ж., Абдуқодиров А. А. Таълимда инновацион технологиялар. Тошкент: Фан, 2017. 256 б.
3. Блум Б. С. Таксономия образовательных целей: сфера познания. Санкт-Петербург: Питер, 2019. 304 с.
4. Carr E. H. What is History? London: Penguin Books, 2008. 224 p.
5. Toshpolatov S. A. Tarix o‘qitish metodikasi. Toshkent: O‘qituvchi, 2018. 240 b.
6. Wineburg S. Historical Thinking and Other Unnatural Acts. Philadelphia: Temple University Press, 2001. 272 p.

Qalandarova Yulduz Bahramovna
Abu Rayhon Beruniy nomidagi
Urganch davlat universiteti mustaqil izlanuvchisi

OLIY TA’LIM MUASSASALARIDA PSIXOLOGIK SALOMATLIKNI RIVOJLANTIRISH ORQALI TRANSMILLIY NARKOTAHDIDLARGA QARSHI PROFILAKTIK CHORALARNI TAKOMILLASHTIRISH

Annotatsiya*: Maqolada oliy ta’lim talabalarida psixologik salomatlik va rezilentlikni rivojlantirish orqali transmilliy narkotahdidlarga qarshi profilaktikani takomillashtirish masalalari tahlil qilingan. Giyohvandlikka moyillikning ijtimoiy-psixologik omillari o‘rganilib, talabalarda destruktiv ta’sirlarga qarshi psixologik immunitetni shakllantirish va OTMlarda kompleks preventiv tizimni joriy etish bo‘yicha amaliy tavsiyalar berilgan.*

Kalit so‘zlar*: transmilliy narkotahdidlar, psixologik salomatlik, talaba-yoshlar, profilaktika, rezilentlik, psixologik immunitet, shaxsiy samaradorlik, destruktiv ta’sirlar, korreksiya.*

Аннотация*: В статье анализируются вопросы совершенствования профилактики транснациональных наркоугроз посредством развития психологического здоровья и резильентности студентов вузов. Изучены социально-психологические факторы склонности к наркозависимости, предложены практические рекомендации по формированию у студентов психологического иммунитета к деструктивным влияниям и внедрению комплексной превентивной системы в вузах.*

Ключевые слова*: транснациональные наркоугрозы, психологическое здоровье, студенческая молодежь, профилактика, резильентность, психологический иммунитет, самоэффективность, деструктивные влияния, коррекция.*

Abstract*:The article analyzes the improvement of preventive measures against transnational drug threats by developing higher education students' psychological health and resilience. The socio-psychological factors of drug addiction susceptibility are examined, and practical recommendations are provided for building students' psychological immunity to destructive influences and implementing a comprehensive preventive system in universities.*

Key words*: transnational drug threats, psychological health, student youth, prevention, resilience, psychological immunity, self-efficacy, destructive influences, correction.*

Kirish. Bugungi globallashuv sharoitida transmilliy narkotahdidlar jamoat salomatligi, ijtimoiy barqarorlik va milliy xavfsizlikka jiddiy xavf tug‘dirayotgan global muammolardan biri bo‘lib qolmoqda. Narkotik vositalar, psixotrop moddalar va ayniqsa, yangi turdagi sintetik preparatlarning noqonuniy aylanmasi yosh avlodning intellektual va ma’naviy-axloqiy rivojlanishiga, jismoniy hamda ruhiy salomatligiga halokatli ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu bois, O‘zbekiston Respublikasida narkotik vositalarning noqonuniy muomalasiga qarshi murosasiz kurashish, yoshlarni destruktiv ijtimoiy-psixologik ta’sirlardan himoya qilish hamda ularda sog‘lom turmush tarzini qaror toptirish davlat siyosatining ustuvor strategik yo‘nalishlaridan biri sifatida belgilangan [1].

Mamlakatimizda yoshlar salomatligini mustahkamlash, ularning psixologik farovonligini ta’minlash va ommaviy sportni rivojlantirishga qaratilgan qator normativ-huquqiy hujjatlar qabul qilindi. Jumladan, “Sog‘lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi Prezident Farmoni hamda yoshlar bilan ishlash tizimini tubdan takomillashtirishga oid qarorlar talaba-yoshlarni turli zararli illatlardan, xususan, giyohvandlik va psixofaol moddalar qaramligidan himoya qilishning huquqiy poydevori bo‘lib xizmat qilmoqda [2].

Shu bilan birga, O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi tomonidan narkotik vositalar va ularning prekursorlari noqonuniy aylanmasiga qarshi kurashish bo‘yicha tizimli kompleks chora-tadbirlar muvofiqlashtirib borilmoqda [3]. Sog‘liqni saqlash vazirligi tizimida aholi, ayniqsa talaba-yoshlar orasida preventiv targ‘ibot ishlarini kuchaytirish, ixtisoslashtirilgan psixologik va tibbiy-profilaktik yordam xizmatlarini rivojlantirish hamda giyohvandlikning barvaqt oldini olishga qaratilgan maqsadli dasturlar izchil amalga oshirilmoqda.

Davlat xavfsizlik xizmati va Ichki ishlar vazirligi organlari tomonidan transmilliy narkojinoyatchilik tarmoqlariga qarshi kurashish, kontrabanda kanallarini to‘sish hamda kibermuhitda (darknet, maxfiy messenjerlar) narkotik moddalar savdosini aniqlash va bartaraf etish bo‘yicha operativ-profilaktik tadbirlar amalga oshirilmoqda [4]. Biroq, zamonaviy transmilliy narkotahdidlarning transformatsiyalashuvi va ularning axborot texnologiyalari orqali yoshlar ongiga manipulyativ ta’sir ko‘rsatishi faqat huquqiy va ma’muriy choralar bilan cheklanib qolmaslikni taqozo etadi.

Bugungi kunda talabalarning shaxsiy va psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda, oliy ta’lim muassasalarida tizimli pedagogik-psixologik profilaktika ishlarini takomillashtirish zarurati yuzaga kelmoqda. Talaba-yoshlarning psixologik salomatligini rivojlantirish, ularda stressga bardoshlilikni, sog‘lom hayotiy qadriyatlarni hamda destruktiv ta’sirlarga qarshi kuchli shaxsiy ijtimoiy-psixologik immunitetni (antivirtuallik va autopsixologik kompetentlik) shakllantirish profilaktikaning eng samarali omilidir. Ushbu nuqtai nazardan, oliy ta’lim tizimida psixologik salomatlikni mustahkamlash orqali transmilliy narkotahdidlarga qarshi profilaktik choralarni takomillashtirish masalasi dolzarb ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Asosiy qism. Psixologik salomatlik va narkotik qaramlik profilaktikasining ilmiy-nazariy asoslari. Psixologik salomatlik va shaxsning deviant (og‘ishgan) xulq-atvori muammosi zamonaviy psixologiya fanining eng murakkab va fundamental tadqiqot yo‘nalishlaridan biridir. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (JSST) ekspertlari ruhiy salomatlikni shunchaki ruhiy kasalliklarning yo‘qligi emas, balki insonning o‘z ichki salohiyatini to‘liq ro‘yobga chiqara olishi, kundalik hayotiy stresslarni muvaffaqiyatli yenga olishi, undorli mehnat qilishi va jamiyat hayotiga konstruktiv hissa qo‘sha olish qobiliyati sifatida tavsiflaydi [5].

K.Ryff o‘zining psixologik farovonlik (psychological well-being) modelida psixologik salomatlikning oltita bazaviy komponentini tizimlashtirgan: o‘zini ijobiy qabul qilish, boshqalar bilan konstruktiv munosabatlar, avtonomlik (mustaqillik), atrof-muhitni nazorat qila olish (muhitni boshqarish), hayotiy maqsadlarning aniqligi va uzluksiz shaxsiy o‘sish [6]. Ushbu shaxsiy xususiyatlarning yuqori darajada rivojlanganligi insonda har qanday tashqi salbiy ijtimoiy-psixologik provokatsiyalar va narkotik guruhlar bosimiga nisbatan psixologik rezistentlikni (bardoshlilikni) ta'minlaydi.

M.Seligmanning pozitiv psixologiya konsepsiyasiga (PERMA modeli) ko‘ra, shaxsning ruhiy barqarorligi uning ijobiy emotsiyalari, faoliyatga sensor va kognitiv jalb qilinganligi, konstruktiv

ijtimoiy munosabatlari, hayot mazmuni hamda shaxsiy yutuqlari bilan determinatsiyalanadi [7]. Ushbu konsepsiya talabalarda moddalarga qaramlik moyilligini keltirib chiqaruvchi ekzistensial vakuum (hayot mazmunini yo‘qotish) holatlarini bartaraf etishda muhim metodologik baza hisoblanadi.

A.Banduraning ijtimoiy-kognitiv nazariyasida shaxsning o‘z imkoniyatlariga bo‘lgan ishonchi, ya’ni shaxsiy samaradorlik tuyg‘usi uning xulq-atvorini o‘zi tartibga solishining asosiy mexanizmi sifatida talqin etiladi [8]. O‘z shaxsiy samaradorligiga ishongan talaba tengdoshlar guruhining salbiy bosimlariga, narkotik moddalarni tatib ko‘rish haqidagi xavfli va chalg‘ituvchi takliflariga qarshi qat'iy "Yo‘q" deya olish irodasini namoyon qiladi.

Narkotik moddalarga qaramlikning chuqur psixologik determinatlarini tushunishda A.Maslowning motivatsiya va ehtiyojlar ierarxiyasi nazariyasi muhim ahamiyatga ega. Insonning xavfsizlik, ijtimoiy guruhga tegishlilik, o‘zaro hurmat va o‘zini namoyon qilish (samorealizatsiya) kabi fundamental ehtiyojlari qondirilmaganda, shaxsda og‘ir turdagi frustratsiya va nevrotik holatlar yuzaga keladi [9]. Bunday vaziyatda ayrim yoshlar reallikdan qochish va ichki og‘riqni pasaytirish maqsadida narkotik moddalar iste’molidan destruktiv kompensatsiya (himoya) vositasi sifatida foydalanishga moyil bo‘ladilar.

M.Rutter o‘zining rezilentlik nazariyasida shaxsning og‘ir hayotiy inqirozlar, surunkali stresslar va distress holatlarini psixik jarohatlarsiz yengib o‘tish hamda transformatsiyalashish qobiliyatini eng muhim ichki himoya omili deb hisoblaydi [10]. Rezilentlik darajasi yuqori bo‘lgan talabalar stressogen omillar ta'sirida o‘z xulq-atvorini yo‘qotmaydi va giyohvandlik kabi autodezadaptiv xulq-atvor shakllariga berilmaydi.

Mahalliy psixologiya maktabi namoyandalaridan E.G‘.G‘oziyev shaxsning psixik rivojlanishi va sotsializatsiyasida maqsadli ta’lim-tarbiya jarayoni hamda mikromuhit omillarining deteminant rolini asoslab bergan [11]. Z.T.Nishonovaning tadqiqotlariga ko‘ra, talabalik davrida shaxsning reflektiv jarayonlari, o‘zini anglash darajasi, qadriyatlar yo‘nalishi va refleksiv-piksologik kompetensiyalarining tizimlashishi uning ijtimoiy xulq-atvor strategiyalarini belgilaydi [12].

V.M.Karimova o‘zining ijtimoiy-psixologik tadqiqotlarida yoshlar ongining shakllanishida referent guruhlar (tengdoshlar guruhi), ijtimoiy interaksiya va kommunikativ munosabatlarning qonuniyatlarini ochib bergan [13]. Mazkur ijtimoiy-psixologik omillar mikromuhit xarakteriga ko‘ra shaxsni yo narkotik submadaniyatga yetaklashi yoki aksincha, kuchli ijtimoiy-preventiv himoya qalqoni vazifasini bajarishi mumkin.

Tizimli tahlillar shuni ko‘rsatadiki, psixologik salomatlikning barqarorligi, rivojlangan emotsional intellekt, adekvat o‘zini baholash va muqobil hayotiy maqsadlar yoshlarning transmilliy narkotik tarmoqlar tuzog‘iga tushib qolish xavfini keskin kamaytiradi. Shu bois, oliy ta’lim muassasalarida preventiv faoliyat faqatgina huquqiy taqiqlar va ma'muriy jazolash bilan cheklanib qolmasdan, chuqur pedagogik-psixologik korreksiya va rivojlantiruvchi yondashuvlarga asoslanishi shart.

Oliy ta’lim muassasalarida profilaktik faoliyatni takomillashtirish yo‘nalishlari

Oliy ta’lim muassasalari talaba-yoshlarni transmilliy narkotahdidlarning zamonaviy manipulyativ texnologiyalaridan himoya qilishda yetakchi ijtimoiy-preventiv institut hisoblanadi. Talabalarning psixologik salomatligini metodologik jihatdan to‘g‘ri qo‘llab-quvvatlash va ularda shaxsiy psixologik immunitetni shakllantirish oliy ta'lim muassasalari psixologik xizmatining eng ustuvor strategik vazifasidir.

Buning uchun, eng avvalo, oliy ta'lim muassasalaridagi psixologik xizmat xonalarining faoliyatini tubdan modernizatsiya qilish, talabalarning psixofizik va ruhiy holatini (depressiya, xavotirlanish, agressiya, frustratsiya darajalarini) innovatsion psixodiagnostik metodikalar yordamida muntazam monitoring qilib borish zarur. Shuningdek, talabalarda shaxsiy rezilentlik va proaktiv xulq-atvorni rivojlantirishga qaratilgan psixologik treninglar, kognitiv-bixevioral korreksiya dasturlari stressni boshqarish va emotsional barqarorlikni ta'minlaydi.

Sog‘lom turmush tarzini tizimli targ‘ib etish, talabalarni kreativ volontyorlik va ijtimoiy-foydali loyihalarga jalb qilish ularning bo‘sh vaqtini destruktiv guruhlar ta'siridan izolyatsiya qiladi. Profilaktik ishlarning yuqori samaradorligiga erishish uchun pedagoglar, tyutorlar, ota-onalar,

amaliyotchi psixologlar, sog‘liqni saqlash tizimi va huquqni muhofaza qiluvchi organlarning o‘zaro integratsiyalashgan multifaktorli hamkorlik modelini yaratish taqozo etiladi.

Jadval 1: Oliy ta’lim muassasalarida transmilliy narkotahdidlarga qarshi profilaktik faoliyat yo‘nalishlari va ularning kutilayotgan natijalari

Profilaktik yo‘nalish	Amalga oshiriladigan maqsadli chora-tadbirlar	Kutilayotgan ijtimoiy-psixologik natija
Psixologik xizmat faoliyatini takomillashtirish	Tizimli psixodiagnostika, individual va guruhli psixokorreksiya, talabalar ruhiy holatining dinamik monitoringi.	Talabalardagi ruhiy adaptatsiya buzilishlari va psixologik inqirozlarni barvaqt aniqlash hamda neytralizatsiya qilish.
Rezilentlik va shaxsiy barqarorlikni rivojlantirish	Kognitiv-bixevioral treninglar, stress-menejment dasturlari, emotsional intellektni (EQ) rivojlantirish metodikalari.	Talabalarda hayotiy qiyinchiliklarga va tashqi salbiy ijtimoiy bosimlarga nisbatan psixologik chidamlilikning ortishi.
Sog‘lom turmush tarzini sotsializatsiyalash	Ommaviy sport to‘garaklari, intellektual va ma’naviy-ma’rifiy loyihalar, volontyorlik harakatlari.	Talabalarda autodezadaptiv xulq-atvor motivlarining so‘nishi, sog‘lom hayotiy qadriyatlar va ijtimoiy faollikning yuksalishi.
Profilaktik-ma’rifiy va kiber-savodxonlik ishlari	Sintetik narkotiklarning psixofiziologik asoratlari bo‘yicha seminarlar, kiber-makon manipulyatsiyalaridan himoyalanish interaktiv darslari.	Narkotik vositalarning tarqalish usullari (darknet, internet-kuryerlik) haqida xabardorlik va ularga qarshi rad etish ko‘nikmasining shakllanishi.
Oila-OTM tizimidagi hamkorlik korreksiyasi	Ota-onalar uchun psixologik vebinarlar, oilaviy munosabatlar diagnostikasi va maslahat xizmatlari.	Talabaning oilaviy muhitida psixologik qo‘llab-quvvatlashning kuchayishi va "mikromuhit - shaxs" muvozanatining ta'minlanishi.
Idoralararo koordinatsiyalashgan hamkorlik	OTM ma'muriyati, amaliyotchi psixologlar, profilaktika inspektorlari va narkolog-shifokorlarning integratsiyalashgan klaster muloqotlari.	Narkotahdidlar profilaktikasida tarqoqlikning oldini olish va kompleks korreksion tizim samaradorligini keskin oshirish.
Talabalarning ijodiy va rekreatsion faoliyati	Madaniy-ijodiy klublar, art-terapiya markazlari, debat to‘garaklari va startap-loyihalar ekotizimi.	Bo‘sh vaqt vakuumining to‘ldirilishi natijasida talabalarning destruktiv virtual va real submadaniyatlarga berilish xavfining kamayishi.
Autopsixologik kompetentlikni shakllantirish	Shaxsiy o‘sish, refleksiv fikrlash, tanqidiy tahlil va o‘z-o‘zini psixoregulatsiya qilish (meditatsiya, autotrenings) dasturlari.	Shaxsiy psixologik mudofaa (immunitet) hamda har bir xatti-harakat uchun mas’uliyatli xulq-atvor strategiyasining shakllanishi.

Umumiy integrativ natija	Kompleks pedagogik-psixologik profilaktika tizimining amaliy modelini joriy etish.	Transmilliy narkotahdidlar va sotsial-psixologik xavflarga qarshi talabalarda barqaror va turg‘un himoya mexanizmining yaratilishi.

Xulosa. Oliy ta’lim muassasalarida talaba-yoshlarning psixologik salomatligini rivojlantirish orqali transmilliy narkotahdidlarga qarshi profilaktik choralarni takomillashtirish masalasini ilmiy-nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilish quyidagi muhim xulosalarga kelish imkonini beradi:

Profilaktika paradigmasini o‘zgartirish zarurati: Zamonaviy transmilliy narkotahdidlar, ayniqsa, sintetik narkotiklar tarqalishi va ularning kibermakon (ijtimoiy tarmoqlar, maxfiy messenjerlar) orqali manipulyatsiya qilinishi faqat ma’muriy-huquqiy taqiqlar bilan kutilgan natijani bermayapti. Giyohvandlikka qarshi kurashning eng samarali strategiyasi – tashqi taqiqlardan shaxsning ichki himoya mexanizmlarini, ya’ni psixologik immunitetini kuchaytirishga o‘tish hisoblanadi.

Psixologik farovonlik – asosiy preventiv omil: K.Ryff, M.Seligman va M.Rutter kabi olimlarning nazariyalariga tayangan holda isbotlandiki, psixologik farovonlik, shaxsiy rezilentlik (egiluvchanlik) va yuqori "self-efficacy" (shaxsiy samaradorlik) darajasiga ega bo‘lgan talabalar stressogen va krizis holatlarida destruktiv kompensatsiya vositalariga (shu jumladan, psixofaol moddalarga) murojaat qilmaydilar. Ular tengdoshlar guruhining salbiy bosimlariga nisbatan yuqori ijtimoiy-psixologik turg‘unlik namoyon etadilar.

Kompleks va integratsiyalashgan yondashuv: OTMlarda profilaktik faoliyat faqatgina umumiy ma’ruzalar o‘qish bilan cheklanmasligi lozim. Tizimli psixodiagnostika, kognitiv-bixevioral treninglar, talabalarning bo‘sh vaqt vakuumini to‘ldirishga qaratilgan kreativ sotsial loyihalar va Oila-OTM-Huquq-tartibot organlarining hamkorlikdagi klaster modelini amaliyotga joriy etish talab etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022–2026-yillarga mo‘ljallangan Yangi O‘zbekistonning Taraqqiyot strategiyasi to‘g‘risidagi Farmoni. – Toshkent, 2022.
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining PF–6099-son Farmoni. “Sog‘lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”. – Toshkent, 2020.
3. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi va Sog‘liqni saqlash vazirligining giyohvandlik va narkotik vositalarning noqonuniy muomalasiga qarshi kurashishga oid normativ-huquqiy hujjatlari to‘plami. – Toshkent.
4. O‘zbekiston Respublikasining “Giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalar to‘g‘risida”gi Qonuni. – Toshkent, 1999 (o‘zgartirish va qo‘shimchalar bilan).
5. World Health Organization. Promoting Mental Health: Concepts, Emerging Evidence, Practice. – Geneva: WHO, 2022.
6. Ryff C.D. Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia // Psychotherapy and Psychosomatics. – 2014.
7. Seligman M. Flourish. – New York: Free Press, 2011.
8. Bandura A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. – New York: Freeman, 1997.
9. Maslow A. Motivation and Personality. – New York: Harper & Row, 1987.
10. Rutter M. Resilience as a Dynamic Concept // Development and Psychopathology. – 2012.
11. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2020.
12. Nishonova Z.T. Rivojlanish psixologiyasi. – Toshkent, 2021.
13. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent, 2020.

Rajabboyev Asror Alisherovich
Abu Rayhon Beruniy nomidagi Urganch davlat universiteti
"Pedagogika va psixologiya" kafedrasi katta o'qituvchisi
E-poshta: asror@urdu.uz

AGRESSIV XULQ-ATVORLI O'SMIRLARDA SOG'LOM TURMUSH TARZI QADRIYATLARINI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARI

***Annotatsiya**: Ushbu maqolada agressiv xulq-atvorli o'smirlarda sog'lom turmush tarzi qadriyatlarini shakllantirishga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar o'rganilgan. Tadqiqot jarayonida oila muhiti, tengdoshlar ta'siri, maktab iqlimi va ijtimoiy mediatorning roli tahlil qilingan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, oilada muloqot madaniyatining yuqoriligi, ijobiy tengdoshlar guruhi ta'siri va maktabda psixologik xavfsizlik muhitining mavjudligi agressivlikni kamaytiradi hamda sog'lom turmush tarziga yo'naltiradi. Asosiy xulosalar sifatida: tizimli psixo-profilaktik dasturlar, ota-onalar bilan hamkorlik va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish agressiv xulq-atvorni korreksiya qilishda muhim omil ekanligi aniqlangan.*

***Kalit so'zlar**: agressiv xulq-atvor, o'smirlar, sog'lom turmush tarzi, qadriyatlar, ijtimoiy-psixologik omillar, oila muhiti, psixo-profilaktika.*

***Аннотация**: В данной статье исследуются социально-психологические факторы, влияющие на формирование ценностей здорового образа жизни у подростков с агрессивным поведением. В ходе исследования были проанализированы роль семейной среды, влияние сверстников, школьный климат и функции социальных медиаторов. Результаты исследования показывают, что высокий уровень культуры общения в семье, влияние позитивной группы сверстников и наличие психологически безопасной среды в школе снижают агрессивность и способствуют ориентации на здоровый образ жизни. В качестве основных выводов установлено, что системные психопрофилактические программы, сотрудничество с родителями и развитие социальных навыков являются ключевыми факторами коррекции агрессивного поведения.*

***Ключевые слова**: агрессивное поведение, подростки, здоровый образ жизни, ценности, социально-психологические факторы, семейная среда, психопрофилактика.*

***Abstract**: This article examines the socio-psychological factors influencing the formation of healthy lifestyle values in adolescents with aggressive behavior. The study analyzes the role of family environment, peer influence, school climate, and the function of social mediators. The research findings indicate that a high level of communication culture within the family, positive peer group influence, and the presence of a psychologically safe school environment reduce aggression and promote healthy lifestyle orientation. As key conclusions, it is established that systematic psycho-preventive programs, parental cooperation, and the development of social skills are crucial factors in correcting aggressive behavior.*

***Key words**: aggressive behavior, adolescents, healthy lifestyle, values, socio-psychological factors, family environment, psycho-prevention.*

O'smirlik davri - shaxs shakllanishining eng murakkab va ziddiyatli bosqichi hisoblanadi. Bu davrda shaxsning asosiy qadriyatlari, xulq-atvor normalari va turmush tarzi shakllana boshlaydi. Biroq zamonaviy ijtimoiy sharoitlarda ko'plab o'smirlarda agressiv xulq-atvor belgilari kuzatilmoqda, bu esa ularda sog'lom turmush tarzi qadriyatlarini shakllantirishni qiyinlashtiradi.

Agressiv xulq-atvor shaxsning o'z-o'zini anglash, ijtimoiy moslashish va sog'lom psixologik rivojlanish jarayonlarini izdan chiqaradi. Buning natijasida o'smirlar nafaqat o'z sog'lig'iga, balki atrofdagilar salomatligiga ham zarar yetkazishi mumkin. Shu sababli agressiv xulq-atvorli o'smirlarda sog'lom turmush tarzi qadriyatlarini shakllantirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari va omillarini o'rganish dolzarb ilmiy va amaliy ahamiyat kasb etadi.

Muammoning dolzarbligi: O'zbekiston Respublikasida so'nggi yillarda o'smirlar o'rtasida agressiv xulq-atvor holatlari, huquqbuzarliklar va psixologik salomatlik muammolari soni oshib

bormoqda. “Sog‘lom turmush tarzi” tushunchasi milliy qadriyatlar tizimida muhim o‘rin tutsa-da, agressiv xulq-atvorli o‘smirlar ushbu qadriyatlardan uzoqlashish xavfida qolmoqda. Shuning uchun ushbu muammoning ijtimoiy-psixologik omillarini o‘rganish va profilaktika dasturlarini ishlab chiqish zaruriyati mavjud.

Tadqiqotning maqsadi: Agressiv xulq-atvorli o‘smirlarda sog‘lom turmush tarzi qadriyatlarini shakllantirishning asosiy ijtimoiy-psixologik omillarini empirik va nazariy jihatdan o‘rganib, amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

O‘smirlik davrida agressiv xulq-atvor muammosi xorijiy va mahalliy psixologlar tomonidan keng o‘rganilgan. A. Banduraning ijtimoiy o‘rganish nazariyasiga (1973) ko‘ra [1], agressiv xulq-atvor asosan ijtimoiy muhitdagi namunalarni kuzatish va taqlid orqali o‘zlashtiriladi. Bu nazariya oila va tengdoshlar muhitining agressivlikning rivojlanishidagi markaziy rolini asoslaydi.

L.Berkowitz (1989) esa agressiyaning kognitiv-neoassotsiatsionistik modelida ta’kidlashicha, salbiy his-tuyg‘ular (ayniqsa g‘azab va umidsizlik) agressiv xulq-atvorni keltirib chiqaruvchi asosiy ichki trigger hisoblanadi. Sog‘lom turmush tarzi esa ushbu salbiy his-tuyg‘ularni boshqarishga yordam beruvchi eng samarali psixologik resurs sifatida namoyon bo‘ladi [2].

D. Olweus (1993) [6] va K. Dodge (1994) [5] tadqiqotlari shuni ko‘rsatadiki, oiladagi istismolik munosabatlar, qattiq intizom yoki aksincha, nazorat etilmaydigan erkinlik o‘smirlarda agressivlikni kuchaytirishga olib keladi. Ayni paytda, ijobiy ota-ona ishtirokining agressivlikni kamaytiruvchi kuchli omil ekanligini empirik ma’lumotlar tasdiqlaydi.

Mahalliy tadqiqotchilar orasida E.G‘ulomova (2018) [8], M.Yo‘ldosheva (2020) [9] va boshqalar o‘zbek o‘smirlari misolida oilaning rolini o‘rgangan bo‘lsalar, sog‘lom turmush tarzi qadriyatlarini shakllantirishning murakkab ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini yaxlit tizimda tahlil qilgan tadqiqotlar hali yetarli emas. Ushbu bo‘shliqni to‘ldirish ushbu maqolaning asosiy ilmiy hissasi hisoblanadi.

Tadqiqot 2025–2026 o‘quv yilida Urganch shahridagi uchta umumta’lim maktabida o‘tkazildi. Tadqiqot tanlamasini 14–17 yoshdagi 180 nafar o‘smir tashkil etdi, ularning 90 nafari agressiv xulq-atvor belgilari kuzatilgan guruh (eksperimental guruh), 90 nafari esa nazorat guruhi sifatida tanlandi.

Agressiv xulq-atvorning diagnostikasida A. Bass va M. Perri tomonidan ishlab chiqilgan “Agressiya so‘rovnomasi” (AQ,1992) hamda Fillips metodi asosida moslashtirilgan maktab psixologik iqlimini baholash shakli qo'llanildi [3]. Sog‘lom turmush tarzi qadriyatlarini o‘lchash uchun M. Rokichning qadriyatlar yo‘nalishi metodikasi va maxsus ishlab chiqilgan “Sog‘lom turmush tarzi motivatsiyasi” anketa so‘rovnomasi ishlatildi [7].

Ijtimoiy-psixologik omillarni baholash uchun quyidagi metodikalar qo‘llanildi: oila muhitini baholashda “Oila munosabatlari testi”, tengdoshlar ta’sirini o‘lchashda “Ijtimoiy ta’sir shkalalari”, maktab iqlimini aniqlashda esa “Maktab psixologik xavfsizligi” so‘rovnomasi. Statistik tahlil SPSS 26.0 dasturida korellyatsion tahlil, dispersiya tahlili va ko‘p o‘zgaruvchili regressiya metodlari yordamida amalga oshirildi.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, agressiv xulq-atvorli o‘smirlarning 73,3 foizida oilada muloqot madaniyati past darajada bo‘lib, 68,9 foizida ota-onalar o‘rtasida nizolar tez-tez kuzatiladi. Nazorat guruhida ushbu ko‘rsatkichlar mos ravishda 21,1 foiz va 18,9 foizni tashkil etdi. Bu farq statistik jihatdan muhim ($p < 0,001$) bo‘lib, oila muhiti agressivlik va sog‘lom turmush tarzi qadriyatlarini shakllantirishda determinant omil ekanligini tasdiqlaydi.

Tengdoshlar ta’siri bo‘yicha tahlil ko‘rsatdiki, agressiv guruhda 61,1 foiz o‘smir antijamiyatchi tengdoshlar bilan muloqot qiladi va deviant xulq-atvor normalarini qabul qilishga moyil. Ijobiy tengdoshlar guruhiga mansub o‘smirlar esa sog‘lom turmush tarzi ko‘rsatkichlari bo‘yicha sezilarli ustunlik ko‘rsatdi (o‘rtacha baho: 4,1 vs 2,7, $p < 0,01$). Ijtimoiy ta’sir nazariyasi (Cialdini, 1984) doirasida ushbu natijalar tengdoshlar normativ ta’sirining agressivlik bilan bog‘liq qadriyatlar shakllanishidagi rolini yana bir bor isbotlaydi.

Maktab psixologik iqlimi bo‘yicha natijalar ko‘rsatdiki, agressiv o‘smirlarning 66,7 foizi o‘qituvchilar bilan konfliktli munosabatlar, 58,9 foizi esa tengsiz muomalani his etadi. Psixologik xavfsizlik darajasi yuqori bo‘lgan sinflarda o‘qiydigan o‘smirlarda agressivlik darajasi 2,3 baravar pastroq ($r = −0,54$, $p < 0,001$) ekanligi aniqlandi.

Ijtimoiy media ta’sirini o‘rganishda shunday ma’lumot olindiki, agressiv guruhda kuniga 4 soatdan ortiq ekran vaqtida zo‘ravonlik sahnalarini tomosha qilish holatlari 72,2 foizni tashkil etdi. Ushbu omil sog‘lom turmush tarzi qadriyatlariga nisbatan salbiy korrelyatsiya ko‘rsatdi ($r = -0,48$, $p < 0,01$).

1-jadval. Agressiv va nazorat guruhlarida sog‘lom turmush tarzi qadriyatlarining taqqoslanishi

Qadriyat ko‘rsatkichi	Agressiv guruh (o‘rt. ball)	Nazorat guruhi (o‘rt. ball)
Jismoniy sog‘lom bo‘lishga intilish	2.4 ± 0.6	4.2 ± 0.5
Psixologik muvozanat	2.1 ± 0.7	4.0 ± 0.6
Ijtimoiy munosabatlar madaniyati	2.3 ± 0.8	4.3 ± 0.5
Zararliy odatlardan tiyilish	2.6 ± 0.9	4.5 ± 0.4
Shaxsiy rivojlanishga intilish	2.8 ± 0.7	4.1 ± 0.6
Jami ko‘rsatkich	2.44 ± 0.74	4.22 ± 0.52

Izoh: Baholar 5 ballik tizimda berilgan; farqlar statistik jihatdan muhim ($p < 0,001$)

Ko‘p o‘zgaruvchili regresiya tahlili natijalariga ko‘ra, sog‘lom turmush tarzi qadriyatlarining shakllanishiga eng kuchli ta’sir ko‘rsatuvchi omillar quyidagicha tartiblandi: oila muloqot madaniyati ($\beta = 0.42$, $p < 0.001$), tengdoshlar ijobiy ta’siri ($\beta = 0.31$, $p < 0.001$), maktab psixologik xavfsizligi ($\beta = 0.28$, $p < 0.01$) va shaxsiy hissiy intellekt darajasi ($\beta = 0.24$, $p < 0.01$). Ushbu to‘rt omil birgalikda sog‘lom turmush tarzi qadriyatlarining dispersiyasining 64 foizini ($R^2 = 0.64$) tushuntiradi.

Tadqiqot natijalari asosida quyidagi amaliy tavsiyalar ishlab chiqildi:

1. Maktab psixologlari uchun: “Sog‘lom turmush tarzi” mavzusida hissiy intellekt va ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirishga qaratilgan tizimli treninglar dasturini joriy etish zarur. Ushbu dastur haftasiga kamida bir marotaba, 16 haftali tsiklda amalga oshirilishi tavsiya etiladi.

2. Ota-onalar bilan ishlash: Oilada sog‘lom psixologik muhit yaratishga qaratilgan ota-onalar psixologik savodxonligi dasturlarini tashkil etish muhim. Nizolarni konstruktiv hal etish, farzandga nisbatan e’tiborli bo‘lish va muloqot ko‘nikmalarini oshirish mavzulari markaziy o‘rinni egallashi kerak.

3. Tengdoshlar ta’siridan samarali foydalanish: Agressiv xulq-atvorli o‘smirlarni ijobiy referent guruhlarga jalb qilish orqali ijtimoiy qadriyatlarni tabiiy tarzda o‘zlashtirish imkonini yaratish maqsadga muvofiq.

4. Raqamli muhit nazorati: Ota-onalar va o‘qituvchilar hamkorligida o‘smirlarning media iste’molini monitoring qilish, media savodxonligini oshirish dasturlarini ta’lim tizimiga kiritish lozim.

Xulosa. Ushbu tadqiqot shuni tasdiqladi: agressiv xulq-atvorli o‘smirlar populyatsiyasida sog‘lom turmush tarzi qadriyatlarining shakllanishi ko‘p faktorli ijtimoiy-psixologik jarayon bo‘lib, unda oila muhiti, tengdoshlar guruhi, maktab psixologik iqlimi va raqamli muhit omillari o‘zaro bog‘liq tarzda ishlaydi.

Oiladagi muloqot madaniyatining oshirilishi, tengdoshlar ijobiy ta’siridan foydalanish, maktabda psixologik xavfsizlik muhitini yaratish va shaxsiy hissiy intellektni rivojlantirish - bu to‘rtta yo‘nalish birgalikda agressiv xulq-atvorni korreksiya qilishda va sog‘lom turmush tarzi qadriyatlarini shakllantirishda maksimal samara beradi.

Tadqiqot natijalari mahalliy psixologik xizmat tizimini takomillashtirish, profilaktika dasturlarini yangilash va ota-onalar hamda pedagoglar savodxonligini oshirish bo‘yicha amaliy qarorlar qabul qilishda muhim empirik asos bo‘lib xizmat qilishi mumkin. Kelgusida tadqiqotni kengaytirib, jinsi va yoshi bo‘yicha qiyosiy tahlil o‘tkazish, shuningdek, ijtimoiy-iqtisodiy omillarning ta’sirini alohida o‘rganish tavsiya etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Bandura A. (1973). Aggression: A social learning analysis. Prentice-Hall.
2. Berkowitz L. (1989). Frustration-aggression hypothesis: Examination and reformulation. Psychological Bulletin, 106(1), 59–73.
3. Buss A.H., Perry M. (1992). The aggression questionnaire. Journal of Personality and Social Psychology, 63(3), 452–459.
4. Cialdini R.B. (1984). Influence: The psychology of persuasion. William Morrow.
5. Dodge K.A. (1994). Studying mechanisms in the cycle of violence. In J. McCord (Ed.), Coercion and punishment in long-term perspectives. Cambridge University Press.
6. Olweus D. (1993). Bullying at school: What we know and what we can do. Blackwell.
7. Rokeach M. (1973). The nature of human values. Free Press.
8. G‘ulomova E. (2018). O‘smirlar xulq-atvorida oila ta’siri. Toshkent: Fan nashriyoti.
9. Yo‘ldosheva M. (2020). Maktab psixologik muhiti va o‘smirlarda deviant xulq. Psixologiya jurnali, 2(4), 45–52.
10. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2020-yil 5-oktyabrdagi "Yoshlar sog‘lom turmush tarzini shakllantirishga doir" qaroriga asosan tayyorlangan tavsiyalar. Toshkent.

Rajabov Rasulbek
Abu Rayhon Beruniy nomidagi
Urganch davlat universiteti mustaqil izlanuvchisi

O‘SMIRLARDA SOG‘LOM OILAVIY MUNOSABATLAR HAQIDAGI QARASHLARNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK YO‘LLARI

Annotatsiya*. Ushbu tezisda o‘smirlarda sog‘lom oilaviy munosabatlar haqidagi qarashlarni rivojlantirishning psixologik yo‘llari tahlil qilinadi. Tadqiqot maqsadi oilaviy qadriyatlar, muloqot madaniyati va nizolarni konstruktiv hal etish bo‘yicha psixologik ta’sir mexanizmlarini aniqlashdir. Metodologiya sifatida rivojlanish psixologiyasi, oilaviy tizimli yondashuv va ijtimoiy o‘rganish nazariyalari integratsiyasi qo‘llanadi. Ilmiy yangilik o‘smirlarning kognitiv-sxematik tasavvurlari hamda emotsional regulyatsiyasi birligida rivojlantiruvchi dastur yo‘llarini asoslashdan iborat.*

Kalit so‘zlar*. sog‘lom oila; o‘smir psixologiyasi; oilaviy muloqot; emotsional regulyatsiya; nizolarni hal etish; tarbiyaviy ta’sir; ijtimoiy o‘rganish*

Аннотация*. В данном тезисе анализируются психологические пути развития у подростков взглядов на здоровые семейные отношения. Целью исследования является выявление механизмов психологического воздействия на семейные ценности, культуру общения и конструктивное разрешение конфликтов. В качестве методологии используется интеграция теорий психологии развития, семейно-системного подхода и социального обучения. Научная новизна заключается в обосновании путей развития программы в единстве когнитивно-схематических представлений и эмоциональной регуляции подростков.*

Ключевые слова*: здоровая семья; подростковая психология; семейная коммуникация; эмоциональная регуляция; разрешение конфликтов; воспитательное воздействие; социальное научение*

Abstract*. This thesis analyzes the psychological ways of developing views on healthy family relationships in adolescents. The aim of the study is to identify the mechanisms of psychological influence on family values, communication culture, and constructive conflict resolution. The methodology utilizes the integration of developmental psychology, the family-system approach, and social learning theories. Scientific novelty consists of substantiating the ways of developing the program in the unity of cognitive-schematic representations and emotional regulation of adolescents.*

Key words*: healthy family; adolescent psychology; family communication; emotional regulation; conflict resolution; educational influence; social learning*

Sog‘lom oilaviy munosabatlar haqidagi qarashlar o‘smir ongida shakllanadigan me’yoriy tasavvurlar, qadriyatlar va xulqiy kutilmalar tizimi sifatida ta’riflanadi. Ushbu qarashlar mexanizman oiladagi kundalik muloqot uslubi, emotsional iqlim, ota-ona nazorati va qo‘llab-quvvatlash nisbatlari orqali ijtimoiy o‘rganish hamda kognitiv sxemalar sifatida ichkilashtiriladi. Masalan, muammoli vaziyatlarda bir-birini tinglash, “men-xabarlari”dan foydalanish va murosaga kelish tajribasini ko‘rgan o‘smir, kelgusida ham yaqin munosabatlarda konstruktiv yo‘lni tanlash ehtimolini oshiradi. Empirik kuzatuvlarda oilaviy nizolar tez-tez va keskin bo‘ladigan muhitda o‘smirlarning tashvish ko‘rsatkichi yuqorilashi, ijtimoiy moslashuv ko‘rsatkichlari esa pasayishi qayd etiladi, bunday farqlar ko‘pincha o‘rta va yuqori darajadagi effekt kattaliklari bilan ifodalanadi [1]. Ilmiy izoh shundan iboratki, o‘smirlik davrida prefrontal korteksning nazorat funksiyalari yetilayotgan bir paytda amigdala reaktivligi kuchli bo‘lib, oiladagi stressorlar emotsional regulyatsiya tizimlariga bevosita ta’sir qiladi, natijada qarashlar hissiy tajriba bilan bog‘langan barqaror sxemalarga aylanadi [4].

O‘smirlik davrida sog‘lom oilaviy qarashlarni rivojlantirish psixologik yo‘llari deganda maqsadli profilaktika, psixoedukatsiya va ko‘nikma treninglari orqali oila haqidagi tasavvurlarni realistik, mas’uliyatli hamda hamkorlikka yo‘naltirilgan shaklga keltirish jarayoni tushuniladi. Bu yo‘llar mexanizm sifatida uch yo‘nalishda ishlaydi: birinchisi, kognitiv qayta tuzish orqali stereotip va irratsional e’tiqodlarni yumshatish; ikkinchisi, emotsional regulyatsiya ko‘nikmalarini rivojlantirish orqali affektiv impulsivlikni pasaytirish; uchinchisi, kommunikativ repertuarni kengaytirish orqali ijtimoiy muammolarni hal etish strategiyalarini boyitish. Masalan, “oila doimo kelishmovchiliklardan xoli bo‘lishi kerak” kabi maksimalistik e’tiqodlar o‘smirda noxush vaziyatlarni falokatlashga olib keladi, treningda esa “nizo me’yoriy, uni boshqarish mumkin” degan realistik sxema shakllantiriladi. Amaliy dasturlar natijasida muloqot qoniqishi ballari odatda oshishi va agressiv javoblar chastotasi kamayishi ko‘rsatiladi, bunday o‘zgarishlar ko‘pincha 6–10 haftalik intervensiondan so‘ng barqarorlashadi [3]. Ilmiy izoh sifatida, Bandura ta’kidlagan modellash va o‘z-o‘zini samaradorlik mexanizmi o‘smirlarga yangi xulq namunasini sinab ko‘rish va ijobiy natija olish orqali uni mustahkamlash imkonini beradi, shu bilan qarashlar xulqiy tajriba bilan birikadi [3].

Oilani tizim sifatida talqin qilish sog‘lom munosabatlar qarashlarini rivojlantirishda asosiy nazariy tayanch hisoblanadi. Tizimli yondashuvga ko‘ra, oila a’zolari o‘rtasidagi har bir xatti-harakat butun tizimning muvozanati va chegaralariga ta’sir qiladi, mexanizm esa “qayta aloqa” va “homeostaz” orqali izohlanadi. Masalan, ota-ona nazoratining haddan ortishi o‘smirda qarshilikni kuchaytirib, bu esa ota-onada yanada qattiqroq nazoratga sabab bo‘ladigan aylana jarayonni yuzaga keltiradi; psixologik ishda ushbu aylana jarayonlar ko‘rinadigan qilinib, muqobil o‘zaro ta’sir ssenariylari ishlab chiqiladi. Tizimli aralashuvlar amaliyotida muammoli simptomlar ko‘pincha “tashuvchi” a’zoda namoyon bo‘lsa-da, uning manbai kommunikatsion naqshlarda bo‘lishi kuzatiladi, natijada intervensiya individual emas, o‘zaro munosabatga yo‘naltiriladi [2]. Ilmiy izoh shundan iboratki, o‘smirlikda individuatsiya kuchaygani sababli oilaviy chegaralar qayta belgilanadi, moslashuvchan, lekin aniq chegaralar mavjud bo‘lganda psixologik farovonlik ko‘rsatkichlari yuqoriroq bo‘ladi, bu holat rivojlanish vazifalariga mos keladi [2].

Sog‘lom oilaviy munosabatlar haqidagi qarashlarning tarkibiy komponentlari kognitiv, emotsional va xulqiy qatlamlardan iborat tizim sifatida ta’riflanadi. Kognitiv komponent mexanizm sifatida oila, nikoh, ota-onalik, mas’uliyat, sadoqat, mehnat taqsimoti va shaxsiy chegaralar haqidagi sxemalar orqali ishlaydi; emotsional komponent yaqinlik, ishonch, xavfsizlik hissi va empatiya tajribasi bilan mustahkamlanadi; xulqiy komponent esa muloqot odatlari va nizoni boshqarish repertuari orqali namoyon bo‘ladi. Masalan, “hurmat” tushunchasi faqat ta’rif darajasida qolsa, kundalik tinglash, so‘z bermaslik, keskin tanqiddan qochish kabi xulqiy ko‘nikmalar bilan bog‘lanmaguncha barqaror qarashga aylanmaydi. Kuzatuv tadqiqotlarida oila ichida iliq munosabat va izchil qoidalar uyg‘unlashgan sharoitda o‘smirlarda depressiv belgilar kamroq uchrashi va akademik motivatsiya yuqoriroq bo‘lishi qayd etiladi, bunday bog‘liqliklar ko‘pincha o‘rtacha darajadagi korrelyatsiyalar bilan ifodalanadi [4]. Ilmiy izoh sifatida, Bowlby konsepsiyasiga tayangan holda, xavfsiz bog‘lanish modeli o‘smirning “yaqin munosabatlar ishonchli” degan ichki ishchi modelini shakllantiradi, bu esa kelgusida turmush va ota-onalik haqidagi qarashlarga ham proyeksiya qilinadi [4].

O‘smirlarda sog‘lom qarashlarni shakllantirishning psixologik yo‘llaridan biri psixoedukatsiya bo‘lib, u ilmiy asoslangan bilimlarni yoshga mos tarzda berish jarayoni sifatida ta’riflanadi. Psixoedukatsiya mexanizmi o‘smirning metakognitiv xabardorligini oshirish, emotsiyalarni nomlash va sabab-oqibat bog‘lanishlarini ko‘rish orqali noto‘g‘ri xulosalarni kamaytirishga qaratiladi. Masalan, “nizo bo‘lsa, demak muhabbat yo‘q” kabi qarashlar o‘rniga nizoning turlari, eskalatsiya bosqichlari va deeskalatsiya usullari o‘rgatilganda, o‘smir muammoli vaziyatni shaxsga hujum sifatida emas, vazifa sifatida ko‘ra boshlaydi. Trening amaliyotida psixoedukatsiya moduli odatda 4–6 mavzuni qamrab olib, har bir mavzu bo‘yicha muhokama va mashq orqali mustahkamlanadi, natijada bilimdan ko‘nikmaga o‘tish ehtimoli sezilarli ortadi [1]. Ilmiy izoh shundan iboratki, Vygotskiy ta’kidlagan yaqin rivojlanish zonasi doirasida kattalar yoki tengdosh fasilitator yordamida murakkab ijtimoiy-psixologik tushunchalar ichkilashtiriladi, bu esa oilaviy rol va mas’uliyat haqidagi qarashlarni realistik qiladi [5].

Kommunikativ kompetensiyani rivojlantirish sog‘lom oilaviy munosabatlar qarashlarini shakllantirishda alohida psixologik yo‘l sifatida ta’riflanadi. Uning mexanizmi faol tinglash, aniqlashtiruvchi savol berish, emotsiyani konstruktiv ifodalash va kelishuvga erishish strategiyalarini mashq qilish orqali avtomatlashtirishdan iborat. Masalan, “Sen doim shunday qilasan” kabi umumlashtiruvchi ayblov o‘rniga “Men bu vaziyatda xafa bo‘ldim, chunki kelishuv buzildi” kabi aniq ifoda ishlatilganda, suhbat himoyaviy pozitsiyani kamaytiradi va muloqot sifatini oshiradi. Kuzatuv ma’lumotlariga ko‘ra, kommunikativ treninglarda ishtirok etgan guruhlarda o‘zaro tushunmovchiliklarning subyektiv bahosi pasayishi va hamkorlik xatti-harakatlari ko‘payishi qayd etiladi, bunday natijalar odatda qayta o‘lchovda statistik ahamiyatga ega bo‘ladi [3]. Ilmiy izoh sifatida, Lazarusning kognitiv baholash g‘oyasi doirasida vaziyatni tahdid emas, muammo sifatida baholash o‘zgarganda emotsional javob ham o‘zgaradi, demak muloqot ko‘nikmalari qarashlarni qayta tuzishning amaliy tayanchi bo‘lib xizmat qiladi [4].

Emotsional regulyatsiya va stressga chidamlilikni kuchaytirish o‘smirlarda sog‘lom oilaviy qarashlarni barqarorlashtiruvchi muhim psixologik yo‘l sifatida ta’riflanadi. Ushbu yo‘l mexanizman nafasni boshqarish, diqqatni qayta yo‘naltirish, affektni kechiktirish va muqobil xulq tanlash kabi o‘z-o‘zini boshqarish strategiyalarini o‘rgatish orqali ishlaydi. Masalan, nizo paytida “to‘xtash pauzasi”ni qo‘llash, ya’ni 10–20 soniya ichida nafasni sekinlashtirib, keyin fikrni aniq ifodalash odati o‘smirda impulsiv reaksiya o‘rnini ongli javob bilan almashtiradi. Amaliy psixologiyada qisqa muddatli regulyatsiya protokollari o‘smirlarning agressiv epizodlar chastotasini kamaytirishi va o‘zini nazorat qilish shkalalarida o‘sish berishi ko‘rsatiladi, ayniqsa oilaviy stress yuqori bo‘lgan guruhlarda ta’sir kuchliroq namoyon bo‘ladi [2]. Ilmiy izoh shundan iboratki, Gross modeli bo‘yicha regulyatsiya strategiyalari vaziyatdan oldin (proaktiv) va vaziyat ichida (reaktiv) qo‘llanganda turlicha natija beradi, proaktiv strategiyalar qarashlarga tezroq singadi, chunki o‘smir o‘zini “qodir” deb his qiladi va o‘z-o‘zini samaradorlik ortadi [3].

Oilaviy qadriyatlarni shakllantirishda rol va me’yorlar muvozanatini tushuntirish alohida yo‘nalish sifatida ta’riflanadi. Mexanizm shundan iboratki, o‘smir ongida “huquq” va “majburiyat” o‘rtasidagi mutanosiblik konsepsiyasi kognitiv sxema sifatida joylashadi va u qaror qabul qilishda ichki mezonga aylanadi. Masalan, uy vazifalarini bo‘lishish, shaxsiy vaqtni hurmat qilish, qarindoshlar bilan munosabatlarda chegaralarni saqlash kabi masalalar muhokama qilinganda, o‘smir kelgusida nikoh va ota-onalik vazifalarini romantik idealizatsiya emas, mas’uliyatli hamkorlik sifatida ko‘ra boshlaydi. Tadqiqotlarda oilada izchil qoidalar va adolatli me’yorlar bo‘lgan sharoitda o‘smirlarning deviant xatti-harakatlari kamayishi qayd etiladi, bunday bog‘lanishlar ko‘pincha ijtimoiy nazoratning sifat ko‘rsatkichlari bilan izohlanadi [1]. Ilmiy izoh sifatida, Erikson konsepsiyasiga ko‘ra, o‘smirlikda identifikatsiya va rol sinovlari kuchayadi, shuning uchun oilaviy rol modellari aniq va moslashuvchan bo‘lsa, shaxsiy identitet ham barqarorroq shakllanadi [4].

Quyidagi jadval sog‘lom va nosog‘lom oilaviy muloqot naqshlarining psixologik solishtirma tahlilini ta’riflash uchun keltiriladi. Mexanizm nuqtai nazaridan, sog‘lom naqshlar qayta aloqa sifatini oshirib, nizoni deeskalatsiya qiladi, nosog‘lom naqshlar esa tahdid bahosini kuchaytirib, affektiv reaktivlikni oshiradi. Masalan, “muammo haqida gaplashamiz” yondashuvi “shaxsni ayblash” yondashuviga nisbatan o‘smirda xavfsizlik hissini kuchaytiradi. Amaliy kuzatuvlarda konstruktiv

dialog bo‘lgan oilalarda o‘smirning maktab va tengdosh munosabatlaridagi moslashuvi yuqoriroq ekani qayd etiladi, bu holat ijtimoiy kapitalning ortishi bilan izohlanadi [2]. Ilmiy izoh sifatida, muloqotdagi semantik aniqlik va emotsional validatsiya neyropsixologik jihatdan stress javobini pasaytirib, o‘rganilgan xulqni mustahkamlaydi [4].

Ta’rif nuqtai nazaridan, kortizol organizmning uzoqroq davom etuvchi stress javobini boshqaruvchi gormon bo‘lib, adrenalin esa tezkor “kurash yoki qochish” javobini qo‘zg‘atuvchi katexolamin hisoblanadi. Mexanizm shundan iboratki, oiladagi doimiy keskinlik sharoitida kortizol darajasi uzoq muddat yuqori bo‘lib qolishi mumkin, bu esa uyqu, diqqat va hissiy barqarorlikka salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Masalan, o‘smir uyda doimiy tanqid va kamsitishni boshdan kechirsa, maktabda ham xavotirli kutishlar kuchayib, “men baribir muvaffaqiyatsizman” kabi sxemalar shakllanishi ehtimoli ortadi. Ilmiy adabiyotlarda surunkali stress sharoitida kognitiv funksiyalar pasayishi va emotsional labilitet ortishi ko‘rsatiladi, bu holat psixologik intervensiyalarni aynan regulyatsiya va xavfsiz muloqotga yo‘naltirish zarurligini kuchaytiradi [4]. Ilmiy izoh sifatida, stress mediatorlari ta’siri bilan sinaptik plastiklik o‘zgarishi mumkinligi haqidagi ma’lumotlar psixoedukatsiyada o‘smirga “emotsiyani boshqarish biologik jihatdan ham o‘rganiladigan ko‘nikma” ekanini tushuntirishga yordam beradi [4].

Tarixiy faktlar nuqtai nazaridan, oilaviy tarbiya va munosabatlar madaniyati Sharq pedagogik va axloqiy tafakkurida doimo muhim mavzu bo‘lib kelgan. Ta’rif sifatida, tarixiy-merosiy yondashuv o‘smirga oilani ijtimoiy institut, ma’naviy tayanch va psixologik xavfsizlik manbai sifatida anglatadigan qarashlarni uzluksiz madaniy tajriba bilan bog‘laydi. Mexanizm shundan iboratki, qadriyatlar “rivoyat”, “maqol”, “an’ana” kabi semantik vositalar orqali emosional rang bilan uzatiladi va o‘smirning shaxsiy ma’nolar tizimiga singadi. Masalan, o‘zbek oilalarida kattalarga hurmat, kichiklarga g‘amxo‘rlik va mehmondo‘stlik kabi me’yorlar kundalik xulqda ko‘rsatilganda, o‘smirda prosotsial yo‘nalish mustahkamlanadi. Ijtimoiy-psixologik kuzatuvlarda kollektiv qo‘llab-quvvatlash kuchli bo‘lgan mahalla muhitida stressga chidamlilik resurslari ortishi qayd etiladi, bu holat oilaviy tarbiya samaradorligi bilan uyg‘unlashadi [5]. Ilmiy izoh sifatida, madaniy vositalar orqali ichkilashtirish konsepsiyasi o‘smirlikdagi ma’no qidirish jarayoni bilan mos keladi va sog‘lom oilaviy qarashlarni faqat individual emas, ijtimoiy-kontekstual resurslar bilan ham mustahkamlash mumkinligini ko‘rsatadi [5].

Xulosa qismida o‘smirlarda sog‘lom oilaviy munosabatlar haqidagi qarashlarni rivojlantirish kompleks psixologik yondashuvni talab qilishi umumlashtiriladi. Ushbu yondashuvda kognitiv sxemalarni realistiklashtirish, emotsional regulyatsiyani kuchaytirish va kommunikativ ko‘nikmalarni avtomatlashtirish o‘zaro bog‘liq bo‘lib, har biri ikkinchisini qo‘llab-quvvatlaydi. O‘smirning oilaviy tasavvurlari faqat ma’lumot berish bilan emas, balki tajriba, model va refleksiya orqali barqarorlashishi aniqlanadi. Shuningdek, tizimli nuqtai nazardan oilaviy chegara va rollarning moslashuvchanligi, adolatli me’yorlar va iliq emotsional iqlim qarashlar rivojlanishining asosiy shartlari sifatida talqin qilinadi. Amaliy jihatdan maktab psixologi, ota-ona va sinf rahbari hamkorligida psixoedukatsiya, trening va maslahat komponentlarini birlashtirgan dastur o‘smirlarning kelgusida sog‘lom oila qurishga tayyorgarligini kuchaytirishi mumkinligi sintez qilinadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1.Karimova V.M. Oila psixologiyasi: darslik. Toshkent, O‘qituvchi, 2019. 320 b.

2.Eydemiller E.G., Yustitskiy V. V. Semeynaya psixoterapiya. Sankt-Peterburg, Piter, 2018. 512 s.

3.Bandura A. Social learning theory. Englewood Cliffs, Prentice-Hall, 1977. 247 p.

4.Bowlby J. Attachment and loss. Vol. 1: Attachment. New York, Basic Books, 1969. 428 p.

5.Vygotskiy L. S. Myshleniye i rech. Moskva, AST, 2020. 640 s.

6.Goleman D. Emotional intelligence: why it can matter more than IQ. New York, Bantam Books, 1995. 352 p.

Sabirova Karomat
Urganch davlat Universiteti pedagogika va psixologiya kafedra katta o'qituvchisi

GERONTOLOGIK MARKAZLARDA PSIXOLOGIK XIZMATNI TASHKIL ETISHNING ZAMONAVIY MODELLARI VA MEXANIZMLARI

Аннотация. *В данной статье рассматриваются современные модели и механизмы организации психологической службы в геронтологических центрах в условиях увеличения численности пожилого населения и возрастания потребности в квалифицированной психологической помощи лицам старшего возраста. Анализируются теоретико-методологические основы психологического сопровождения пожилых людей, особенности организации психологической службы в геронтологических учреждениях, а также современные подходы к профилактике возрастных психологических проблем. Особое внимание уделяется вопросам сохранения психологического благополучия, социальной адаптации, профилактики одиночества, депрессивных состояний и когнитивных нарушений у лиц пожилого возраста. Рассматриваются инновационные модели психологического консультирования, психодиагностики, психокоррекции и социально-психологической поддержки, направленные на повышение качества жизни пожилых людей. На основе анализа отечественного и зарубежного опыта обосновывается необходимость совершенствования механизмов организации психологической службы в геронтологических центрах с учетом современных социальных и демографических вызовов.*

Ключевые слова: *геронтология, геронтологический центр, психологическая служба, пожилые люди, психологическое сопровождение, психологическое благополучие, социальная адаптация, психодиагностика, психокоррекция, психологическое консультирование, качество жизни, профилактика одиночества, активное долголетие.*

Abstract. *This article examines contemporary models and mechanisms for organizing psychological services in gerontological centers in the context of global population aging and the increasing need for qualified psychological support for older adults. The study analyzes the theoretical and methodological foundations of psychological assistance for the elderly, the organizational features of psychological services in gerontological institutions, and modern approaches to preventing age-related psychological difficulties. Particular attention is paid to maintaining psychological well-being, promoting social adaptation, preventing loneliness, depressive conditions, and cognitive decline among older adults. The article explores innovative models of psychological counseling, psychodiagnostics, psychological correction, and socio-psychological support aimed at improving the quality of life of elderly individuals. Based on the analysis of national and international experiences, the necessity of improving organizational mechanisms of psychological services in gerontological centers is substantiated in accordance with current social and demographic challenges.*

Key words: *gerontology, gerontological center, psychological service, older adults, psychological support, psychological well-being, social adaptation, psychodiagnostics, psychological correction, psychological counseling, quality of life, loneliness prevention, active aging.*

Annotatsiya. *Ushbu maqolada aholining keksalar ulushi ortib borayotgan sharoitda va ularga malakali psixologik yordamga bo'lgan ehtiyoj kuchayayotgan sharoitda gerontologik markazlarda psixologik xizmatni tashkil etishning zamonaviy modellari va mexanizmlari ko'rib chiqiladi. Keksalar bilan psixologik hamrohlik qilishning nazariy-metodologik asoslari, gerontologik muassasalarda psixologik xizmatni tashkil etishning o'ziga xos jihatlari, shuningdek, yoshga oid psixologik muammolar profilaktikasiga doir zamonaviy yondashuvlar tahlil qilinadi. Alohida e'tibor keksalik davrida psixologik farovonlikni saqlash, ijtimoiy moslashuvni ta'minlash, yolg'izlik hissining oldini olish, depressiv holatlar va kognitiv buzilishlarni kamaytirish masalalariga qaratiladi. Keksalar hayot sifatini oshirishga yo'naltirilgan psixologik maslahat, psixodiagnostika, psixokorreksiya*

hamda ijtimoiy-psixologik qo‘llab-quvvatlashning innovatsion modellari ko‘rib chiqiladi. Mahalliy va xorijiy tajribalar tahlili asosida zamonaviy ijtimoiy va demografik chaqiriqlarni hisobga olgan holda gerontologik markazlarda psixologik xizmatni tashkil etish mexanizmlarini takomillashtirish zarurligi asoslab beriladi.

***Kalit so‘zlar**: gerontologiya, gerontologik markaz, psixologik xizmat, keksalik davri, psixologik salomatlik, psixologik maslahat, psixodiagnostika, psixokorreksiya, psixoprofilaktika, ijtimoiy moslashuv, hayot sifati, multidissiplinar yondashuv.*

Kirish. Dunyo miqyosida demografik jarayonlarning o‘zgarishi, aholi umr davomiyligining ortishi va tug‘ilish ko‘rsatkichlarining pasayishi natijasida keksalar soni tobora ortib bormoqda. Bu holat jamiyat oldiga keksalar hayot sifatini yaxshilash, ularning jismoniy va psixologik salomatligini qo‘llab-quvvatlash hamda faol ijtimoiy hayotini ta'minlash bilan bog‘liq yangi vazifalarni qo‘ymoqda. Shu nuqtai nazardan gerontologik markazlarda psixologik xizmatni samarali tashkil etish masalasi zamonaviy psixologiya va gerontologiyaning dolzarb ilmiy-amaliy muammolaridan biri hisoblanadi. Keksalik inson hayotining tabiiy bosqichi bo‘lib, ushbu davrda shaxsning psixik holati, emotsional kechinmalari, ijtimoiy mavqei va hayot tarzida muayyan o‘zgarishlar yuz beradi. Nafaqaga chiqish, yaqin insonlarini yo‘qotish, ijtimoiy aloqalarning qisqarishi, sog‘liq bilan bog‘liq muammolarning kuchayishi ko‘pincha yolg‘izlik, xavotir, depressiv holatlar va hayotdan qoniqish darajasining pasayishiga olib keladi. Bunday sharoitda keksalarga malakali psixologik yordam ko‘rsatish, ularning ruhiy farovonligini ta'minlash va ijtimoiy moslashuvini qo‘llab-quvvatlash muhim ahamiyat kasb etadi. Bugungi kunda gerontologik markazlar keksalarga tibbiy, ijtimoiy va psixologik yordam ko‘rsatadigan muhim muassasalar sifatida faoliyat yuritmoqda. Ushbu markazlarda tashkil etiladigan psixologik xizmat keksalarning psixologik holatini diagnostika qilish, emotsional muammolarni bartaraf etish, stressga bardoshliligini oshirish, shaxslararo munosabatlarni yaxshilash hamda hayot mazmunini saqlab qolishga ko‘maklashishga qaratilgan. Shu bilan birga, psixologik xizmatni tashkil etishda zamonaviy texnologiyalar, innovatsion yondashuvlar va multidissiplinar hamkorlik mexanizmlaridan foydalanish zarurati ortib bormoqda. Xorijiy va mahalliy olimlarning tadqiqotlarida keksalik davrining psixologik xususiyatlari, faol qarish, muvaffaqiyatli qarish va psixologik farovonlik masalalari keng o‘rganilgan bo‘lsa-da, gerontologik markazlarda psixologik xizmatni tashkil etishning zamonaviy modellari va mexanizmlarini kompleks tadqiq etish masalasi hali ham dolzarbligicha qolmoqda. Ayniqsa, keksalarning individual ehtiyojlarini hisobga olgan holda psixologik xizmat ko‘rsatish tizimini takomillashtirish, uning samaradorligini oshirish va innovatsion shakllarini ishlab chiqish ilmiy izlanishlarni talab etadi. Mazkur maqolaning maqsadi gerontologik markazlarda psixologik xizmatni tashkil etishning zamonaviy modellari va mexanizmlarini ilmiy tahlil qilish, ularning samaradorligini baholash hamda psixologik xizmat sifatini oshirishga qaratilgan amaliy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat. Shu asosda gerontologik markazlarda keksalarning psixologik salomatligi va hayot sifatini yaxshilashga xizmat qiluvchi samarali yondashuvlar yoritiladi.

Muammoning o‘rganilganlik darajasi. Gerontologik markazlarda psixologik xizmatni tashkil etish muammosi gerontologiya, gerontopsixologiya, ijtimoiy psixologiya va tibbiy psixologiya fanlari kesishmasida shakllangan ilmiy yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Aholining qarish jarayonining jadallashuvi, keksalar sonining ortib borishi va ularning psixologik farovonligini ta'minlash zarurati ushbu muammoning ilmiy va amaliy ahamiyatini yanada kuchaytirmoqda. Keksalik davrining psixologik xususiyatlarini o‘rganishga oid dastlabki ilmiy qarashlar psixologiya va gerontologiya fanlarining klassik namoyandalari tomonidan ishlab chiqilgan. Xususan, E. Erikson keksalik davrida shaxs rivojlanishining psixososial jihatlarini tahlil qilgan bo‘lsa, Sh. Byuler, D. Bromley va B. Ananev inson ontogenezining so‘nggi bosqichlaridagi psixik rivojlanish qonuniyatlarini tadqiq etganlar. Ularning ilmiy ishlari keksalik davridagi psixologik o‘zgarishlarni tushunishda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi. Gerontopsixologiyaning rivojlanishiga katta hissa qo‘shgan olimlar qatoriga I.S. Kon, N.F. Shaxmatov, K.A. Abulxanova-Slavskaya, A.A. Bodalyov va V.D. Shadrikovlarni kiritish mumkin. Ular keksalik davrida shaxsning ijtimoiy faolligi, hayotiy tajribasi, o‘z-o‘zini anglashi hamda psixologik moslashuv masalalarini tadqiq qilganlar.

Ushbu tadqiqotlarda keksalarning psixologik salomatligini saqlash va qo‘llab-quvvatlashning nazariy asoslari ishlab chiqilgan. Xorijiy tadqiqotchilar R. Butler, P. Baltes, M. Baltes, L. Carstensen, J. Rowe va R. Kahn tomonidan muvaffaqiyatli qarish (successful aging), faol qarish (active aging) va ijobiy qarish (positive aging) konsepsiyalari ishlab chiqilgan. Ushbu konsepsiyalar keksalarning psixologik farovonligini ta'minlashda psixologik xizmatning muhim o‘rin tutishini ilmiy jihatdan asoslab bergan. Mamlakatimizda ham keksalar muammolari, ularning ijtimoiy himoyasi, psixologik qo‘llab-quvvatlanishi va hayot sifatini oshirish masalalariga alohida e'tibor qaratilmoqda. Biroq mavjud tadqiqotlarning aksariyati keksalarning ijtimoiy moslashuvi, emotsional holati yoki sog‘lig‘ini saqlash masalalariga bag‘ishlangan bo‘lib, gerontologik markazlarda psixologik xizmatni tashkil etishning zamonaviy modellari, uning tashkiliy mexanizmlari, samaradorlik mezonlari hamda innovatsion texnologiyalar asosida takomillashtirish imkoniyatlari yetarli darajada kompleks o‘rganilmagan. Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, gerontologik markazlarda psixologik xizmatni tashkil etishning nazariy-metodologik asoslarini takomillashtirish, keksalarning psixologik ehtiyojlarini aniqlash, ularga individual va guruhiy psixologik yordam ko‘rsatishning samarali mexanizmlarini ishlab chiqish hamda psixologik xizmatning innovatsion modellarini joriy etish bo‘yicha ilmiy tadqiqotlarni kengaytirish zarurati mavjud. Aynan shu jihatlar mazkur tadqiqotning dolzarbligi va ilmiy ahamiyatini belgilaydi.

Tahlil va natijalar. Gerontologik markazlarda psixologik xizmatni tashkil etishning zamonaviy holatini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, ushbu tizim keksalarning psixologik farovonligini ta’minlashda muhim o‘rin tutadi. Tadqiqot jarayonida mavjud ilmiy adabiyotlar, amaliy tajribalar hamda gerontologik muassasalarda qo‘llanilayotgan psixologik yondashuvlar o‘rganildi. Natijalar psixologik xizmatning samaradorligi uning tashkiliy modeli, mutaxassislar malakasi va qo‘llanilayotgan metodlarga bevosita bog‘liqligini ko‘rsatdi. Tahlillar asosida gerontologik markazlarda psixologik xizmat asosan uch asosiy yo‘nalishda amalga oshirilishi aniqlandi: psixodiagnostik, psixoprofilaktik va psixokorreksion faoliyat. Psixodiagnostika jarayonida keksalarning emotsional holati, depressiya darajasi, yolg‘izlik hissi va ijtimoiy moslashuv darajasi aniqlanadi. Psixoprofilaktik ishlar esa stress, xavotir va ruhiy tushkunlikning oldini olishga qaratilgan bo‘lib, guruhiy treninglar va ijtimoiy faollikni oshirish dasturlari orqali amalga oshiriladi. Psixokorreksion faoliyat esa allaqachon shakllangan psixologik muammolarni bartaraf etishga yo‘naltiriladi. Natijalar shuni ko‘rsatdiki, gerontologik markazlarda psixologik xizmatning samaradorligi ko‘p jihatdan multidissiplinar yondashuvga bog‘liq. Ya’ni, psixologlar, ijtimoiy xodimlar va tibbiyot xodimlarining hamkorligi keksalarga kompleks yordam ko‘rsatishda muhim ahamiyatga ega. Bunday yondashuv keksalarning nafaqat psixologik, balki ijtimoiy va jismoniy holatini yaxshilashga ham xizmat qiladi. Shuningdek, tadqiqot davomida zamonaviy psixologik xizmat modellarining - individual yondashuv modeli, guruhiy psixoterapiya modeli va ijtimoiy-psixologik qo‘llab-quvvatlash modeli - amaliy samaradorligi tahlil qilindi. Individual model keksalarning shaxsiy ehtiyojlariga moslashtirilganligi bilan ajralib tursa, guruhiy model ijtimoiy aloqalarni kuchaytirishga yordam beradi. Ijtimoiy-psixologik qo‘llab-quvvatlash modeli esa keksalarning jamiyatga integratsiyasini mustahkamlashda muhim rol o‘ynaydi. Empirik kuzatuvlar natijasida psixologik xizmat muntazam va tizimli tashkil etilgan gerontologik markazlarda keksalarning hayotdan qoniqish darajasi yuqori, depressiv holatlar esa sezilarli darajada past ekanligi aniqlandi. Aksincha, psixologik xizmat yetarli darajada yo‘lga qo‘yilmagan muassasalarda yolg‘izlik hissi va psixologik beqarorlik holatlari ko‘proq kuzatiladi. Umuman olganda, olingan natijalar gerontologik markazlarda psixologik xizmatni takomillashtirish zarurligini tasdiqlaydi. Xususan, innovatsion texnologiyalarni joriy etish, individual psixologik dasturlar ishlab chiqish va mutaxassislar malakasini oshirish orqali xizmat sifatini sezilarli darajada yaxshilash mumkinligi aniqlangan.

Xulosa. Mazkur tadqiqotda gerontologik markazlarda psixologik xizmatni tashkil etishning zamonaviy modellari va mexanizmlari ilmiy-nazariy hamda amaliy jihatdan tahlil qilindi. O‘rganishlar natijasida keksalik davrida psixologik farovonlikni ta’minlash, emotsional barqarorlikni mustahkamlash va ijtimoiy moslashuvni qo‘llab-quvvatlashda psixologik xizmatning o‘rni beqiyos ekanligi aniqlandi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, gerontologik markazlarda psixologik

xizmatni samarali tashkil etish ko‘p jihatdan uning tizimli va kompleks yondashuv asosida yo‘lga qo‘yilishiga bog‘liq. Psixodiagnostika, psixoprofilaktika, psixokorreksiya va psixologik maslahat yo‘nalishlarining uyg‘unligi keksalarning ruhiy holatini yaxshilashda muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, zamonaviy psixologik xizmat modellaridan - individual, guruhiy va ijtimoiy-psixologik qo‘llab-quvvatlash modellari - foydalanish gerontologik markazlar faoliyatining samaradorligini oshirishga xizmat qilishi aniqlandi. Multidissiplinar yondashuv asosida psixolog, tibbiyot xodimi va ijtimoiy xodimlar hamkorligi keksalarga ko‘rsatiladigan yordam sifatini sezilarli darajada yaxshilaydi. Tahlillar asosida shunday xulosa qilindiki, gerontologik markazlarda psixologik xizmat tizimini takomillashtirish uchun innovatsion texnologiyalarni joriy etish, individual psixologik dasturlarni ishlab chiqish hamda mutaxassislar malakasini doimiy oshirib borish zarur. Bu esa o‘z navbatida keksalarning hayot sifati va psixologik farovonligini oshirishga xizmat qiladi. Umuman olganda, tadqiqot natijalari gerontologik markazlarda psixologik xizmatni tashkil etishning ilmiy-amaliy asoslarini mustahkamlash va uni zamonaviy talablar darajasiga olib chiqish muhimligini tasdiqlaydi.

Tavsiyalar. Tadqiqot natijalaridan kelib chiqib, gerontologik markazlarda psixologik xizmatni tashkil etishni takomillashtirishga qaratilgan quyidagi ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqildi:

Gerontologik markazlarda psixologik xizmatni tizimli va kompleks yondashuv asosida tashkil etish, ya’ni psixodiagnostika, psixoprofilaktika, psixokorreksiya va psixologik maslahat yo‘nalishlarini o‘zaro integratsiyalash.

Keksalar bilan ishlovchi psixologlar uchun maxsus malaka oshirish kurslari va trening dasturlarini joriy etish, ularning gerontopsixologiya sohasidagi bilim va ko‘nikmalarini muntazam rivojlantirish.

Har bir keksaning individual psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda shaxsga yo‘naltirilgan psixologik yordam dasturlarini ishlab chiqish va amaliyotga tatbiq etish.

Gerontologik markazlarda guruhiy psixoterapiya, art-terapiya, relaksatsion mashg‘ulotlar va ijtimoiy faollikni oshiruvchi treninglarni keng joriy etish.

Psixologik xizmat jarayonida innovatsion texnologiyalar, jumladan raqamli psixodiagnostika vositalari va onlayn maslahat platformalaridan foydalanishni yo‘lga qo‘yish.

Psixolog, ijtimoiy xodim va tibbiyot mutaxassislari o‘rtasida samarali multidissiplinar hamkorlik tizimini shakllantirish.

Keksalarning ijtimoiy moslashuvini kuchaytirish maqsadida oilaviy psixologik qo‘llab-quvvatlash dasturlarini ishlab chiqish va ularni amaliyotga joriy etish.

Gerontologik markazlarda psixologik xizmat samaradorligini baholash uchun monitoring va diagnostika mezonlarini ishlab chiqish hamda muntazam tahlil qilib borish.

Ushbu tavsiyalarni amaliyotga tatbiq etish gerontologik markazlarda psixologik xizmat sifatini oshirishga, keksalarning psixologik farovonligi va hayot sifatini yaxshilashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Erikson E. H. Identity and the Life Cycle. New York: Norton, 1980.
2. Behavioral Sciences. Cambridge University Press, 1990.
3. Rowe J. W., Kahn R. L. Successful Aging. New York: Pantheon Books, 1998.
4. Butler R. N. The Life Review: An Interpretation of Reminiscence in the Aged. Psychiatry Journal, 1963.
5. Tornstam L. Gerotranscendence: A Developmental Theory of Positive Aging. 2005.
6. WHO. World Report on Ageing and Health. World Health Organization, 2015.
7. United Nations. World Population Ageing Report. New York, 2022.
8. Ananyev B. G. O problemakh sovremennoy psikhologii. Moscow: Nauka, 1977.
9. Kon I. S. Psikhologiya pozdnego vozrasta. Moscow: Nauka, 1989.

Xo‘jayeva Dilfuza Erkinovna
Abu Rayhon Beruniy nomidagi Urganch
davlat Universiteti o‘qituvchisi

SPORT O‘YINLARI ORQALI IRODAVIY SIFATLARNI SHAKLLANTIRISH

Annotatsiya*. Ushbu tezis sport o‘yinlari jarayonida irodaviy sifatlarni shakllantirishning psixologik-pedagogik mexanizmlarini tahlil qiladi. Maqsad o‘yin faoliyatining motivatsiya, o‘zini boshqarish va qaror qabul qilish tizimlari orqali qat’iyat, sabr, jasorat va intizomni rivojlantirish imkoniyatlarini asoslashdir. Kuzatuv, so‘rovnoma va tajriba elementlari uyg‘un metod sifatida qo‘llanadi. Yangilik o‘yin vaziyatlari dinamikasini irodaviy regulyatsiya ko‘rsatkichlari bilan bog‘lovchi integrativ modelda yoritiladi.*

Kalit so‘zlar*: irodaviy sifatlar; sport o‘yinlari; o‘zini boshqarish; motivatsiya; qaror qabul qilish; jamoaviy muhit; psixologik tayyorgarlik.*

Annotatsiya*. Данный тезис анализирует психолого-педагогические механизмы формирования волевых качеств в процессе спортивных игр. Целью является обоснование того, как игровая деятельность через мотивацию, саморегуляцию и принятие решений развивает настойчивость, выдержку, смелость и дисциплину. Применяются наблюдение, анкетирование и элементы эксперимента как комплексный метод. Научная новизна раскрывается в интегративной модели, связывающей динамику игровых ситуаций с показателями волевой регуляции.*

Ключевые слова *: волевые качества; спортивные игры; саморегуляция; мотивация; принятие решений; командная среда; психологическая подготовка.*

Annotatsiya*. This thesis examines psychological and pedagogical mechanisms of forming volitional qualities through sports games. The aim is to justify how game-based activity, via motivation, self-regulation, and decision-making, develops persistence, endurance, courage, and discipline. Observation, questionnaires, and experimental elements are used as an integrated methodology. Scientific novelty is presented through an integrative model linking the dynamics of game situations with measurable indicators of volitional regulation in educational sport settings.*

Key words*: volitional qualities; sports games; self-regulation; motivation; decision-making; team environment; psychological training.*

Irodaviy sifatlar shaxsning maqsadga yo‘naltirilgan xatti-harakatini ongli boshqarish, to‘siqlarni yengish va ichki hamda tashqi bosimlarga qaramay faoliyatni davom ettirish qobiliyati sifatida ta’riflanadi. Ushbu sifatlar psixologik mexanizm jihatidan motivatsion maqsad qo‘yish, emotsional barqarorlik, diqqatiy nazorat va harakatni rejalashtirish zanjiri orqali yuzaga chiqadi, ya’ni shaxs avval maqsadni tanlaydi, so‘ng uni saqlab turish uchun ichki resurslarni safarbar qiladi. Masalan, basketbolda so‘nggi daqiqalarda hisob ortda bo‘lsa ham o‘yinchi reja asosida pressingda ishlashi yoki jarima to‘pini aniq tashlashi uchun o‘z hayajonini nazorat qiladi va irodaviy zo‘riqishni boshdan kechiradi. Sport psixologiyasi amaliyotida o‘zini boshqarish ko‘nikmalari bilan irodaviy barqarorlik o‘rtasida o‘rtacha va yuqori darajada bog‘liqlik uchrashi ko‘rsatiladi, ko‘plab kuzatuvlarda bu ko‘rsatkichlar r=0,40–0,60 diapazonida qayd etilishi ta’kidlanadi [1; 3]. Ilmiy izoh shundan iboratki, sport o‘yinlari murakkab va tez o‘zgaruvchi vaziyatlarni yaratib, ijro funksiyalarini faollashtiradi va irodaviy regulyatsiya neyropsixologik asoslarini mustahkamlaydi, bu esa ta’lim muhitida ham ko‘chiriladigan barqaror kompetensiyaga aylanadi [2].

Sport o‘yinlari irodaviy sifatlarni shakllantirishda maxsus pedagogik vosita bo‘lib, u raqobat, hamkorlik, qoidaviy cheklov va natija uchun javobgarlikni birlashtiradigan faoliyat turi sifatida aniqlanadi. Uning mexanizmi o‘yin qoidalari orqali xulqni tartibga solish, jamoaviy maqsadni shaxsiy motiv bilan uyg‘unlashtirish va tezkor qaror qabul qilishda riskni boshqarishdan iborat bo‘lib, o‘yinchi har bir epizodda “xohlayman” va “kerak” nisbatini qayta muvozanatlaydi. Masalan, voleybolda qabulda xato qilgan sportchi keyingi to‘pda qo‘rquvni yengib, faol harakatga qaytishi yoki futbolchi penaltidan keyin ruhiy tushkunlikka tushmay, pressingni davom ettirishi irodaviy

tiklanishning tipik ko‘rinishidir. Jamoaviy o‘yinlarda individual xatolarning takrorlanish ehtimoli trening davrida 15–25 foizga kamayishi, bu kamayish aynan refleksiya va o‘zini boshqarish mashqlariga tayanadigan o‘quv dasturlarida kuchliroq bo‘lishi qayd etiladi [4]. Ilmiy izoh sifatida, o‘yinlarda qayta aloqa juda tez bo‘lgani uchun shaxs xatoni darhol anglaydi, bu esa metakognitiv nazoratni kuchaytirib, irodaviy sifatlarning “operativ” va “barqaror” qatlamlarini birgalikda rivojlantiradi [1].

Irodaviy sifatlar tarkibida qat’iyat, sabr-toqat, jasorat va intizom alohida o‘rin tutadi, ularning har biri maqsadga erishish jarayonida o‘ziga xos psixologik vazifani bajaradi. Mexanizm nuqtai nazaridan qat’iyat davomiy motivatsiya va reja barqarorligini, sabr-toqat stressga chidamlilik va kechiktirilgan mukofotni qabul qilishni, jasorat xavfni baholash va qo‘rquvni boshqarishni, intizom esa qoidaga bo‘ysunish va odatlarni avtomatlashtirishni ta’minlaydi. Masalan, gandbolda agressiv himoya paytida jasorat shunchaki “qo‘rqmaslik” emas, balki to‘g‘ri pozitsiyani egallash, jarohatlanish riskini me’yoriy boshqarish va jamoa tizimini buzmaslikdir; bu jarayon intizom bilan uyg‘unlashganda samaradorlik oshadi. Amaliy ko‘rsatkich sifatida, haftasiga 3–4 marta o‘yinli mashg‘ulot oladigan talabalar guruhida o‘zini baholash shkalalarida qat’iyat va intizom ballari semestr oxirida o‘rtacha 10–18 foizga oshishi qayd etilgan [5]. Ilmiy izoh shuni ko‘rsatadiki, sport o‘yinlari irodaviy sifatlarni “vaziyatli” motivatsiyadan “shaxsiy” motivatsiyaga ko‘chirish uchun qulay bo‘lib, shaxs o‘z yutug‘ini jamoaviy natija bilan bog‘lagan sari irodaviy barqarorlik ijtimoiy-psixologik tayanchga ega bo‘ladi [2; 6].

Sport o‘yinlarida irodaviy sifatlarni shakllantirish jarayonini psixologik model sifatida maqsad, to‘siq, resurs va nazorat bloklari orqali ta’riflash mumkin. Mexanizmda maqsad bloki motivatsiya manbalarini aniqlaydi, to‘siq bloki charchash, raqib bosimi, vaqt taqchilligi kabi stressorlarni keltiradi, resurs bloki o‘z-o‘zini ruhlantirish, nafasni boshqarish, e’tiborni qayta yo‘naltirish kabi usullarni ishga soladi, nazorat bloki esa natijani tahlil qilib, keyingi harakatni tuzatadi. Masalan, mini-futbolda yuqori pressing ostida to‘pni yo‘qotgan o‘yinchi darhol “qayta tiklanish sprinti”ni bajaradi, bu esa motivatsion qayta yoqilish va irodaviy impulsni boshqarishning birlashgan ko‘rinishidir. Tadqiqotlarda yuqori intensivlikdagi o‘yin epizodlarida yurak urish chastotasi 160–190 zarb/minutgacha ko‘tarilishi, bunday sharoitda diqqat barqarorligini saqlagan sportchilarda xato paslar ulushi 8–12 foizga kam bo‘lishi keltiriladi [3]. Ilmiy izoh sifatida, fiziologik zo‘riqish fonida kognitiv nazoratni ushlab turish prefrontal tizimlarning funksional barqarorligini talab qiladi, shuning uchun sport o‘yinlari irodaviy sifatlarni psixofiziologik integratsiya darajasida tarbiyalaydi [6].

Pedagogik sharoitlar nuqtai nazaridan, irodaviy sifatlarni shakllantirish maqsadli tashkil etilgan o‘yinli mashg‘ulotlar, refleksiv tahlil va individual vazifalarning uyg‘unligi sifatida ta’riflanadi. Mexanizm shundan iboratki, murabbiy yoki o‘qituvchi o‘yin vazifalarini bosqichma-bosqich murakkablashtiradi, qiyinchilik me’yorini saqlaydi va har bir o‘yinchiga o‘z ustida ishlash uchun aniq mezon beradi, bu esa irodaviy zo‘riqishni “ma’noli” holga keltiradi. Masalan, “oxirgi 3 daqiqa” protokoli bo‘yicha o‘yin davomida hisob ataylab tenglashtirilib, vaqt cheklovi qo‘yiladi va ishtirokchilardan aniq taktika hamda emotsional barqarorlik talab etiladi; mashg‘ulot oxirida esa qisqa refleksiya orqali qaysi epizodda irodaviy sinov kuchli bo‘lgani tahlil qilinadi. Kuzatuvlarda refleksiv muhokama qo‘llangan guruhlarda jarima va qoida buzishlar soni 20 foizgacha kamayishi, bu intizom va o‘zini nazorat qilishning oshganini ko‘rsatishi qayd etiladi [4; 5]. Ilmiy izoh shuki, refleksiya irodani mustahkamlovchi metakognitiv mexanizm bo‘lib, shaxs “nima qildim”dan “nima uchun shunday qildim”ga o‘tadi, natijada irodaviy xulq ichki qadriyatlar bilan bog‘lanib, uzoq muddatli odatga aylanadi [1].

Sport o‘yinlarining turlari bo‘yicha irodaviy ta’sirni solishtirma tahlil qilish ularning psixologik yuklamasi va qaror qabul qilish tezligida farqlanishini ta’riflaydi. Mexanizmda kontaktli o‘yinlar (futbol, gandbol) jasorat va stressga chidamlilikni kuchliroq sinovdan o‘tkazsa, tarmoq usti o‘yinlar (voleybol, badminton) diqqat barqarorligi va xatodan keyingi tiklanish tezligini ko‘proq talab qiladi, basketbol esa tezkor taktika almashinuvi orqali kognitiv moslashuvchanlikni kuchaytiradi. Masalan, voleybolda birgina qabul xatosi darhol ochko yo‘qotish bilan yakunlanishi mumkin, shu sababli sportchi keyingi epizodda emotsional “reset”ni amalga oshiradi; futbol esa uzoq davomiylikda sabr-toqat va rejaga sodiqlikni talab qiladi. Jamoaviy o‘yinlarda qaror qabul qilish uchun ajratilgan vaqt

ko‘pincha 0,5–2,0 soniya oralig‘ida bo‘lib, aynan shu qisqa vaqt oralig‘ida irodaviy “tormozlash” va “faollashtirish” mexanizmlari navbatma-navbat ishga tushadi, bu ko‘rsatkichlar o‘yin tahlilida qayd etiladi [2; 6]. Ilmiy izoh sifatida, vazifa talablari turlicha bo‘lgani uchun irodaviy sifatlarni shakllantirishda o‘yin turini tanlash maqsadga muvofiqdir, ya’ni intizom va sabr uchun davomiy o‘yinlar, jasorat uchun kontaktli vaziyatlar, o‘zini boshqarish uchun yuqori tezlikdagi epizodlar ustuvor bo‘lishi mumkin [3].

Tadqiqot natijalarini tizimlashtirish uchun irodaviy sifatlar indikatorlari va sport o‘yinlaridagi kuzatiladigan xulq belgilari o‘rtasidagi moslik jadval ko‘rinishida ta’riflanadi. Mexanizmda har bir indikator aniq kuzatuv mezoniga bog‘lanadi, bu esa pedagogik diagnostikani standartlashtirishga xizmat qiladi va subyektiv baholash xatolarini kamaytiradi. Masalan, qat’iyat indikatori sifatida “xatodan keyingi faol harakatga qaytish” va “vazifani oxirigacha bajarish” olinadi, intizom uchun “qoida buzmaslik” va “taktik ko‘rsatmaga rioya qilish”, jasorat uchun “kontaktga kirishdan qochmaslik” va “riskni me’yoriy tanlash” belgilanadi. Amaliyotda bunday jadval asosida 10 ballik reyting qo‘llanganda baholovchilararo moslik koeffitsiyenti 0,70–0,80 atrofida bo‘lishi, bu diagnostikaning yetarli ishonchliligini ko‘rsatishi ta’kidlanadi [5]. Ilmiy izoh shundan iboratki, irodaviy sifatlar bevosita o‘lchanmaydigan konstrukt bo‘lgani uchun ularni xulqiy indikatorlar orqali operatsionallashtirish zarur, sport o‘yinlari esa bunday indikatorlarni tabiiy va takrorlanadigan vaziyatlarda kuzatish imkonini beradi [1; 2].

Jadval. Sport o‘yinlarida irodaviy sifatlarni baholashning kuzatuv indikatorlari va tipik epizodlari. Qat’iyat indikatori: xatodan so‘ng keyingi 1–2 epizodda faollikni tiklash; tipik epizod: muvaffaqiyatsiz uzatmadan keyin himoyaga tez qaytish. Sabr-toqat indikatori: uzoq davom etgan o‘yin oxirida taktika va texnikani saqlash; tipik epizod: oxirgi bo‘limda ham pas sifati pasaymasligi. Jasorat indikatori: kontaktli kurashda pozitsiyani bermaslik, ammo qo‘pol harakat qilmaslik; tipik epizod: to‘p uchun kurashda tanani to‘g‘ri qo‘yish. Intizom indikatori: hakam signali va jamoa ko‘rsatmalariga rioya qilish; tipik epizod: bahsli vaziyatda emotsiyani boshqarib, o‘yinni davom ettirish. O‘zini boshqarish indikatori: nafas, diqqat va ichki dialogni nazorat qilish; tipik epizod: jarima to‘pi oldidan standart ritualni bajarish. Jamoaviy mas’uliyat indikatori: sherikni qo‘llab-quvvatlash va kommunikatsiyani saqlash; tipik epizod: xato qilgan o‘yinchini ruhlantirish.

Xulosa. Sport o‘yinlari irodaviy sifatlarni shakllantirishda yuqori samarali psixologik-pedagogik muhit yaratadi, chunki u maqsadga yo‘naltirilgan harakatni, qoidaviy cheklovni, raqobat bosimini va jamoaviy mas’uliyatni bir epizodda birlashtiradi. O‘yin vaziyatlarining tez o‘zgarishi shaxsdan o‘zini boshqarish, emotsional barqarorlik va tezkor qaror qabul qilishni talab qilib, qat’iyat, sabr-toqat, jasorat va intizomning kompleks rivojlanishiga xizmat qiladi. Maqsadli metodik yondashuv, refleksiv tahlil va diagnostik indikatorlarning aniq belgilanishi irodaviy sifatlarni barqaror kompetensiya sifatida mustahkamlash imkonini beradi. O‘yin turlarini psixologik yuklama xususiyatlariga ko‘ra tanlash hamda vazifalarni bosqichma-bosqich murakkablashtirish irodaviy tarbiyaning ilmiy asoslangan yo‘li sifatida namoyon bo‘ladi. Natijada sport o‘yinlari nafaqat jismoniy tayyorgarlik, balki shaxsning o‘zini boshqarish madaniyatini shakllantiruvchi universal ta’limiy resurs sifatida asoslanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Ильин Е. П. Психология воли. Санкт-Петербург, Питер, 2009. 368 с.

2. Weinberg R. S., Gould D. Foundations of Sport and Exercise Psychology. Champaign, Human Kinetics, 2019. 672 p.

3. Deci E. L., Ryan R. M. Self-Determination Theory. New York, Guilford Press, 2017. 756 p.

4. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Киев, Олимпийская литература, 2015. 808 с.

5. Nurmatov O. M. Sport psixologiyasi va motivatsion tayyorgarlik asoslari. Toshkent, O‘zbekiston, 2020. 256 b.

6. Karimov Sh. R. Jismoniy tarbiya va sport faoliyatida shaxs irodasini rivojlantirish metodikasi. Samarqand, Samarqand davlat universiteti nashriyoti, 2021. 192 b.

III SHO‘BA

KIBER MAKONDA NARKOTARG‘IBOT, DESTRUKTIV AXBOROT VA YOSHLARNI PSIXOLOGIK HIMOYA QILISH MUAMMOLARI

Jumayev Ulug‘bek Sattorovich,
Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrasi professori,
Psixologiya fanlari doktori (DSc)

GLOBALLASHUV SHAROITIDA KIBER MAKONDAGI DESTRUKTIV AXBOROTLARNING YOSHLAR MADANIY MOSLASHUVI VA PSIXOLOGIK XAVFSIZLIGIGA TA’SIRI

Annotatsiya. *Ushbu mavzuda globallashuv jarayonida shaxsning madaniy moslashuvi va unga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar tahlil qilinadi. Madaniy o‘zaro ta’sir, ijtimoiy muhit va shaxsning moslashuv qobiliyati yoritiladi.*

Kalit so‘zlar: *globallashuv, madaniy moslashuv, ijtimoiy-psixologik omillar, madaniyatlararo muloqot, shaxs*

Аннотация. *В данной теме рассматривается культурная адаптация личности в условиях глобализации и социально-психологические факторы, влияющие на этот процесс. Анализируются межкультурные взаимодействия и социальная среда.*

Ключевые слова: *глобализация, культурная адаптация, социально-психологические факторы, межкультурная коммуникация, личность*

Annotation. *This topic examines personality cultural adaptation in the context of globalization and socio-psychological factors influencing this process. It highlights intercultural interaction and social environment.*

Keywords: *globalization, cultural adaptation, socio-psychological factors, intercultural communication, personality*

Kirish. Hozirgi globallashuv jarayonida dunyo mamlakatlari o‘rtasidagi iqtisodiy, madaniy va ijtimoiy aloqalar tobora kuchayib bormoqda. Bu jarayon shaxsning turli madaniyat vakillari bilan muloqot qilish, yangi ijtimoiy muhitga moslashish va o‘zini qayta tashkil etish zaruratini yuzaga keltiradi. Shu nuqtayi nazardan, shaxsning madaniy moslashuvi va uning ijtimoiy-psixologik omillari dolzarb ilmiy muammo sifatida qaraladi.

Madaniy moslashuv shaxsning yangi madaniy muhitga kirishishi, uning qadriyatlari, me’yorlari va xulq-atvor standartlarini qisman yoki to‘liq o‘zlashtirish jarayonini anglatadi. Bu jarayon ko‘pincha psixologik moslashuv, stressga chidamlilik, kommunikativ kompetensiya va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash kabi omillar bilan chambarchas bog‘liq bo‘ladi.

Globallashuv sharoitida shaxs turli madaniyatlar bilan to‘qnash kelar ekan, unda madaniyatlararo muloqot ko‘nikmalari va moslashuvchanlik darajasi muhim ahamiyat kasb etadi. Shu sababli, ushbu mavzuda shaxsning madaniy moslashuvi jarayonini va unga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillarni o‘rganish dolzarb hisoblanadi.

Mavzuning dolzarbligi. Globallashuv jarayoni kuchayib borayotgan hozirgi davrda shaxsning turli madaniyatlar bilan muloqotga kirishishi va yangi ijtimoiy muhitga moslashuvi muhim ahamiyat kasb etadi. Madaniy moslashuvning samarali kechishi shaxsning ijtimoiy-psixologik barqarorligi va muvaffaqiyatli integratsiyasini ta’minlaydi. Shu sababli ushbu mavzu zamonaviy psixologiya va ijtimoiy fanlar nuqtayi nazaridan dolzarb hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Globallashuv sharoitida shaxsning madaniy moslashuvi va ijtimoiy-psixologik omillari masalasi zamonaviy psixologiya, sotsiologiya va madaniyatshunoslik fanlarida keng o‘rganilgan. Ushbu yo‘nalishda olib borilgan tadqiqotlarda madaniy moslashuv jarayoni shaxsning yangi ijtimoiy muhitga kirishishi va unga mos xulq-atvor hamda qadriyatlarni o‘zlashtirishi sifatida talqin etiladi.

Xorijiy olimlar, jumladan J. Berri (J. Berry) akkulturatsiya nazariyasida shaxsning yangi madaniyatga moslashuvini integratsiya, assimilyatsiya, separatsiya va marginalizatsiya kabi strategiyalar orqali izohlaydi. E. Erikson esa shaxs identifikatsiyasi va ijtimoiy rollarning shakllanishida madaniy muhitning ahamiyatini ta’kidlaydi.

Shuningdek, zamonaviy psixologik adabiyotlarda kommunikativ kompetensiya, emotsional intellekt va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash madaniy moslashuvning muhim omillari sifatida ko‘rsatiladi. Mahalliy olimlar ham globallashuv jarayonida yoshlarning ijtimoiy moslashuvi, madaniyatlararo muloqot ko‘nikmalari va psixologik barqarorligi ustida tadqiqotlar olib borganlar.

Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, madaniy moslashuv murakkab, ko‘p omilli jarayon bo‘lib, u shaxsning psixologik xususiyatlari, ijtimoiy muhit va madaniyatlararo tajriba bilan bevosita bog‘liqdir. Shu bois bu jarayonni o‘rganishda kompleks va integrativ yondashuv talab etiladi.

Tadqiqot metodologiyasi. Ushbu tadqiqotda globallashuv sharoitida shaxsning madaniy moslashuvi va unga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillarni o‘rganishda kompleks ilmiy yondashuv qo‘llanildi. Tadqiqotning nazariy asosini psixologiya, sotsiologiya va madaniyatshunoslik fanlaridagi zamonaviy konsepsiyalar tashkil etdi.

Metodologik jihatdan tizimli yondashuv, shaxs-faoliyat yondashuvi hamda madaniyatlararo yondashuvdan foydalanildi. Bu yondashuvlar shaxsning yangi madaniy muhitga moslashuv jarayonini yaxlit tizim sifatida tahlil qilish imkonini berdi.

Tadqiqot jarayonida adabiyotlarni tahlil qilish, qiyosiy tahlil, umumlashtirish, induksiya va deduksiya metodlaridan foydalanildi. Ushbu metodlar orqali madaniy moslashuvning nazariy asoslari va uning asosiy psixologik mexanizmlari o‘rganildi.

Amaliy bosqichda so‘rovnoma va intervyu usullaridan foydalanish orqali shaxslarning madaniyatlararo muloqot ko‘nikmalari, yangi muhitga moslashuv darajasi hamda psixologik holati tahlil qilindi. Kuzatuv metodi esa real ijtimoiy muhitda moslashuv jarayonining namoyon bo‘lishini aniqlashga yordam berdi.

Olingan ma’lumotlar sifat va miqdoriy tahlil asosida qayta ishlanib, natijalar umumlashtirildi. Tadqiqot davomida shaxsning madaniy moslashuviga ta’sir etuvchi asosiy omillar sifatida ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, kommunikativ kompetensiya va psixologik barqarorlik muhim ekanligi aniqlandi.

Muhokama. Tadqiqot natijalarini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, globallashuv jarayonida shaxsning madaniy moslashuvi murakkab va ko‘p bosqichli ijtimoiy-psixologik jarayon hisoblanadi. Bu jarayon nafaqat tashqi muhitga moslashish, balki shaxsning ichki psixologik tuzilmasida ham o‘zgarishlar yuz berishi bilan xarakterlanadi.

Muhokama davomida aniqlanishicha, madaniy moslashuv darajasi shaxsning kommunikativ kompetensiyasi, emotsional barqarorligi va ijtimoiy moslashuvchanlik qobiliyati bilan bevosita bog‘liq. Yangi madaniy muhitga tez moslasha oladigan shaxslar odatda yuqori ijtimoiy faollik va ochiq muloqot ko‘nikmalariga ega bo‘ladilar.

Shuningdek, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimi — oila, do‘stlar va jamoa — shaxsning moslashuv jarayonini yengillashtiruvchi muhim omil sifatida namoyon bo‘ladi. Qo‘llab-quvvatlash yetarli bo‘lmagan hollarda esa madaniy stress, begonalashuv va moslashuv qiyinchiliklari kuzatilishi mumkin.

Psixologik jihatdan qaralganda, shaxsning yangi madaniyatga munosabati uning identifikatsiyasi, qadriyatlari va oldingi tajribasiga bog‘liqdir. Ayrim hollarda madaniyatlararo farqlar shaxsda konflikt, noqulaylik yoki qarshilik hissini yuzaga keltirishi mumkin.

Umuman olganda, muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, madaniy moslashuvni muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun shaxsning psixologik tayyorgarligi, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlanishi va kommunikativ ko‘nikmalari uyg‘un holda rivojlangan bo‘lishi lozim.

Amaliy tavsiyalar. Tadqiqot natijalariga asoslanib, globallashuv sharoitida shaxsning madaniy moslashuvini samarali tashkil etish bo‘yicha quyidagi amaliy tavsiyalar beriladi:

Birinchidan, ta’lim tizimida madaniyatlararo muloqot kompetensiyasini rivojlantirishga qaratilgan maxsus kurslar va treninglarni joriy etish maqsadga muvofiqdir. Bu shaxsning turli madaniyat vakillari bilan samarali muloqot qilish qobiliyatini oshiradi.

Ikkinchidan, yoshlar o‘rtasida xorijiy tillarni o‘rganish va madaniyatlararo almashinuv dasturlarini kengaytirish ularning moslashuvchanligini kuchaytiradi hamda global muhitga integratsiyani osonlashtiradi.

Uchinchidan, oilada ochiq muloqot, tolerantlik va boshqa madaniy qadriyatlarga hurmat ruhini shakllantirish shaxsning ijtimoiy-psixologik barqarorligini ta’minlaydi.

To‘rtinchidan, ommaviy axborot vositalari va ijtimoiy tarmoqlarda madaniyatlararo bag‘rikenglik va global hamkorlikni targ‘ib qiluvchi kontentlarni ko‘paytirish zarur.

Beshinchidan, psixologik xizmatlar orqali shaxsning madaniy stressni yengish, moslashuv qiyinchiliklarini kamaytirish va emotsional barqarorligini oshirishga qaratilgan maslahatlar berilishi tavsiya etiladi.

Umuman olganda, madaniy moslashuv jarayonini samarali tashkil etish uchun ta’lim, oila, jamiyat va psixologik xizmatlarning uzviy hamkorligi muhim ahamiyatga ega.

Xulosa. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, globallashuv jarayonida shaxsning madaniy moslashuvi murakkab ijtimoiy-psixologik hodisa bo‘lib, u bir qator ichki va tashqi omillar ta’sirida shakllanadi. Ushbu jarayon shaxsning yangi madaniy muhitga moslashishi, uning qadriyatlari va xulq-atvor me’yorlarini qisman o‘zlashtirishi bilan ifodalanadi.

Shuningdek, madaniy moslashuv samaradorligi shaxsning kommunikativ kompetensiyasi, psixologik barqarorligi va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash darajasiga bevosita bog‘liq ekanligi aniqlandi. Oila, ta’lim tizimi va ijtimoiy muhit bu jarayonda muhim rol o‘ynaydi.

Tahlillar asosida shuni ta’kidlash mumkinki, madaniyatlararo muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirish va psixologik tayyorgarlikni kuchaytirish shaxsning muvaffaqiyatli moslashuvini ta’minlaydi. Shu sababli globallashuv sharoitida madaniy moslashuvni qo‘llab-quvvatlash kompleks yondashuvni talab etadi.

Umuman olganda, madaniy moslashuvni rivojlantirish zamonaviy jamiyatda shaxsning ijtimoiy faolligi va barqarorligini ta’minlashning muhim omillaridan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Berry J. W. *Acculturation: Living successfully in two cultures*. International Journal of Intercultural Relations, 2005.
2. Erikson E. H. *Identity: Youth and Crisis*. W. W. Norton & Company, 1968.
3. Hofstede G. *Culture’s Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions and Organizations Across Nations*. Sage Publications, 2001.
4. Triandis H. C. *Culture and Social Behavior*. McGraw-Hill, 1994.
5. Myers D. G. *Psychology*. Worth Publishers, 2013.
6. G‘oziev E. G‘. *Umumiy psixologiya*. Toshkent, 2008.
7. Karimova V. M. *Ijtimoiy psixologiya*. Toshkent, 2012.
8. Davletshin M. G. *Psixologiya asoslari*. Toshkent, 2006.

Avezov Olmos Ravshanovich
Osiyo xalqaro universiteti professori
Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

FAVQULODDA VAZIYATLARDA SHAXSIY BARQARORLIKNI TA’MINLASH VA STRESSNI BOSHQARISHNING ZAMONAVIY YONDASHUVLARI

Annotatsiya: *Ushbu maqolada ekstremal vaziyatlarda shaxsiy resurslarni safarbar qilish va stressni boshqarish usullari tahlil qilinadi. Turli favqulodda holatlarda insonning psixoemotsional holatini muvozanatga keltirish, moslashuv jarayonlarini qo‘llab-quvvatlash va shaxsiy resurslarni rivojlantirishga yo‘naltirilgan strategiyalar muhokama etiladi.*

Kalit so‘zlar: *Ekstremal vaziyatlar, stressni boshqarish, shaxsiy resurslar, psixologik moslashuv, mindfulness, kognitiv terapiya, psixologik yordam, psixologik barqarorlik, hissiy intellekt.*

Аннотация: *В статье анализируются методы мобилизации личностных ресурсов и управления стрессом в экстремальных ситуациях. Обсуждаются стратегии, направленные*

на выравнивание психоэмоционального состояния человека, поддержку адаптационных процессов и развитие личностных ресурсов в различных чрезвычайных ситуациях.

Ключевые слова: *Экстремальные ситуации, управление стрессом, личностные ресурсы, психологическая адаптация, осознанность, когнитивная терапия, психологическая поддержка, психологическая устойчивость, эмоциональный интеллект.*

Abstract: *This article analyzes methods of mobilizing personal resources and managing stress in extreme situations. Strategies aimed at balancing a person's psycho-emotional state, supporting adaptation processes, and developing personal resources in various emergency situations are discussed.*

Keywords: *Extreme situations, stress management, personal resources, psychological adaptation, mindfulness, cognitive therapy, psychological support, psychological stability, emotional intelligence.*

Zamonaviy jamiyatda ekstremal vaziyatlar inson hayotining ajralmas qismiga aylanib bormoqda. Tabiiy ofatlar, iqtisodiy inqirozlar, pandemiyalar va shaxsiy muammolar odamlarning ruhiy salomatligiga jiddiy ta’sir ko‘rsatadi. Ushbu sharoitlarda inson o‘zining shaxsiy resurslarini safarbar qilish orqali stress darajasini kamaytirishi va moslashuv jarayonlarini osonlashtirishi mumkin.

Stressning inson organizmiga ta’siri keng ko‘lamli bo‘lib, jismoniy, ruhiy va ijtimoiy jihatlarga taalluqlidir. Doimiy stress organizmda kortizol va adrenalin gormonlarining ortib ketishiga olib kelib, immunitet tizimini zaiflashtiradi. Bu esa insonni turli kasalliklarga moyil qiladi. Shu boisdan stressni boshqarish muhim vazifa hisoblanadi.

Shaxsiy resurslar insonning o‘zida mavjud bo‘lib, ularni safarbar qilish orqali stressga bardoshli bo‘lish mumkin. Bular orasida emotsional barqarorlik, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, moslashuvchan fikrlash, muammolarni hal qilish qobiliyati va irodaviy kuch muhim o‘rin tutadi. Inson bu resurslarini anglab, ularni to‘g‘ri yo‘naltirganda stressga nisbatan chidamliligi oshadi.

Nafas olish mashqlari va relaksatsiya texnikalari stressni kamaytirishda samarali vositalardan biri hisoblanadi. Maxsus nafas olish texnikalari organizmni tinchlantiradi, yurak urishini barqarorlashtiradi va ongni sokinlashtirishga yordam beradi. Meditatsiya va mindfulness amaliyotlari esa insonning ongli xabardorligini oshirib, tashvish va qo‘rquv hissini kamaytiradi.

Ekstremal vaziyatlarda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash katta ahamiyatga ega. Oila a’zolari, do‘stlar yoki psixologik mutaxassislar bilan fikr almashish, ularning yordamidan foydalanish stressni kamaytirishga yordam beradi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, yaqinlar bilan suhbatlashish yoki guruh terapiyasida qatnashish stress darajasini pasaytiradi.

Kognitiv qayta baholash texnikasi orqali inson o‘z fikrlarini boshqarishni o‘rganishi mumkin. Bu usul salbiy fikrlarni ijobiy nuqtai nazardan ko‘rish va ongdagi qo‘rquvni kamaytirish imkonini beradi. Inson o‘zining stress manbalarini to‘g‘ri tushunib, ularga nisbatan ongli munosabat bildirsa, ruhiy barqarorlikka erishishi mumkin.

Jismoniy faollik stressni kamaytirishda muhim rol o‘ynaydi. Sport bilan shug‘ullanish, sayr qilish, yoga mashqlari bajarish kortizol gormonining kamayishiga va endorfin gormonining ortishiga sabab bo‘ladi. Bu esa insonning kayfiyatini ko‘taradi va stressni yengishga yordam beradi.

Shaxsiy vaqtni to‘g‘ri boshqarish ham stressni kamaytirishga xizmat qiladi. Vaqtni rejalashtirish, muhim ishlarga ustuvorlik berish va dam olish uchun vaqt ajratish orqali inson ortiqcha bosimdan qutilishi mumkin. Haddan tashqari bandlik va vaqtni noto‘g‘ri taqsimlash stress darajasining oshishiga sabab bo‘ladi.

Ekstremal vaziyatlarda inson o‘zining ichki resurslariga tayanishi kerak. Buning uchun inson o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshirishi, o‘zini qadrlashi va qiyin vaziyatlarda ijobiy yechimlarni izlashga intilishi zarur. O‘ziga bo‘lgan ishonch insonni bardoshli va ruhiy jihatdan kuchli qiladi.

Uyqu sifati stressni boshqarishda muhim omildir. Yetarli darajada sifatli uyqu olish orqali insonning kayfiyati yaxshilanadi, konsentratsiya oshadi va immunitet tizimi mustahkamlanadi. Uyqu yetishmovchiligi esa stress darajasini oshiradi va ruhiy tushkunlikka sabab bo‘ladi.

Oziq-ovqat ratsioni ham stressni kamaytirishda katta rol o‘ynaydi. Sog‘lom ovqatlanish, yetarli miqdorda vitamin va minerallar iste’mol qilish organizmning bardoshliligini oshiradi. Fast-fud va shirinliklarga ortiqcha berilish esa stress darajasining ortishiga sabab bo‘lishi mumkin.

1-Jadval

Ekstremal vaziyatlarda stressni boshqarish usullari

Stress boshqarish usuli	Tavsif
Nafas olish texnikalari	Yurak urishini barqarorlashtirish va ongni tinchlantirish
Meditatsiya	Ongli xabardorlikni oshirish, tashvish va qo‘rquvni kamaytirish
Jismoniy faollik	Kortizolni kamaytirish, endorfin gormonlarini oshirish
Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash	Yaqinlar bilan suhbat, psixologik yordam olish
Kognitiv qayta baholash	Salbiy fikrlarni ijobiy nuqtai nazardan ko‘rish
Uyqu va dam olish	Yetarli uyqu olish orqali stressni kamaytirish
Sog‘lom ovqatlanish	Vitamin va minerallarni iste’mol qilish, zararli ovqatlardan voz kechish

Yuqoridagi jadvalda ekstremal vaziyatlarda stressni boshqarishning asosiy usullari keltirilgan. Har bir usul inson organizmiga turli yo‘llar bilan ta’sir ko‘rsatadi va stressni kamaytirishda muhim rol o‘ynaydi. Nafas olish texnikalari va meditatsiya ongni tinchlantirsa, jismoniy faollik va uyqu stress gormonlarini kamaytirishga yordam beradi. Shuningdek, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va kognitiv qayta baholash usullari ruhiy barqarorlikni oshirishda katta ahamiyatga ega.

Shaxsiy rivojlanish va o‘z-o‘zini tarbiyalash orqali stressni yengish mumkin. Kitob o‘qish, yangi ko‘nikmalarni o‘rganish va ijodiy faoliyat bilan shug‘ullanish insonning ruhiy holatini yaxshilaydi. Bu jarayon orqali inson o‘z hayotini boshqarish imkoniyatini his qiladi.

Ekstremal vaziyatlarda insonlar tezkor qaror qabul qilish qobiliyatiga ega bo‘lishlari lozim. Buning uchun mantiqiy fikrlash, xotirani rivojlantirish va vaziyatni obyektiv tahlil qilish muhimdir. Hissiyotlarga berilmaslik va oqilona qaror qabul qilish orqali inson stressni yengib o‘tishi mumkin.

Xulosa qilib aytganda, ekstremal vaziyatlarda shaxsiy resurslarni safarbar qilish va stressni boshqarish insonning ruhiy barqarorligini oshiradi. Stressga qarshi kurashishning turli usullaridan foydalanish inson hayot sifati va farovonligini yaxshilaydi. Shaxsiy resurslarni to‘g‘ri yo‘naltirish va moslashuvchanlikni rivojlantirish orqali inson og‘ir sharoitlarda ham o‘zini bardoshli va ishonchli his qilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Avezov O.R. Shaxs psixologiyasi va kouching. Darslik, ” Kamolot” nashriyoti, Buxoro. 2025 yil. 288 bet.

2. Avezov O.R. Oila psixoterapiyasi nazariyalari. Darslik, ”Kamolot” nashriyoti, Buxoro. 2024 yil. 316 bet.

3. Avezov O.R., Ruziyev N.I. Harbiy psixologiya va pedagogika asoslari. Darslik,” Kamolot” nashriyoti, Buxoro. 2024 yil. 256 bet.

4. Avezov O.R. Ekstremal vaziyatlarda psixologik xizmat Darslik,”KAMOLOT” nashriyoti, Buxoro. 2023 yil. 332 bet.

5. Avezov O.R. Ekstremal vaziyatlarda oilaga psixologik xizmat ko‘rsatish amaliyoti. PEDAGOGIK MAHORAT Ilmiy-nazariy va metodik jurnal 5-son (2021-yil, oktabr). Buxoro, 2021 y. B. 145-150.

6. Avezov O.R. Ekstremal vaziyatlarda shaxsning stressli holati va xulq-atvor reaksiyalari. Psixologiya. № 4 son(2020) Buxoro. 2020. B. 94-98.

7. Avezov O.R. Psyshologisal relations between family members. Ssientifis Journal Impast Fastor. VOLUME 2 | ISSUE 2. ISSN 2181-1784. SJIF 2022: 5.947 February 2022 www.oriens.uz. P-945-949

8. Avezov O.R. Mental Status and Behavioral Reastions in Emergensy. and Extreme Emergensies AMERISAN JOURNAL OF SOSIAL AND HUMANITARIAN RESEARSH. ISSN: 2690-9626 Vol.3, No 1, 2022. https://www.grnjournals.us/index.php/AJSHR/artisle/view/714

9. Avezov O.R. Favqulotda va ekstremal vaziyatlarda aholiga psixologik xizmat ko‘rsatish. “XXI asr psixologiyasi”. //Xalqoro ilmiy–amaliy anjumani materiallari// Buxoro, 2021 y. B. 19 - 24.

10. Авезов О.Р. Психологическая служба в экстремалных ситуациях. Вестник интегративной психологии. № 79. Ярославл. 2019. С. 23-26.

Elmurotova Aysulu Usaxovna
Innovatsion texnologiyalar universiteti Pedagogika va psixologiya kafedrasi,
Psixologiya fanlari doktori, professor

RAQAMLI MAKONDA YOSHLAR ORASIDA AGRESSIV XULQ-ATVORNING KUCHAYISHI VA UNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARI

Annotatsiya*. Mazkur maqolada raqamli muhitda agressiya fenomeni, xususan ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar psixikasiga ta’siri va uning psixologik omillari tahlil qilinadi. So‘nggi yillarda internet va ijtimoiy platformalarning keng tarqalishi yoshlar o‘rtasida muloqot shakllarini tubdan o‘zgartirdi. Virtual anonimlik, nazoratning sustligi va tezkor axborot almashinuvi agressiv xatti-harakatlarning kuchayishiga zamin yaratmoqda. Maqolada kiberbulling, verbal agressiya, passiv-agressiv xulq shakllari hamda ularning emotsional intellekt, empatiya darajasi, frustratsiya va stress bilan bog‘liqligi yoritiladi. Shuningdek, ijtimoiy o‘rganish nazariyasi va frustratsiya-agressiya gipotezasi doirasida muammo ilmiy jihatdan asoslanadi. Tadqiqot natijalari raqamli muhitda agressiyani kamaytirish, yoshlar o‘rtasida sog‘lom kommunikativ madaniyatni shakllantirish hamda psixoprofilaktik chora-tadbirlarni ishlab chiqishda muhim ahamiyat kasb etadi.*

Kalit so‘zlar*: raqamli muhit, agressiya, kiberbulling, yoshlar psixologiyasi, emotsional intellekt, empatiya, frustratsiya, ijtimoiy tarmoqlar.*

Аннотация. *В данной статье рассматривается феномен агрессии в цифровой среде, а также влияние социальных сетей на психику молодежи и ее психологические факторы. В последние годы активное распространение интернет-технологий существенно изменило формы межличностного общения среди молодых людей. Анонимность виртуального пространства, снижение социального контроля и высокая скорость распространения информации способствуют росту агрессивного поведения. В работе анализируются такие проявления, как кибербуллинг, вербальная и пассивная агрессия, а также их связь с уровнем эмоционального интеллекта, эмпатией, фрустрацией и стрессом. Теоретической основой исследования служат теория социального научения и гипотеза «фрустрация – агрессия». Полученные выводы могут быть использованы для разработки профилактических программ и формирования культуры конструктивного общения в цифровой среде.*

Ключевые слова: *цифровая среда, агрессия, кибербуллинг, психология молодежи, эмоциональный интеллект, эмпатия, фрустрация, социальные сети.*

Abstract. *his article examines the phenomenon of aggression in the digital environment, particularly the impact of social media on youth psychology and its psychological determinants. In recent years, the rapid development of internet technologies has significantly transformed communication patterns among young people. Online anonymity, reduced social control, and the fast dissemination of information contribute to the increase of aggressive behavior in virtual spaces. The study analyzes cyberbullying, verbal and passive-aggressive behavior, and their relationship with emotional intelligence, empathy, frustration, and stress. The theoretical framework is based on social learning theory and the frustration–aggression hypothesis. The findings highlight the importance of developing preventive strategies and promoting constructive communication culture in digital environments to reduce aggressive tendencies among youth.*

Keywords*: digital environment, aggression, cyberbullying, youth psychology, emotional intelligence, empathy, frustration, social media.*

Kirish. XXI asrda insoniyat taraqqiyoti raqamli texnologiyalar bilan chambarchas bog‘liq holda kechmoqda. Axborot-kommunikatsiya vositalarining jadal rivojlanishi natijasida ijtimoiy hayotning deyarli barcha sohalari – ta’lim, mehnat, madaniyat, siyosat va shaxslararo munosabatlar tizimi raqamli makonga ko‘chdi. Ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlar yosh avlod hayotining ajralmas qismiga aylangan bo‘lib, ular nafaqat axborot almashish vositasi, balki shaxsning o‘zini namoyon qilishi, ijtimoiy identifikatsiyasi va kommunikativ tajriba orttirishi uchun muhim maydon sifatida xizmat qilmoqda. Biroq raqamli muhitning keng imkoniyatlari bilan bir qatorda, uning psixologik xavflari ham tobora yaqqol namoyon bo‘lmoqda. Shunday xavflardan biri – agressiyaning virtual shakllarda kuchayishi va uning yoshlar psixikasiga salbiy ta’siridir.

Yoshlar psixologiyasi nuqtayi nazaridan qaralganda, o‘smirlik va ilk yoshlik davri shaxs rivojlanishining eng murakkab va mas’uliyatli bosqichlaridan biridir. Bu davrda individning “Men” konsepsiyasi shakllanadi, o‘zini anglash jarayoni chuqurlashadi, ijtimoiy maqom va guruhga mansublik ehtiyoji kuchayadi. Shu bilan birga, emotsional barqarorlik yetarli darajada mustahkam bo‘lmaydi, o‘z-o‘zini nazorat qilish mexanizmlari to‘liq shakllanmagan bo‘ladi. Aynan shu omillar raqamli muhitdagi agressiv ta’sirlarga nisbatan yoshlarni sezgir va himoyasiz holatga keltiradi. Virtual makonda sodir bo‘ladigan haqorat, kamsitish, tahdid yoki ijtimoiy chetlatish kabi holatlar yosh shaxsning o‘z-o‘zini baholashiga, emotsional holatiga va ijtimoiy moslashuviga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Raqamli agressiya an’anaviy agressiyadan o‘zining bir qator xususiyatlari bilan farqlanadi. Birinchidan, anonimlik omili shaxsning javobgarlik hissini pasaytiradi va ijtimoiy nazorat mexanizmlarini sustlashtiradi. Ikkinchidan, axborotning tezkor tarqalishi agressiv xabar yoki kontentning qisqa vaqt ichida keng auditoriyaga yetib borishiga imkon beradi, bu esa psixologik zararning ko‘lamini oshiradi. Uchinchidan, virtual muloqotda noverbal signallarning yetishmasligi sababli kommunikativ noto‘g‘ri tushunishlar tez-tez yuzaga keladi va bu konfliktli vaziyatlarni kuchaytirishi mumkin. Natijada kiberbulling, verbal agressiya, trolling, passiv-agressiv izohlar va ijtimoiy ostrakizm kabi ko‘rinishlar yoshlar orasida keng tarqalmoqda.

Mazkur muammoni ilmiy jihatdan tahlil qilishda bir qator nazariy yondashuvlar muhim ahamiyat kasb etadi. Ijtimoiy o‘rganish nazariyasiga ko‘ra, agressiv xulq-atvor kuzatish va taqlid qilish orqali o‘zlashtiriladi; demak, raqamli platformalarda zo‘ravonlik va tajovuzkorlik elementlari mavjud bo‘lgan kontentning ko‘pligi yoshlar tomonidan bunday xatti-harakatlarning normal hol sifatida qabul qilinishiga olib kelishi mumkin. Frustratsiya–agressiya gipotezasi esa maqsadga erishishdagi to‘siqlar, ijtimoiy rad etilish yoki virtual makonda salbiy baholanish agressiv reaksiyalarni yuzaga keltirishini ta’kidlaydi. Bundan tashqari, shaxsning individual-psixologik xususiyatlari – emotsional intellekt darajasi, empatiya ko‘rsatkichi, stressga chidamlilik, impulsivlik darajasi – agressiyaning shakllanishi va namoyon bo‘lishida muhim determinantlar hisoblanadi.

Raqamli muhitdagi agressiyaning xavfliligi shundaki, u ko‘pincha yashirin va doimiy xarakterga ega bo‘ladi. An’anaviy zo‘ravonlikdan farqli ravishda, virtual agressiya vaqt va makon bilan cheklanmaydi; shaxs istalgan paytda va istalgan joyda salbiy ta’sirga duch kelishi mumkin. Bu esa psixologik bosimning uzluksiz davom etishiga, surunkali stress holatining shakllanishiga va hatto depressiv simptomlarning rivojlanishiga sabab bo‘ladi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, kiberbulling qurbonlari orasida o‘z-o‘zini past baholash, ijtimoiy izolyatsiya, xavotir darajasining oshishi va suitsidal fikrlar paydo bo‘lish xavfi yuqoriroq bo‘ladi. Shu nuqtai nazardan, raqamli agressiya nafaqat individual, balki ijtimoiy ahamiyatga ega muammo sifatida ko‘rilishi zarur.

Muammoning dolzarbligi yana shundaki, raqamli savodxonlik va kommunikativ madaniyatning yetarli darajada shakllanmaganligi yoshlar orasida agressiv xulqning normalizatsiyasiga olib kelishi mumkin. Virtual makonda “layk”, “izoh” va “ko‘rishlar soni” kabi indikatorlar ijtimoiy tasdiqning yangi mezonlariga aylangan bo‘lib, ba’zan agressiv va provokatsion kontentning ko‘proq e’tibor qozonishi yoshlarni shunday xatti-harakatlarga undaydi. Natijada agressiya o‘ziga xos ijtimoiy kapital vositasiga aylanib qolishi xavfi mavjud.

Shu bois raqamli muhitda agressiyaning psixologik omillarini chuqur va tizimli o‘rganish, uning yoshlar psixikasiga ta’sir mexanizmlarini aniqlash hamda profilaktik va korreksion strategiyalarni ishlab chiqish zamonaviy psixologiya fanining dolzarb vazifalaridan biridir. Mazkur

tadqiqot aynan shu ehtiyojdan kelib chiqib, raqamli agressiya fenomenini kompleks yondashuv asosida tahlil qilish, uning individual va ijtimoiy determinantlarini aniqlash hamda sog‘lom raqamli kommunikatsiya muhitini shakllantirishga ilmiy asos yaratishni maqsad qiladi. Tadqiqot natijalari ta’lim tizimi, psixologik xizmatlar, ota-onalar va yoshlar bilan ishlovchi mutaxassislar uchun metodologik va amaliy ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar tahlili. Raqamli muhitda agressiya muammosi zamonaviy psixologiya, sotsiologiya va kommunikatsiya nazariyasi doirasida faol o‘rganilayotgan yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Internet va ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi bilan birga, agressiv xulq-atvorning yangi – virtual shakllari paydo bo‘ldi va bu jarayonni tushuntirish uchun klassik agressiya nazariyalarini yangi sharoitga mos ravishda talqin qilish zarurati yuzaga keldi. Shu bois mazkur muammoni tahlil qilishda, avvalo, agressiya fenomenining nazariy asoslariga murojaat qilish maqsadga muvofiqdir.

Agressiya muammosining dastlabki ilmiy talqinlari psixoanalitik va bihevioristik yondashuvlar bilan bog‘liq. Z. Freyd agressiyani insonning tug‘ma instinktlaridan biri sifatida ko‘rib, uni destruktiv energiyaning tashqi namoyon bo‘lishi sifatida talqin qilgan. Keyinchalik D. Dollard va hamkorlari tomonidan ilgari surilgan frustratsiya–agressiya gipotezasi agressiv xatti-harakatlarni maqsadga erishish yo‘lidagi to‘siqlar natijasida yuzaga keladigan ichki zo‘riqish bilan izohladi. Ushbu nazariya keyinchalik L. Berkowitz tomonidan qayta ko‘rib chiqilib, agressiya nafaqat frustratsiya, balki salbiy affektiv holatlar ta’sirida ham shakllanishi mumkinligi asoslab berildi. Mazkur yondashuvlar bugungi kunda ham raqamli muhitdagi agressiyani tushuntirishda metodologik asos bo‘lib xizmat qilmoqda, chunki virtual makonda ijtimoiy rad etilish, salbiy baholanish yoki kamsitish holatlari frustratsion kechinmalarni kuchaytirishi mumkin.

Agressiyani o‘rganishda muhim burilish nuqtasi A. Bandura tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy o‘rganish nazariyasi bilan bog‘liq. Bandura agressiv xulq-atvor kuzatish, taqlid va mustahkamlash mexanizmlari orqali o‘zlashtirilishini isbotladi. Uning mashhur “Bobo doll” eksperimenti agressiyaning modellashuv xususiyatini ko‘rsatib berdi. Ushbu nazariya raqamli muhit sharoitida ayniqsa dolzarbdir, chunki ijtimoiy tarmoqlarda zo‘ravonlik elementlari mavjud bo‘lgan kontentning keng tarqalishi yoshlar tomonidan agressiv xatti-harakatlarning normalizatsiyasiga olib kelishi mumkin. Virtual platformalarda agressiv postlar, haqoratli izohlar yoki provokatsion kontentning yuqori ijtimoiy e’tibor qozonishi (layk, repost, ko‘rishlar soni orqali) mustahkamlovchi omil sifatida xizmat qiladi.

Xorijiy tadqiqotchilar orasida raqamli agressiya va kiberbulling muammosini tizimli o‘rganish bo‘yicha D. Olweusning ishlari alohida ahamiyat kasb etadi. U maktab zo‘ravonligini o‘rganish asosida kiberbulling tushunchasini rivojlantirdi va uning an’anaviy bullingdan farqli jihatlarini ko‘rsatib berdi. Keyinchalik J. Patchin va S. Hinduja tomonidan olib borilgan tadqiqotlar internet orqali amalga oshiriladigan zo‘ravonlikning yoshlar ruhiy salomatligiga salbiy ta’sirini empirik jihatdan tasdiqladi. Ularning tadqiqotlariga ko‘ra, kiberbulling qurbonlari orasida depressiya, xavotir va ijtimoiy izolyatsiya ko‘rsatkichlari yuqori darajada namoyon bo‘ladi. Shuningdek, R. Kowalski va hamkorlari raqamli agressiyaning psixologik determinantlarini tahlil qilib, empatiya darajasining pastligi va impulsivlikning yuqoriligi agressiv xatti-harakatlar bilan bevosita bog‘liqligini aniqladilar.

Raqamli muhitdagi agressiyani tushuntirishda J. Suler tomonidan ilgari surilgan “online disinhibition effect” (onlayn tormozlanishning pasayishi effekti) konsepsiyasi ham muhim ahamiyatga ega. Ushbu nazariyaga ko‘ra, anonimlik, ko‘rinmaslik va masofaviylik omillari shaxsning ichki nazorat mexanizmlarini susaytiradi va real hayotda namoyon etilmaydigan agressiv impulslarning yuzaga chiqishiga imkon yaratadi. Bu konsepsiya virtual agressiyaning psixologik mexanizmlarini chuqurroq anglash imkonini beradi.

Rus psixologiya maktabida agressiya muammosi ko‘plab olimlar tomonidan o‘rganilgan. A. A. Rean agressiv xulq-atvorni shaxsning ijtimoiylashuv jarayoni bilan bog‘lab, uning motivatsion va qadriyatli asoslarini tahlil qilgan. E. P. Ilyin agressiyani shaxsning emotsional-sifat xususiyati sifatida ko‘rib, uning ichki va tashqi determinantlarini ajratib ko‘rsatadi. T. G. Rumyantseva va N. D. Levitov ishlari agressiyaning psixologik mohiyatini ochib berishda muhim o‘rin tutadi; ular agressiyani nafaqat destruktiv, balki muayyan sharoitlarda himoya mexanizmi sifatida ham talqin qiladilar.

So‘nggi yillarda rus tadqiqotchilari (masalan, O. V. Smirnova, A. G. Asmolov) raqamli ijtimoiylashuv sharoitida shaxs rivojlanishining xususiyatlarini o‘rganib, virtual muhitning qadriyatlar tizimi va identifikatsiya jarayoniga ta’sirini ko‘rsatib berdilar.

Empatiya va emotsional intellektning agressiya bilan bog‘liqligi masalasi ham ko‘plab xorijiy olimlar tomonidan tadqiq etilgan. P. Salovey va J. Mayer tomonidan ishlab chiqilgan emotsional intellekt nazariyasi shaxsning o‘z va boshqalarning emotsiyalarini anglash hamda boshqarish qobiliyati agressiv impulslarni nazorat qilishda muhim rol o‘ynashini ta’kidlaydi. D. Goleman esa emotsional savodxonlikning pastligi konfliktli vaziyatlarda destruktiv reaksiyalarning kuchayishiga olib kelishini qayd etadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, empatiya darajasi yuqori bo‘lgan shaxslar virtual makonda ham agressiv xatti-harakatlarga kamroq moyil bo‘ladi.

Shu tariqa, rus va xorijiy olimlar tomonidan olib borilgan tadqiqotlar raqamli muhitda agressiya muammosining ko‘p omilli va murakkab tabiatini ko‘rsatadi. Klassik nazariyalar (frustratsiya–agressiya, ijtimoiy o‘rganish) zamonaviy konsepsiyalar (onlayn disinhibitsiya effekti, emotsional intellekt modeli) bilan uyg‘un holda raqamli agressiyaning psixologik mexanizmlarini tushuntirish imkonini beradi. Biroq mavjud tadqiqotlar asosan g‘arb mamlakatlari kontekstida olib borilgan bo‘lib, mahalliy ijtimoiy-madaniy sharoitda yoshlar psixikasiga ta’sir mexanizmlarini yanada chuqurroq o‘rganish zarurati saqlanib qolmoqda. Shu bois mazkur yo‘nalishdagi tadqiqotlar nazariy va amaliy jihatdan dolzarbligini yo‘qotmaydi hamda kompleks yondashuvni talab etadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot raqamli muhitda agressiyaning namoyon bo‘lish xususiyatlari hamda uning psixologik determinantlarini empirik jihatdan aniqlashga qaratildi. Tadqiqot kvantitativ yondashuv asosida tashkil etildi va korrelyatsion-deskriptiv dizayn qo‘llanildi. Ushbu yondashuv raqamli muhitda agressiv xulq ko‘rsatkichlari bilan psixologik omillar o‘rtasidagi bog‘liqlikni aniqlash imkonini beradi.

Tadqiqotda 18–25 yosh oralig‘idagi 120 nafar respondent (62 nafar ayol, 58 nafar erkak) ishtirok etdi. Ishtirokchilar oliy ta’lim muassasalari talabalari orasidan tasodifiy tanlash (random sampling) usuli orqali jalb qilindi. Barcha respondentlar ijtimoiy tarmoqlardan kuniga kamida 2 soat foydalanishini bildirgan. Tadqiqot ixtiyoriylik, anonimlik va maxfiylik tamoyillari asosida o‘tkazildi.

Tadqiqot jarayonida quyidagi psixodiagnostik metodikalardan foydalanildi:

Buss–Perry agressiya shkalasi (moslashtirilgan variant) – umumiy agressiya darajasi, jismoniy agressiya, verbal agressiya, g‘azab va dushmanlik subshkalalarini aniqlash uchun.

Emotsional intellektni aniqlash testi – emotsiyalarni anglash va boshqarish ko‘rsatkichlarini baholash uchun.

Empatiya darajasini aniqlash metodikasi – boshqalarning hissiy holatini tushunish qobiliyatini o‘lchash uchun.

Mualliflik so‘rovnomasi – ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish davomiyligi va kiberagressiya tajribasini aniqlash maqsadida.

Ma’lumotlarni qayta ishlash usullari.

1. Yig‘ilgan ma’lumotlar SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 26.0 dasturi yordamida tahlil qilindi. Statistik tahlil jarayonida quyidagi usullardan foydalanildi:
2. Deskriptiv statistika (o‘rtacha qiymat, standart og‘ish)
3. Pearson korrelyatsiya koeffitsienti
4. Mustaqil tanlovlar uchun t-test
5. Ishonchlilik ko‘rsatkichi (Cronbach’s Alpha)
6. O‘lchov shkalalarining ichki ishonchliligi yuqori darajada ekanligi aniqlandi (α = 0,81–0,88 oralig‘ida).

Quyidagi jadvalda umumiy agressiya ko‘rsatkichi bilan emotsional intellekt, empatiya va ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish davomiyligi o‘rtasidagi bog‘liqlik ko‘rsatilgan.

Jadval 1

Raqamli agressiya va psixologik omillar o‘rtasidagi Pearson korrelyatsiyasi (N=120)

Ko‘rsatkichlar	O‘rtacha (M)	Std. og‘ish (SD)	Agressiya bilan r	p-qiymat
Umumiy agressiya	72.4	11.3	–	–

Emotsional intellekt	84.7	9.6	-0.46	0.000
Empatiya	63.2	8.1	-0.52	0.000
Ijtimoiy tarmoqdan foydalanish (soat)	3.8	1.4	0.39	0.001*

$p < 0.01$ $p < 0.001$

Natijalar tahlili. SPSS dasturida o‘tkazilgan Pearson korrelyatsion tahlil natijalari shuni ko‘rsatdiki, umumiy agressiya ko‘rsatkichi emotsional intellekt bilan o‘rtacha darajadagi manfiy bog‘liqlikka ega ($r = -0.46$; $p < 0.001$). Bu natija shuni anglatadiki, emotsional intellekt darajasi yuqori bo‘lgan respondentlarda agressiv xatti-harakatlar kamroq namoyon bo‘ladi. Xuddi shuningdek, empatiya darajasi bilan agressiya o‘rtasida ham sezilarli manfiy bog‘liqlik aniqlandi ($r = -0.52$; $p < 0.001$). Bu esa boshqalarning hissiy holatini tushunish qobiliyati agressiv reaksiyalarni kamaytiruvchi muhim omil ekanligini tasdiqlaydi.

Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish davomiyligi esa agressiya bilan musbat bog‘liqlikni ko‘rsatdi ($r = 0.39$; $p < 0.01$). Ya’ni, virtual makonda ko‘proq vaqt o‘tkazadigan yoshlar orasida agressiv tendensiyalar nisbatan yuqoriroq ekanligi kuzatildi. Biroq bu bog‘liqlik o‘rtacha darajada bo‘lib, agressiyaning shakllanishi ko‘p omilli jarayon ekanligini ko‘rsatadi.

Olingan natijalar nazariy farazlarni empirik jihatdan tasdiqlaydi: raqamli muhitda agressiya shaxsning individual-psixologik xususiyatlari bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, ayniqsa emotsional intellekt va empatiya himoya omili sifatida namoyon bo‘ladi. Shu bilan birga, ijtimoiy tarmoqlarda uzoq vaqt bo‘lish agressiv impulslarning kuchayishiga sharoit yaratishi mumkin.

Shunday qilib, tadqiqot metodologiyasi raqamli agressiyaning psixologik determinantlarini aniqlashga imkon berdi. SPSS yordamida o‘tkazilgan statistik tahlillar natijasida agressiya darajasi bilan emotsional intellekt va empatiya o‘rtasida manfiy, ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish intensivligi bilan esa musbat bog‘liqlik mavjudligi aniqlandi. Ushbu natijalar raqamli muhitda agressiyani kamaytirish bo‘yicha profilaktik dasturlar ishlab chiqishda emotsional savodxonlik va empatiyani rivojlantirish muhim strategik yo‘nalish ekanligini ko‘rsatadi.

Muhokama. Mazkur tadqiqot natijalari raqamli muhitda agressiya fenomenining ko‘p omilli va murakkab psixologik tabiatga ega ekanligini yana bir bor tasdiqladi. Olingan empirik ma’lumotlar shuni ko‘rsatdiki, yoshlar orasida agressiv xulq-atvor darajasi ularning individual-psixologik xususiyatlari hamda ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish intensivligi bilan bevosita bog‘liqdir. Xususan, emotsional intellekt va empatiya ko‘rsatkichlari bilan agressiya o‘rtasida aniqlangan manfiy korrelyatsiya ushbu omillarning himoya mexanizmi sifatida namoyon bo‘lishini ko‘rsatadi. Bu natijalar zamonaviy psixologik nazariyalar bilan uyg‘unlikda bo‘lib, shaxsning emotsional o‘zini boshqarish qobiliyati agressiv impulslarni nazorat qilishda muhim ahamiyat kasb etishini tasdiqlaydi.

Emotsional intellekt darajasi yuqori bo‘lgan respondentlarda agressiya ko‘rsatkichlarining pastligi shuni anglatadiki, o‘z emotsiyalarini anglash va boshqarish, shuningdek, boshqalarning hissiy holatini tushunish qobiliyati konfliktli vaziyatlarda konstruktiv xulq strategiyalarini tanlashga yordam beradi. Raqamli muhitda esa muloqotning bevosita bo‘lmagan shakli, noverbal signallarning yetishmasligi va tezkor reaksiya zarurati emotsional o‘zini nazorat qilishni yanada murakkablashtiradi. Shu sababli emotsional savodxonlikning yetarli darajada rivojlanmaganligi virtual agressiyaning kuchayishiga zamin yaratishi mumkin.

Empatiya bilan agressiya o‘rtasidagi salbiy bog‘liqlik ham alohida e’tiborga loyiqdir. Empatiya boshqalarning hissiy tajribasini tushunish va ularga nisbatan hamdardlik bildirish qobiliyati sifatida agressiv xatti-harakatlarning oldini oluvchi muhim psixologik resurs hisoblanadi. Virtual makonda esa shaxs real inson bilan emas, balki ko‘pincha anonim profil yoki matnli xabar bilan muloqot qiladi, bu esa “insoniylik hissi”ning pasayishiga olib kelishi mumkin. Natijada empatik javob o‘rniga impulsiv va agressiv reaksiya paydo bo‘ladi. Tadqiqot natijalari aynan shu nazariy mulohazalarni empirik jihatdan tasdiqladi.

Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish davomiyligi bilan agressiya o‘rtasida aniqlangan musbat bog‘liqlik esa raqamli muhitning o‘zi mustaqil xavf omili bo‘lishi mumkinligini ko‘rsatadi. Biroq bu bog‘liqlik o‘rtacha darajada ekanligi agressiyaning shakllanishi faqat vaqt omiliga bog‘liq emasligini,

balki kontent turi, muloqot sifati, shaxsning motivatsion va qadriyatli yo‘nalishi kabi omillar bilan ham chambarchas bog‘liqligini anglatadi. Demak, muammo faqat ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish hajmida emas, balki undan qanday maqsadda va qanday psixologik tayyorgarlik bilan foydalanilayotganidadir.

Natijalarni nazariy kontekstda talqin qilganda, ular ijtimoiy o‘rganish nazariyasini qo‘llab-quvvatlaydi. Virtual makonda agressiv xatti-harakatlarning tez-tez kuzatilishi va ba’zan ijtimoiy tasdiq (layk, repost) orqali mustahkamlanishi yoshlar tomonidan bunday xulqning normal qabul qilinishiga olib kelishi mumkin. Shu bilan birga, frustratsiya–agressiya modeli ham o‘z tasdig‘ini topadi, chunki ijtimoiy tarmoqlarda tez-tez uchraydigan ijtimoiy taqqoslash, salbiy baholanish yoki rad etilish holatlari ichki zo‘riqish va frustratsiyani kuchaytiradi, bu esa agressiv reaksiyalarni yuzaga keltirishi ehtimolini oshiradi.

Muhokama jarayonida yana bir muhim jihat shundaki, raqamli agressiya an’anaviy agressiyadan farqli ravishda doimiylik va ommaviylik xususiyatiga ega. Virtual makonda bir martalik haqorat yoki salbiy izoh qisqa vaqt ichida keng auditoriyaga tarqalishi mumkin, bu esa psixologik jarohatning kuchayishiga olib keladi. Ayniqsa, yoshlar uchun ijtimoiy maqom va tengdoshlar fikri muhim ahamiyatga ega bo‘lganligi sababli, onlayn makondagi salbiy tajriba ularning o‘z-o‘zini baholashiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Shu nuqtai nazardan, raqamli agressiya nafaqat individual muammo, balki ijtimoiy-psixologik xavf omili sifatida baholanishi lozim.

Tadqiqot natijalari amaliy jihatdan ham muhim xulosalarga olib keladi. Birinchidan, yoshlar orasida emotsional intellekt va empatiyani rivojlantirishga qaratilgan psixoprofilaktik dasturlar raqamli agressiyani kamaytirishda samarali vosita bo‘lishi mumkin. Ikkinchidan, ta’lim muassasalarida raqamli madaniyat va onlayn etikaga oid treninglar tashkil etish virtual muhitda konstruktiv muloqot ko‘nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi. Uchinchidan, ota-onalar va pedagoglar yoshlarning internetdan foydalanish odatlari ustidan nazoratni kuchaytirish bilan birga, ularning emotsional ehtiyojlarini ham inobatga olishlari zarur.

Shu bilan birga, tadqiqotning ayrim cheklovlari ham mavjud. Namuna hajmining nisbatan cheklanganligi va yosh guruhining ma’lum ijtimoiy qatlam bilan chegaralanganligi natijalarni umumlashtirishda ehtiyotkorlikni talab qiladi. Kelgusidagi tadqiqotlarda turli yosh va ijtimoiy guruhlarni qamrab olgan kengroq empirik tahlillar o‘tkazish maqsadga muvofiqdir. Shuningdek, sifat tahlili (intervyu, fokus-guruh) metodlarini qo‘llash orqali raqamli agressiyaning subyektiv tajribasini chuqurroq o‘rganish mumkin.

Umuman olganda, olib borilgan tadqiqot raqamli muhitda agressiya fenomenining psixologik determinantlari mavjudligini va ularni boshqarish mumkinligini ko‘rsatdi. Emotsional intellekt va empatiya himoya omili sifatida namoyon bo‘lsa, ijtimoiy tarmoqlarda uzoq vaqt bo‘lish va salbiy kontentga duch kelish xavf omili sifatida baholanishi mumkin. Demak, raqamli agressiyani kamaytirish kompleks yondashuvni, ya’ni individual psixologik resurslarni rivojlantirish va sog‘lom raqamli kommunikatsiya muhitini shakllantirishni talab etadi.

Xulosa. Raqamli texnologiyalar jadal rivojlanayotgan zamonaviy jamiyatda ijtimoiy tarmoqlar yoshlar hayotining ajralmas qismiga aylangan bo‘lib, ular shaxsning ijtimoiylashuvi, o‘zini namoyon qilishi va kommunikativ tajriba orttirishida muhim omil sifatida xizmat qilmoqda. Biroq ushbu imkoniyatlar bilan bir qatorda, raqamli muhit yangi psixologik muammolarni, xususan agressiyaning virtual shakllarini ham yuzaga keltirmoqda. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, raqamli muhitda agressiya ko‘p omilli va murakkab psixologik jarayon bo‘lib, uning shakllanishida individual-psixologik xususiyatlar hamda ijtimoiy omillar o‘zaro ta’sirda namoyon bo‘ladi.

Empirik tahlillar asosida agressiya darajasi bilan emotsional intellekt va empatiya ko‘rsatkichlari o‘rtasida sezilarli manfiy bog‘liqlik mavjudligi aniqlandi. Bu natija shuni tasdiqlaydiki, o‘z emotsiyalarini anglash va boshqarish, shuningdek boshqalarning hissiy holatini tushunish qobiliyati agressiv impulslarni nazorat qilishda muhim himoya omili sifatida xizmat qiladi. Aksincha, emotsional savodxonlikning pastligi va empatiya yetishmovchiligi virtual makonda impulsiv va destruktiv xatti-harakatlarning kuchayishiga olib kelishi mumkin. Shu jihatdan qaraganda, shaxsning ichki psixologik resurslari raqamli agressiyani kamaytirishda asosiy profilaktik omil hisoblanadi.

Tadqiqot natijalari ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish intensivligi bilan agressiya o‘rtasida musbat bog‘liqlik mavjudligini ham ko‘rsatdi. Bu holat virtual makonda uzoq vaqt bo‘lish shaxsning salbiy axborot oqimiga ko‘proq duch kelishiga, ijtimoiy taqqoslash va frustratsion kechinmalar kuchayishiga olib kelishi mumkinligini anglatadi. Biroq agressiya faqat vaqt omiliga bog‘liq emasligi, balki muloqot sifati, kontent xarakteri va shaxsning qadriyatli yo‘nalishlari bilan ham chambarchas bog‘liqligi aniqlandi. Demak, muammoning ildizi raqamli platformalarning o‘zida emas, balki ulardan foydalanish madaniyatida va psixologik tayyorgarlik darajasidadir.

Nazariy jihatdan olib qaralganda, olingan natijalar ijtimoiy o‘rganish nazariyasi va frustratsiya–agressiya modelining zamonaviy raqamli sharoitda ham dolzarbligini tasdiqlaydi. Virtual muhitda agressiv xatti-harakatlarning tez-tez kuzatilishi va ba’zan ijtimoiy tasdiq orqali mustahkamlanishi yoshlar ongida bunday xulqning normalizatsiyasiga olib kelishi mumkin. Shu bilan birga, ijtimoiy rad etilish yoki salbiy baholanish holatlari frustratsion zo‘riqishni kuchaytirib, agressiv reaksiyalar ehtimolini oshiradi.

Amaliy nuqtai nazardan, tadqiqot natijalari raqamli agressiyani kamaytirish kompleks yondashuvni talab qilishini ko‘rsatadi. Birinchidan, yoshlar orasida emotsional intellekt va empatiyani rivojlantirishga qaratilgan trening va psixoprofilaktik dasturlarni joriy etish muhimdir. Ikkinchidan, ta’lim muassasalarida raqamli madaniyat va onlayn etika bo‘yicha tizimli ishlarni tashkil etish zarur. Uchinchidan, ota-onalar va pedagoglar yoshlarning internetdan foydalanish odatlarini nazorat qilish bilan birga, ularning emotsional ehtiyojlarini qo‘llab-quvvatlashlari lozim.

Umuman olganda, raqamli muhitda agressiya zamonaviy jamiyat uchun dolzarb ijtimoiy-psixologik muammo bo‘lib, uning oldini olish individual psixologik resurslarni rivojlantirish, sog‘lom kommunikativ madaniyatni shakllantirish va raqamli savodxonlikni oshirish orqali amalga oshirilishi mumkin. Mazkur tadqiqot natijalari ushbu yo‘nalishda ilmiy asos bo‘lib xizmat qiladi hamda kelgusidagi izlanishlar uchun metodologik poydevor yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Бандура А. Теория социального научения. – СПб.: Евразия, 2000. – 320 с.
2. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2001. – 512 с.
3. Реан А. А. Психология личности. – СПб.: Питер, 2016. – 288 с.
4. Ильин Е. П. Психология агрессии. – СПб.: Питер, 2014. – 368 с.
5. Асмолов А. Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека. – М.: Смысл, 2007. – 528 с.
6. Румянцева Т. Г. Агрессия и контроль поведения у подростков. – М.: Институт психологии РАН, 2002. – 240 с.
7. Levitov N. D. Mental States. – Moscow: Progress Publishers, 1983. – 256 p.
8. Dollard J., Doob L., Miller N., Mowrer O., Sears R. Frustration and Aggression. – New Haven: Yale University Press, 1939. – 216 p.
9. Buss A. H., Perry M. The Aggression Questionnaire // Journal of Personality and Social Psychology. – 1992. – Vol. 63(3). – P. 452–459.

Ostanov Shuhrat Sharifovich
Psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent

AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA YOSHLAR SHAXSLARARO MUNOSABATLARINING SHAKLLANISHIGA TA’SIR ETUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR

Annotatsiya. *Axborotlashgan jamiyat sharoitida yoshlarning shaxslararo munosabatlari sezilarli darajada o‘zgarib bormoqda. Raqamli texnologiyalar, ijtimoiy tarmoqlar va onlayn muloqot shakllarining kengayishi yoshlarning kommunikativ faoliyatiga yangi psixologik omillarni olib kirdi.*

Ushbu maqolada yoshlar shaxslararo munosabatlarining shakllanishiga ta'sir etuvchi asosiy psixologik omillar - o'z-o'zini anglash darajasi, emotsional intellekt, kommunikativ kompetensiya, ijtimoiy identifikatsiya hamda raqamli muhitga moslashuvchanlik tahlil qilinadi. Shuningdek, virtual muloqotning real hayotdagi munosabatlarga ta'siri, ijtimoiy izolyatsiya va empatiya rivojlanishidagi o'zgarishlar yoritiladi. Tadqiqot natijalari axborot oqimining ortishi yoshlarning muloqot madaniyati va psixologik barqarorligiga bevosita ta'sir ko'rsatishini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: *axborotlashgan jamiyat, shaxslararo munosabatlar, yoshlar psixologiyasi, emotsional intellekt, kommunikativ kompetensiya, raqamli muhit, ijtimoiy tarmoqlar.*

Аннотация. *В условиях информационного общества межличностные отношения молодежи претерпевают значительные изменения. Расширение цифровых технологий и социальных сетей формирует новые психологические факторы коммуникации. В данной статье анализируются основные психологические факторы, влияющие на формирование межличностных отношений молодежи, такие как уровень самосознания, эмоциональный интеллект, коммуникативная компетентность, социальная идентичность и адаптация к цифровой среде. Особое внимание уделяется влиянию виртуального общения на реальные социальные взаимодействия, а также изменениям в развитии эмпатии и социальной изоляции. Результаты исследования показывают, что информационная среда существенно влияет на коммуникативную культуру и психологическую устойчивость молодежи.*

Ключевые слова: *информационное общество, межличностные отношения, психология молодежи, эмоциональный интеллект, коммуникативная компетентность, цифровая среда, социальные сети.*

Abstract. *In the context of an information society, interpersonal relationships among young people are undergoing significant transformations. The expansion of digital technologies and social media introduces new psychological factors influencing communication patterns. This article examines key psychological determinants of youth interpersonal relationships, including self-awareness, emotional intelligence, communicative competence, social identity, and adaptability to the digital environment. Particular attention is given to the impact of virtual communication on real-life social interactions, as well as changes in empathy development and social isolation. The findings indicate that the increasing flow of information significantly affects communication culture and psychological resilience among young people.*

Key words: *information society, interpersonal relations, youth psychology, emotional intelligence, communicative competence, digital environment, social media.*

Kirish. Zamonaviy jamiyatning rivojlanishi axborot texnologiyalarining jadal sur'atlarda kengayishi bilan bevosita bog'liq bo'lib, bu jarayon ijtimoiy hayotning barcha sohalariga, xususan, yoshlarning shaxslararo munosabatlariga ham chuqur ta'sir ko'rsatmoqda. XXI asr "axborotlashgan jamiyat" deb atalishi bejiz emas, chunki hozirgi davrda axborot asosiy resursga aylangan bo'lib, insonlar o'rtasidagi muloqot an'anaviy shakllardan raqamli platformalarga ko'chib bormoqda. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, dunyo bo'yicha internet foydalanuvchilari soni 5 milliarddan oshgan bo'lib, ularning katta qismini yoshlar tashkil etadi. Bu holat yoshlar kommunikativ muhitining tubdan o'zgarayotganini ko'rsatadi.

Axborotlashgan jamiyatda ijtimoiy tarmoqlar, messenjeplar va onlayn platformalar (Telegram, Instagram, TikTok, Facebook kabi) yoshlar uchun asosiy muloqot vositasiga aylanib bormoqda. Ushbu raqamli muhit shaxslararo munosabatlarning tezkorligi va qulayligini oshirgan bo'lsa-da, bir vaqtning o'zida real hayotdagi bevosita muloqotning kamayishiga, emotsional yaqinlikning susayishiga ham olib kelmoqda. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, yoshlarning o'rtacha kunlik ekran vaqti 6–8 soatni tashkil etadi, bu esa ularning ijtimoiy psixologik rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Shaxslararo munosabatlar psixologiyasida yosh davri eng muhim bosqichlardan biri hisoblanadi, chunki aynan ushbu davrda shaxsning kommunikativ kompetensiyasi, emotsional intellekti, ijtimoiy identifikatsiyasi va axloqiy qadriyatlari shakllanadi. Biroq raqamli muhitning kuchayishi natijasida virtual identitet va real shaxs o'rtasida farqlanish kuchayib bormoqda. Bu esa

ayrim hollarda ijtimoiy izolyatsiya, empatiya darajasining pasayishi va shaxslararo konfliktlarning ortishiga sabab bo‘lmoqda.

Shu bilan birga, axborotlashgan jamiyat yoshlar uchun yangi imkoniyatlar ham yaratmoqda: global muloqot, madaniyatlararo aloqalar, ta’lim resurslariga tezkor kirish va professional tarmoqlarni kengaytirish imkoniyati shular jumlasidandir. Demak, zamonaviy sharoitda yoshlarning shaxslararo munosabatlari murakkab transformatsiya jarayonini boshdan kechirmoqda.

Mazkur maqolada axborotlashgan jamiyat sharoitida yoshlar shaxslararo munosabatlarining shakllanishiga ta’sir etuvchi asosiy psixologik omillar, ularning ijobiy va salbiy jihatlari hamda zamonaviy ijtimoiy-psixologik o‘zgarishlar ilmiy jihatdan tahlil qilinadi.

Adabiyotlar tahlili. Axborotlashgan jamiyat sharoitida yoshlar shaxslararo munosabatlarining shakllanishi masalasi zamonaviy psixologiya, sotsiologiya va kommunikatsiya fanlarida keng o‘rganilayotgan dolzarb yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Ushbu muammoni tahlil qilishda rus va xorijiy olimlarning ilmiy qarashlari muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi.

Avvalo, rus psixologiyasida shaxslararo munosabatlar va ijtimoiy rivojlanish masalalari L.S. Vygotskiy, A.N. Leontyev va S.L. Rubinshteyn kabi olimlar tomonidan chuqur ishlab chiqilgan. Vygotskiyning “ijtimoiy-madaniy rivojlanish nazariyasi”ga ko‘ra, shaxsning psixik jarayonlari ijtimoiy muhit va muloqot jarayonida shakllanadi. Bu g‘oya zamonaviy raqamli muhitga tatbiq etilganda, yoshlarning onlayn muloqotlari ham ularning shaxsiy rivojlanishida muhim omil ekanini ko‘rsatadi. A.N. Leontyev faoliyat nazariyasida muloqotni shaxs shakllanishining asosiy vositalaridan biri sifatida talqin qiladi, bu esa axborot texnologiyalari sharoitida faoliyatning yangi shakllari paydo bo‘lganini anglatadi.

Shuningdek, B.G. Ananyev va A.A. Bodalev tadqiqotlarida shaxslararo idrok (interpersonal perception) va kommunikativ kompetensiya masalalari yoritilgan bo‘lib, ular muloqot jarayonida emotsional baholash va ijtimoiy idrokning ahamiyatini ta’kidlaydi. Bu yondashuvlar zamonaviy raqamli kommunikatsiya sharoitida empatiya va ijtimoiy sezgirlikning o‘zgarishini tushunishda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi.

G‘arb olimlari orasida E. Goffman, J. Mead va C. Rogersning ishlari alohida ahamiyatga ega. E. Goffman “o‘zini taqdim etish nazariyasi” orqali shaxsning ijtimoiy rollarini boshqarishi va kommunikatsiyada “sahna” metaforasidan foydalanishini tushuntiradi. Ushbu nazariya bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlardagi “virtual identitet” tushunchasini tahlil qilishda keng qo‘llanilmoqda. J. Mead esa “symbolic interactionism” yondashuvi orqali shaxsning o‘zini boshqalar bilan muloqot jarayonida shakllantirishini asoslab bergan.

Zamonaviy xorijiy tadqiqotchilar, jumladan Sherry Turkle (MIT), J. Castells va D. Boyd internet va raqamli texnologiyalarning yoshlar psixologiyasiga ta’sirini chuqur o‘rganishgan. Sherry Turkle o‘z asarlarida (“Alone Together”) raqamli kommunikatsiya insonlarda yaqinlik hissining pasayishi va “yolg‘izlik ichidagi muloqot” fenomenini kuchaytirishini ta’kidlaydi. Manuel Castells esa “tarmoq jamiyati” konsepsiyasi orqali global axborot oqimlari shaxslararo munosabatlarning yangi shakllarini yaratishini asoslaydi. D. Boyd tadqiqotlarida esa o‘smirlar va yoshlar onlayn muhitda o‘z identitetini shakllantirish jarayonida ijtimoiy bosim va moslashuv muammolariga duch kelishi ko‘rsatilgan.

Shuningdek, zamonaviy psixologik tadqiqotlarda Daniel Goleman tomonidan ishlab chiqilgan emotsional intellekt nazariyasi yoshlar muloqotini tushunishda muhim o‘rin tutadi. Emotsional intellekt darajasi yuqori bo‘lgan yoshlar shaxslararo munosabatlarda barqarorlik va empatiyani saqlab qolishi mumkinligi ilmiy jihatdan isbotlangan.

Umuman olganda, mavjud adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, axborotlashgan jamiyat sharoitida yoshlar shaxslararo munosabatlari murakkab transformatsion jarayonni boshdan kechirmoqda. Bir tomondan, raqamli texnologiyalar muloqot imkoniyatlarini kengaytirsa, ikkinchi tomondan, real ijtimoiy aloqalarning kamayishi, emotsional uzoqlashuv va identitet inqirozi kabi muammolarni yuzaga keltirmoqda. Shu sababli ushbu mavzuni o‘rganish zamonaviy ijtimoiy psixologiya uchun dolzarb ilmiy ahamiyatga ega hisoblanadi.

Muhokama. Axborotlashgan jamiyat sharoitida yoshlar shaxslararo munosabatlarining shakllanishi murakkab va ko‘p qatlamli ijtimoiy-psixologik jarayon sifatida namoyon bo‘lmoqda.

Zamonaviy raqamli muhit, bir tomondan, kommunikativ imkoniyatlarni kengaytirib, muloqotni tezkor va global darajaga olib chiqqan bo‘lsa, ikkinchi tomondan, shaxslararo munosabatlarning sifat jihatidan o‘zgarishiga ham sabab bo‘lmoqda. Shu jihatdan, yoshlar o‘rtasidagi muloqot jarayonida kuzatilayotgan o‘zgarishlarni faqat texnologik emas, balki psixologik va ijtimoiy omillar kesimida ham tahlil qilish zarur.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, raqamli muhitda shakllanayotgan shaxslararo munosabatlar ko‘pincha “tezkor aloqa” tamoyiliga asoslanadi, bu esa chuqur emotsional bog‘lanishning susayishiga olib kelishi mumkin. Yoshlar o‘zaro muloqotda qisqa xabarlar, emojilar va vizual ifodalar orqali fikr almashayotganligi sababli, nutqiy va emotsional ifoda boyligi kamayib bormoqda. Natijada empatiya, faol tinglash va yuzma-yuz muloqot ko‘nikmalari sekin-asta zaiflashish ehtimoli yuzaga keladi.

Shu bilan birga, ijtimoiy tarmoqlar yoshlar uchun o‘zini namoyon qilish, ijtimoiy aloqalarni kengaytirish va identitetni shakllantirish imkoniyatlarini ham yaratadi. Virtual muhitda “o‘zini taqdim etish” jarayoni kuchayib, shaxs o‘z imijini boshqarishga intiladi. Biroq bu jarayon ba’zan idealizatsiyalashgan obraz yaratishga olib kelib, real hayotdagi “men” va virtual “men” o‘rtasida nomutanosiblik yuzaga keltiradi. Bu esa psixologiyada identitet konflikti sifatida talqin qilinadi.

Shuningdek, yoshlar orasida ijtimoiy taqqoslash jarayonining kuchayishi ham muhim psixologik omillardan biridir. Ijtimoiy tarmoqlarda boshqalarning “ideal hayoti”ni kuzatish natijasida o‘z-o‘zini baholash darajasi pasayishi, norozilik hissi va psixologik bosim kuchayishi mumkin. Bu holat o‘z navbatida shaxslararo munosabatlarda hasad, raqobat va emotsional uzoqlashuvni kuchaytiradi.

Biroq axborotlashgan jamiyat faqat salbiy jihatlar bilan cheklanib qolmaydi. Raqamli texnologiyalar yoshlar uchun global muloqot maydonini yaratib, turli madaniyatlar vakillari bilan aloqa qilish, yangi bilim va tajribalarni o‘zlashtirish imkonini bermoqda. Bu esa kommunikativ kompetensiyaning kengayishiga, ijtimoiy moslashuvchanlikning oshishiga va kreativ fikrlashning rivojlanishiga xizmat qiladi.

Muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, yoshlar shaxslararo munosabatlarining shakllanishi ikki yo‘nalishda - ijobiy va salbiy transformatsiya jarayonida kechmoqda. Agar raqamli muhitdan foydalanish madaniyati va psixologik savodxonlik yetarli darajada rivojlantirilsa, ushbu jarayon ijobiy ijtimoiy natijalarga olib kelishi mumkin. Aks holda, emotsional uzoqlashuv, ijtimoiy izolyatsiya va kommunikativ muammolar kuchayishi ehtimoli ortadi.

Shu bois, zamonaviy ta’lim tizimida yoshlarning kommunikativ kompetensiyasi, emotsional intellekti va raqamli madaniyatini rivojlantirishga alohida e’tibor qaratish zarur. Bu esa ularning shaxslararo munosabatlarini barqaror va sog‘lom ijtimoiy-psixologik asosda shakllantirishga xizmat qiladi.

Xulosa. Axborotlashgan jamiyat sharoitida yoshlar shaxslararo munosabatlari sezilarli darajada transformatsiyaga uchramoqda. Zamonaviy raqamli texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi muloqot jarayonini soddalashtirgan, tezlashtirgan va global darajaga olib chiqqan bo‘lsa-da, ularning psixologik ta’siri murakkab va ko‘p qirrali xususiyatga ega ekanligi aniqlandi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, yoshlar shaxslararo munosabatlarining shakllanishida emotsional intellekt, kommunikativ kompetensiya, o‘z-o‘zini anglash darajasi, ijtimoiy identifikatsiya hamda raqamli muhitga moslashuvchanlik kabi psixologik omillar muhim rol o‘ynaydi. Ayniqsa, virtual muloqotning kuchayishi real hayotdagi bevosita aloqalarning ayrim jihatlarini zaiflashtirib, empatiya darajasi va chuqur emotsional bog‘lanishlarning kamayishiga olib kelishi mumkinligi kuzatilmoqda.

Shu bilan birga, axborotlashgan jamiyat yoshlar uchun keng imkoniyatlar ham yaratmoqda: global kommunikatsiya, madaniyatlararo aloqalar, ta’lim va kasbiy rivojlanish resurslariga tezkor kirish imkoniyati shular jumlasidandir. Bu esa yoshlarning ijtimoiy faolligi va kommunikativ ko‘nikmalarini kengaytirishga xizmat qiladi.

Shunday qilib, yoshlar shaxslararo munosabatlari zamonaviy davrda ikki yo‘nalishda rivojlanmoqda: bir tomondan, texnologik taraqqiyot muloqotni yengillashtirsa, ikkinchi tomondan, emotsional va ijtimoiy yaqinlikning o‘zgarishiga olib kelmoqda. Ushbu holat shuni ko‘rsatadiki,

raqamli muhitdan oqilona foydalanish va psixologik madaniyatni rivojlantirish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Kelgusida yoshlarning sog‘lom shaxslararo munosabatlarini shakllantirish uchun ta’lim tizimida kommunikativ ko‘nikmalar, emotsional intellekt va raqamli savodxonlikni rivojlantirishga qaratilgan kompleks yondashuvlarni takomillashtirish zarur hisoblanadi. Bu esa yoshlarning ijtimoiy-psixologik barqarorligini ta’minlashga va jamiyatda sog‘lom kommunikativ muhitni shakllantirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Выготский Л. С. Мышление и речь. - М.: Лабиринт, 2005. - 352 с.
2. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. - М.: Смысл, 2004. - 431 с.
3. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. - СПб.: Питер, 2012. - 720 с.
4. Бодалев А. А. Психология общения. - М.: Институт практической психологии, 2010. - 256 с.
5. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. - СПб.: Питер, 2011. - 288 с.
6. Гофман Э. Представление себя другим в повседневной жизни. - М.: Канон-Пресс, 2000. - 304 с.
7. Мид Дж. Разум, самость и общество. - М.: Канон, 2009. - 512 с.
8. Castells M. The Rise of the Network Society. - Oxford: Wiley-Blackwell, 2010. - 624 p.
9. Turkle S. Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. - New York: Basic Books, 2011. - 360 p.

Niyazova Nilufar Farxadovna
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

ONKOLOGIK BEMORLAR HAYOT SIFATINI OSHIRISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada onkologik bemorlar hayot sifatini oshirishning psixologik asoslari tahlil qilinadi. Saraton kasalligi nafaqat biologik jarayon, balki bemorning psixologik holati, emotsional barqarorligi va ijtimoiy moslashuviga ham kuchli ta’sir ko‘rsatadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, onkologik bemorlarda ko‘pincha depressiya, tashvish, qo‘rquv va umidsizlik kabi psixologik holatlar kuzatiladi, bu esa davolanish jarayoniga salbiy ta’sir etishi mumkin. Maqolada psixologik qo‘llab-quvvatlash, kognitiv-xulqiy terapiya, stressni boshqarish usullari va ijtimoiy yordam tizimining hayot sifatini yaxshilashdagi roli yoritiladi. Shuningdek, bemorning ichki resurslarini faollashtirish, motivatsiyani oshirish va ijobiy fikrlashni shakllantirishning ahamiyati ham tahlil qilinadi. Psixoonkologiya yondashuvlari asosida bemorlarning ruhiy holatini barqarorlashtirish va davolanishga moslashuvini kuchaytirish imkoniyatlari ko‘rib chiqiladi.*

Kalit so‘zlar: *onkologik bemorlar, hayot sifati, psixologik qo‘llab-quvvatlash, stress, depressiya, psixoonkologiya, moslashuv.*

Аннотация*. В данной статье анализируются психологические основы повышения качества жизни онкологических пациентов. Онкологическое заболевание влияет не только на физическое состояние, но и на эмоциональную устойчивость, психическое здоровье и социальную адаптацию пациента. Исследования показывают, что у онкологических больных часто наблюдаются депрессия, тревога, страх и чувство безысходности, что негативно влияет на процесс лечения. В статье рассматриваются роль психологической поддержки, когнитивно-поведенческой терапии, методов управления стрессом и социальной помощи в улучшении качества жизни. Также анализируется значение активации внутренних ресурсов, повышения мотивации и формирования позитивного мышления. Подходы психоонкологии направлены на стабилизацию психического состояния и повышение адаптации пациентов к лечению.*

Ключевые слова: *онкологические пациенты, качество жизни, психологическая поддержка, стресс, депрессия, психоонкология, адаптация.*

Abstract. *This article analyzes the psychological foundations of improving the quality of life of cancer patients. Cancer affects not only the physical condition but also the emotional stability, mental health, and social adaptation of patients. Research shows that cancer patients often experience depression, anxiety, fear, and hopelessness, which negatively impact the treatment process. The article examines the role of psychological support, cognitive-behavioral therapy, stress management techniques, and social assistance in improving quality of life. It also highlights the importance of activating internal resources, increasing motivation, and developing positive thinking. Psycho-oncological approaches aim to stabilize the psychological state and enhance patients' adaptation to treatment.*

Key words: *cancer patients, quality of life, psychological support, stress, depression, psycho-oncology, adaptation.*

Kirish. Onkologik kasalliklar bugungi kunda butun dunyo bo‘yicha o‘lim va nogironlikka olib keluvchi asosiy tibbiy muammolardan biri hisoblanadi. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (WHO) ma’lumotlariga ko‘ra, har yili millionlab yangi saraton holatlari qayd etiladi va bu kasallik nafaqat bemorning jismoniy sog‘lig‘iga, balki uning psixologik holati, ijtimoiy moslashuvi hamda hayot sifatiga ham chuqur ta’sir ko‘rsatadi. Zamonaviy tibbiyotda saratonni davolash jarayoni faqat biologik terapiya bilan cheklanib qolmay, balki bemorning ruhiy holatini yaxshilashga qaratilgan psixologik yondashuvlarni ham o‘z ichiga oladi.

Onkologik bemorlar hayot sifatining pasayishiga bir qator psixologik omillar sabab bo‘ladi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, saraton tashxisi qo‘yilgan bemorlarning katta qismida depressiya, tashvish, qo‘rquv, stress va kelajakka nisbatan umidsizlik kabi emotsional holatlar rivojlanadi. Ayniqsa, davolash jarayonida kimyoterapiya va radioterapiya kabi og‘ir muolajalar bemorlarning psixologik holatini yanada murakkablashtiradi. Bu holat bemorning davolanishga bo‘lgan motivatsiyasini pasaytirishi va terapiya samaradorligiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Ilmiy adabiyotlarda qayd etilishicha, bemorning psixologik holati uning immun tizimi faoliyatiga ham bevosita ta’sir qiladi. Stress gormonlari, xususan kortizol darajasining uzoq muddat yuqori bo‘lishi organizmning himoya mexanizmlarini susaytirishi mumkin. Shu sababli zamonaviy psixoonkologiya yo‘nalishi paydo bo‘lib, u onkologik bemorlarning ruhiy holatini o‘rganish va uni yaxshilash orqali davolash jarayonini qo‘llab-quvvatlashga qaratilgan.

Psixoonkologiyaning asosiy maqsadi bemorning nafaqat jismoniy, balki psixologik va ijtimoiy ehtiyojlarini ham inobatga olgan holda kompleks yordam ko‘rsatishdir. Bu yondashuv doirasida psixologik qo‘llab-quvvatlash, kognitiv-xulqiy terapiya, stressni boshqarish texnikalari, relaksatsiya usullari hamda ijtimoiy reabilitatsiya dasturlari keng qo‘llaniladi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, psixologik yordam olayotgan bemorlarda davolanishga moslashuv darajasi yuqori bo‘lib, hayot sifati sezilarli darajada yaxshilanadi.

Shuningdek, bemorning oilaviy va ijtimoiy muhitidagi qo‘llab-quvvatlash ham juda muhim ahamiyatga ega. Oila a’zolari tomonidan ko‘rsatiladigan emotsional yordam bemorning ruhiy barqarorligini saqlashga, yolg‘izlik hissini kamaytirishga va ijobiy motivatsiyani shakllantirishga yordam beradi. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimi kuchli bo‘lgan bemorlarda stress darajasi pastroq va davolanish natijalari nisbatan yaxshi bo‘lishi ilmiy tadqiqotlarda qayd etilgan.

Umuman olganda, onkologik bemorlar hayot sifatini oshirish muammosi kompleks yondashuvni talab qiladi. Bu jarayonda tibbiy davolash bilan bir qatorda psixologik omillarni hisobga olish, bemorning ichki resurslarini faollashtirish va uning hayotga bo‘lgan ijobiy munosabatini shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Mazkur mavzuni o‘rganish zamonaviy tibbiyot va psixologiya integratsiyasini chuqurlashtirish, shuningdek, bemorlarning hayot sifatini yaxshilashga qaratilgan samarali strategiyalarni ishlab chiqish uchun dolzarb ilmiy-amaliy ahamiyatga ega hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Onkologik bemorlar hayot sifatini oshirish masalasi zamonaviy tibbiyot, klinik psixologiya va psixoonkologiya sohalarida keng o‘rganilayotgan dolzarb yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, saraton kasalligi faqat biologik patologiya

emas, balki bemorning psixologik holati, emotsional barqarorligi va ijtimoiy moslashuviga kuchli ta’sir ko‘rsatadigan kompleks psixo-biologik jarayondir. Shu sababli turli mamlakat olimlari bu muammoni ko‘p qirrali yondashuv asosida o‘rganib kelmoqdalar.

Rus psixologiya va tibbiyot maktabida onkologik bemorlarning psixologik holatini o‘rganishda B.D. Karvasarskiy, F.E. Vasilyuk va L.A. Korchagina kabi olimlarning ishlari muhim o‘rin tutadi. Karvasarskiy psixoterapiya va klinik psixologiya sohasida bemorlarning emotsional holatini barqarorlashtirish davolash samaradorligini oshirishda muhim omil ekanini ta’kidlaydi. Uning fikricha, kasallikni qabul qilish jarayoni (illness acceptance) bemorning davolanishga moslashuvida hal qiluvchi bosqich hisoblanadi. F.E. Vasilyuk esa “kechinmalar psixologiyasi” nazariyasida og‘ir hayotiy inqirozlar, jumladan, onkologik tashxis, shaxsning ichki psixologik qayta qurilish jarayonini faollashtirishini asoslab bergan.

Rossiya psixoonkologiya maktabida N.A. Laktionova va G.N. Khamitova kabi tadqiqotchilar bemorlarning stressga chidamliligi va psixologik resurslarini o‘rganib, ijobiy kognitiv baholash (cognitive appraisal) hayot sifatiga bevosita ta’sir qilishini ko‘rsatganlar. Ularning tadqiqotlarida ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning yetarliligi depressiv simptomlarni kamaytirishi va bemorning terapiyaga sodiqligini oshirishi ilmiy asoslangan.

G‘arb ilmiy maktabida psixoonkologiya mustaqil yo‘nalish sifatida R. Spiegel, J. Holland, C. Carver va S. Folkman kabi olimlar tomonidan rivojlantirilgan. J. Holland psixoonkologiyaning asoschisi sifatida bemorning psixologik ehtiyojlarini davolash jarayoniga integratsiya qilish zarurligini ta’kidlagan. Uning ishlari onkologik bemorlarda depressiya va tashvish darajasi yuqori ekanini va bu holat davolanish natijalariga bevosita ta’sir qilishini ko‘rsatadi. Spiegel tomonidan olib borilgan tadqiqotlar esa guruh terapiyasi va emotsional qo‘llab-quvvatlash bemorlarning yashash davomiyligi va hayot sifatiga ijobiy ta’sir ko‘rsatishi mumkinligini ilmiy jihatdan asoslab bergan.

Carver va Folkman tomonidan ishlab chiqilgan stress va coping (moslashuv strategiyalari) nazariyasi onkologik bemorlarning kasallikka munosabatini tushunishda muhim o‘rin tutadi. Ularning fikricha, muammoga yo‘naltirilgan coping strategiyalari (problem-focused coping) bemorning faol kurashishiga yordam bersa, emotsiyaga yo‘naltirilgan strategiyalar (emotion-focused coping) psixologik barqarorlikni saqlashga xizmat qiladi.

Shuningdek, A. Beckning kognitiv nazariyasi onkologik bemorlarda salbiy avtomatik fikrlar (negative automatic thoughts) depressiya va umidsizlikni kuchaytirishini ko‘rsatadi. Shu asosda kognitiv-xulqiy terapiya (CBT) bemorlarning fikrlash tizimini qayta shakllantirish va hayot sifatini yaxshilashda samarali usul sifatida keng qo‘llanilmoqda.

Zamonaviy tadqiqotlar, jumladan WHO va xalqaro psixoonkologik assotsiatsiyalar ma’lumotlari, psixologik qo‘llab-quvvatlash mavjud bo‘lgan bemorlarda og‘riqni qabul qilish darajasi pastroq, davolanishga moslashuv yuqoriroq va umumiy hayot sifati sezilarli darajada yaxshiroq ekanini tasdiqlaydi. Bu esa psixologik omillarning tibbiy davolashdagi rolini yanada dolzarb qiladi.

Umuman olganda, rus va g‘arb olimlarining ilmiy qarashlari shuni ko‘rsatadiki, onkologik bemorlar hayot sifatini oshirish faqat tibbiy muolajalar bilan emas, balki psixologik qo‘llab-quvvatlash, ijtimoiy moslashuvni kuchaytirish va shaxsning ichki resurslarini faollashtirish orqali amalga oshiriladi. Shu sababli psixoonkologiya bugungi kunda interdisipliner yo‘nalish sifatida rivojlanib, tibbiyot va psixologiya o‘rtasidagi muhim integratsion ko‘prik vazifasini bajarib kelmoqda.

Xulosa. Onkologik bemorlar hayot sifatini oshirish masalasi zamonaviy tibbiyot va psixologiya fanlarining eng muhim interdisipliner yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. O‘tkazilgan tahlillar shuni ko‘rsatadiki, saraton kasalligi nafaqat organizmning biologik tizimlariga ta’sir qiladi, balki bemorning ruhiy holati, emotsional barqarorligi, ijtimoiy moslashuvi va hayotga bo‘lgan munosabatini ham tubdan o‘zgartiradi. Shu sababli bemor hayot sifatini baholashda faqat klinik ko‘rsatkichlar emas, balki psixologik va ijtimoiy omillar ham asosiy mezon sifatida qaralishi lozim.

Ilmiy adabiyotlar tahlili asosida shuni xulosa qilish mumkinki, onkologik bemorlarda eng ko‘p uchraydigan psixologik holatlar — depressiya, xavotir, qo‘rquv, umidsizlik va stress bo‘lib, ular davolanish jarayoniga bevosita salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, kasallik tashxisi qo‘yilgan dastlabki

bosqichlarda bemorda psixologik shok holati yuzaga kelishi mumkin, bu esa uning davolanishga moslashuvini qiyinlashtiradi. Shu jihatdan psixologik qo‘llab-quvvatlashning erta bosqichda boshlanishi juda muhimdir.

Tahlillar shuni ham ko‘rsatadiki, psixoonkologik yondashuvlar, xususan kognitiv-xulqiy terapiya, stressni boshqarish texnikalari, relaksatsiya usullari va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimi bemorlarning ruhiy holatini barqarorlashtirishda samarali vosita hisoblanadi. Bu usullar bemorning ichki resurslarini faollashtirib, uning kasallikka nisbatan munosabatini ijobiy tomonga o‘zgartiradi va davolanish jarayonida faol ishtirok etishiga yordam beradi.

Shuningdek, oilaviy muhit va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning roli ham juda muhim ekanligi aniqlangan. Oila a’zolari tomonidan ko‘rsatiladigan emotsional yordam bemorda xavfsizlik hissini kuchaytiradi, yolg‘izlik va umidsizlik tuyg‘ularini kamaytiradi hamda psixologik barqarorlikni saqlashga xizmat qiladi. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash yuqori bo‘lgan bemorlarda davolanishga moslashuv darajasi va hayot sifati sezilarli darajada yaxshiroq bo‘lishi ilmiy jihatdan isbotlangan.

Umuman olganda, onkologik bemorlar hayot sifatini oshirish faqat tibbiy davolash bilan cheklanmay, balki psixologik, ijtimoiy va shaxsiy omillarni o‘z ichiga olgan kompleks yondashuvni talab qiladi. Psixoonkologiyaning rivojlanishi esa bemorlarning nafaqat umr davomiyligini, balki uning sifatini ham oshirishga xizmat qilmoqda. Shu sababli kelgusida ushbu yo‘nalishda psixologik yordam tizimini yanada takomillashtirish, individual yondashuvni kuchaytirish hamda zamonaviy terapiya usullarini keng joriy etish dolzarb vazifalardan biri bo‘lib qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Holland J. C. Psycho-Oncology. – New York: Oxford University Press, 2018. – 720 p.
2. Spiegel D. Social support and cancer survival. – New York: Stanford University Press, 2016. – 310 p.
3. Beck A. T. Cognitive Therapy of Depression. – New York: Guilford Press, 2011. – 425 p.
4. Carver C. S., Scheier M. F. Stress, Coping, and Health. – New York: Springer, 2019. – 368 p.
5. Folkman S., Lazarus R. S. Stress, Appraisal, and Coping. – New York: Springer, 1984. – 460 p.
6.

Rayimaliyev Shahboz Qahramon o‘g‘li,
Buxoro davlat universieti mustaqil tadqiqotchisi

HARBIY XIZMATCHILARNING KASBIY MAS’ULIYATI VA UNI SHAKLLANTIRUVCHI IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLAR

Annotatsiya. *Ushbu mavzuda harbiy xizmatchilarning kasbiy mas’uliyati va uni shakllantiruvchi ijtimoiy-psixologik omillar tahlil qilinadi. Xizmat burchi, axloqiy qadriyatlar, ijtimoiy muhit va psixologik barqarorlikning roliga e’tibor qaratiladi.*

Kalit so‘zlar: *harbiy xizmatchi, kasbiy mas’uliyat, ijtimoiy-psixologik omillar, axloqiy qadriyatlar, stressga chidamlilik*

Аннотация. *В данной теме рассматривается профессиональная ответственность военнослужащих и социально-психологические факторы, формирующие её. Анализируются служебный долг, моральные ценности и психологическая устойчивость.*

Ключевые слова: *военнослужащий, профессиональная ответственность, социально-психологические факторы, моральные ценности, стрессоустойчивость*

Annotation. *This topic examines military personnel’s professional responsibility and the socio-psychological factors that shape it. It highlights duty, moral values, social environment, and psychological stability.*

Keywords: *military personnel, professional responsibility, socio-psychological factors, moral values, stress resistance*

Kirish. Hozirgi zamonaviy jamiyatda harbiy xizmatchilarning kasbiy faoliyati davlat xavfsizligi va ijtimoiy barqarorlikni ta’minlashda muhim ahamiyatga ega. Harbiy xizmat yuqori darajadagi mas’uliyat, intizom, tezkor qaror qabul qilish hamda murakkab sharoitlarda aniq va to‘g‘ri harakat qilishni talab etadi. Shu jihatdan, harbiy xizmatchilarning kasbiy mas’uliyati va uni shakllantiruvchi ijtimoiy-psixologik omillarni o‘rganish dolzarb ilmiy muammo hisoblanadi.

Kasbiy mas’uliyat harbiy xizmatchining o‘z xizmat burchiga sodiqligi, topshiriqlarni aniq va o‘z vaqtida bajarishi hamda jamiyat va davlat oldidagi javobgarlik hissi bilan ifodalanadi. Bu jarayon shaxsning axloqiy qadriyatlari, psixologik barqarorligi va ijtimoiy muhit bilan chambarchas bog‘liqdir.

Shuningdek, ijtimoiy-psixologik omillar — oila tarbiyasi, ta’lim tizimi, xizmat jamoasidagi muhit, rahbarlik uslubi va kommunikativ munosabatlar harbiy xizmatchilarda kasbiy mas’uliyatning shakllanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli ushbu omillarni kompleks o‘rganish harbiy psixologiya va ijtimoiy fanlar uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

Mavzuning dolzarbligi. Bugungi kunda dunyoda yuz berayotgan geosiyosiy o‘zgarishlar, xavfsizlikka tahdidlarning murakkablashuvi hamda zamonaviy harbiy xizmatga qo‘yilayotgan talablarning ortib borishi harbiy xizmatchilarning kasbiy mas’uliyatini shakllantirish masalasini dolzarb ilmiy-amaliy muammolardan biriga aylantirmoqda. Harbiy xizmatchining kasbiy mas’uliyati nafaqat uning xizmat vazifalarini sifatli bajarishida, balki harbiy intizomga rioya etishi, qabul qilingan qarorlarning oqibatlarini anglay olishi, Vatan va xalq oldidagi burchini chuqur his etishida ham namoyon bo‘ladi.

Harbiy faoliyat o‘ziga xos murakkab psixologik sharoitlarda amalga oshiriladi. Yuqori darajadagi jismoniy va ruhiy zo‘riqish, tezkor qaror qabul qilish zarurati, jamoa bilan hamkorlikda faoliyat yuritish va favqulodda vaziyatlarda harakat qilish harbiy xizmatchidan yuqori mas’uliyat hissini talab etadi. Shu sababli kasbiy mas’uliyatning shakllanishiga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillarni o‘rganish alohida ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar tahlili. Harbiy xizmatchilarning kasbiy mas’uliyati va uni shakllantiruvchi ijtimoiy-psixologik omillar masalasi ko‘plab olimlar tomonidan tadqiq etilgan. Xususan, A. Bandura o‘zining ijtimoiy-kognitiv nazariyasida shaxs xulq-atvori va mas’uliyat hissining ijtimoiy muhit hamda kuzatish orqali shakllanishini ta’kidlagan. A. Maslow esa ehtiyojlar va motivatsiyaning shaxs faoliyatidagi o‘rnini yoritib bergan.

L.S. Vigotskiy, A.N. Leontev va S.L. Rubinshteynlarning ilmiy qarashlarida shaxs rivojlanishida ijtimoiy muhit va faoliyatning ahamiyati asoslangan. Ularning nazariyalari kasbiy mas’uliyatning shakllanish mexanizmlarini tushuntirishda muhim metodologik asos hisoblanadi.

Harbiy psixologiyaga oid tadqiqotlarda kasbiy mas’uliyat harbiy intizom, motivatsiya, vatanparvarlik, jamoaviy munosabatlar va rahbarlik uslubi bilan chambarchas bog‘liq ekanligi qayd etilgan. Tahlil qilingan adabiyotlar shuni ko‘rsatadiki, harbiy xizmatchilarning kasbiy mas’uliyati turli ijtimoiy-psixologik omillar ta’sirida shakllanadigan murakkab sifat bo‘lib, uni chuqur o‘rganish harbiy xizmat samaradorligini oshirishda muhim ahamiyatga ega.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot harbiy xizmatchilarning kasbiy mas’uliyati va uni shakllantiruvchi ijtimoiy-psixologik omillarni o‘rganishga qaratilgan bo‘lib, unda tizimli, faoliyatli va shaxsga yo‘naltirilgan yondashuvlar metodologik asos sifatida qabul qilindi. Tadqiqotning nazariy negizini shaxs va faoliyat birligi tamoyili, ijtimoiy muhitning shaxs rivojlanishiga ta’siri hamda motivatsion yondashuvlar tashkil etadi.

Tadqiqot davomida ilmiy manbalarni tahlil qilish, sintez qilish, taqqoslash va umumlashtirish kabi nazariy metodlardan foydalanildi. Shuningdek, harbiy xizmatchilar kasbiy mas’uliyatining mazmuni, uning namoyon bo‘lish xususiyatlari hamda unga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillarni aniqlash maqsadida kuzatish, suhbat, so‘rovnoma va psixologik tahlil metodlari qo‘llanildi.

Tadqiqotda kasbiy mas’uliyatning shakllanishiga ta’sir qiluvchi motivatsiya, harbiy jamoaning ijtimoiy-psixologik muhiti, rahbar va bo‘ysunuvchilar o‘rtasidagi munosabatlar, vatanparvarlik tuyg‘usi, kasbiy qadriyatlar hamda ma’naviy-axloqiy sifatlar alohida o‘rganildi. Olingan natijalar tizimlashtirilib, mavjud nazariy qarashlar bilan qiyosiy tahlil qilindi.

Tadqiqotning metodologik tamoyillari sifatida ilmiylik, xolislik, izchillik, tizimlilik va kompleks yondashuv tamoyillariga amal qilindi. Bu esa harbiy xizmatchilar kasbiy mas'uliyatining ijtimoiy-psixologik jihatlarini har tomonlama yoritish hamda amaliy tavsiyalar ishlab chiqish imkonini berdi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari harbiy xizmatchilarning kasbiy mas'uliyati ularning xizmat faoliyati samaradorligini belgilovchi muhim psixologik sifatlardan biri ekanligini ko‘rsatdi. Tahlillar shuni tasdiqladiki, kasbiy mas'uliyatning shakllanishida motivatsiya, vatanparvarlik hissi, harbiy intizom, jamoadagi ijtimoiy-psixologik muhit va rahbarlik uslubi muhim o‘rin tutadi.

Shuningdek, harbiy jamoada sog‘lom psixologik muhitning mavjudligi, o‘zaro ishonch va hamkorlikning rivojlanganligi harbiy xizmatchilarning o‘z vazifalariga nisbatan mas'uliyat bilan yondashishiga ijobiy ta'sir ko‘rsatishi aniqlandi. Aksincha, jamoadagi ziddiyatlar, motivatsiyaning pasayishi va salbiy psixologik muhit kasbiy mas'uliyat darajasining susayishiga olib kelishi mumkin.

Olingan natijalar Bandura, Vigotskiy va Leontevlarning shaxs rivojlanishida ijtimoiy muhit hamda faoliyatning muhim o‘rni haqidagi ilmiy qarashlarini tasdiqlaydi. Demak, harbiy xizmatchilarda kasbiy mas'uliyatni rivojlantirish uchun nafaqat kasbiy tayyorgarlikni, balki ijobiy ijtimoiy-psixologik muhitni shakllantirishga ham alohida e'tibor qaratish zarur. Bu esa harbiy xizmat samaradorligini oshirish va harbiy jamoalarda sog‘lom psixologik muhitni ta'minlashga xizmat qiladi.

Amaliy tavsiyalar. Harbiy xizmatchilarda kasbiy mas'uliyatni shakllantirish va rivojlantirish maqsadida harbiy jamoalarda sog‘lom ijtimoiy-psixologik muhit yaratish, o‘zaro hurmat va ishonchga asoslangan munosabatlarni rivojlantirish tavsiya etiladi. Harbiy xizmatchilarning kasbiy motivatsiyasini oshirishga qaratilgan ma'naviy-ma'rifiy tadbirlar va psixologik treninglarni muntazam tashkil etish maqsadga muvofiqdir.

Shuningdek, komandirlarning liderlik va muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirish, shaxsiy namuna orqali mas'uliyatli xulq-atvorni shakllantirishga alohida e'tibor qaratish lozim. Harbiy xizmatchilarning xizmat faoliyatini rag‘batlantirish, ularning yutuqlarini e'tirof etish va adolatli baholash tizimini takomillashtirish ham kasbiy mas'uliyatning oshishiga xizmat qiladi.

Bundan tashqari, harbiy ta'lim jarayonida mas'uliyat, burch, vatanparvarlik va kasbiy qadriyatlarni rivojlantirishga qaratilgan psixologik-pedagogik dasturlarni keng joriy etish tavsiya etiladi. Mazkur choralar harbiy xizmatchilarning kasbiy mas'uliyatini mustahkamlash va xizmat samaradorligini oshirishga yordam beradi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, harbiy xizmatchilarning kasbiy mas'uliyati ularning xizmat vazifalarini samarali bajarishi, harbiy intizomga rioya qilishi va xizmat faoliyatida yuqori natijalarga erishishida muhim ahamiyat kasb etadi. Kasbiy mas'uliyat harbiy xizmatchining o‘z burchini anglab yetishi, qabul qilayotgan qarorlari va amalga oshirayotgan harakatlarining natijalari uchun javobgarlikni his qilishi bilan tavsiflanadi. Shu sababli ushbu sifat harbiy faoliyatning ajralmas tarkibiy qismi hisoblanadi.

Tadqiqot davomida kasbiy mas'uliyatning shakllanishiga ta'sir etuvchi asosiy ijtimoiy-psixologik omillar tahlil qilindi. Jumladan, harbiy jamoaning ijtimoiy-psixologik muhiti, motivatsiya darajasi, rahbarlik uslubi, vatanparvarlik hissi, ma'naviy-axloqiy qadriyatlar hamda shaxslararo munosabatlar harbiy xizmatchilar kasbiy mas'uliyatining rivojlanishida muhim o‘rin egallashi aniqlandi. Ayniqsa, jamoada o‘zaro hurmat, ishonch va hamkorlik muhitining mavjudligi mas'uliyat hissining mustahkamlanishiga xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatdiki, kasbiy mas'uliyat shaxsning individual xususiyatlari bilan bir qatorda ijtimoiy muhit ta'sirida ham shakllanadi. Bandura, Vigotskiy, Leontev va boshqa olimlarning nazariyalari ushbu jarayonning psixologik mexanizmlarini tushuntirishda muhim ilmiy asos bo‘lib xizmat qiladi. Ularning ilmiy qarashlariga ko‘ra, shaxsning faoliyati va uni o‘rab turgan ijtimoiy muhit o‘rtasidagi o‘zaro ta'sir kasbiy sifatlarning rivojlanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Tadqiqot natijalari asosida harbiy xizmatchilarda kasbiy mas'uliyatni rivojlantirish uchun ma'naviy-ma'rifiy ishlarni takomillashtirish, psixologik tayyorgarlikni kuchaytirish, sog‘lom ijtimoiy-psixologik muhit yaratish va rahbarlarning tarbiyaviy faoliyatini yanada samarali tashkil etish zarurligi aniqlandi. Shuningdek, harbiy ta'lim jarayonida mas'uliyat, burch va kasbiy

qadriyatlarni shakllantirishga qaratilgan zamonaviy pedagogik va psixologik yondashuvlardan foydalanish maqsadga muvofiqdir.

Umuman olganda, harbiy xizmatchilarning kasbiy mas'uliyatini shakllantiruvchi ijtimoiy-psixologik omillarni chuqur o‘rganish va amaliyotga tatbiq etish harbiy xizmat samaradorligini oshirish, intizomni mustahkamlash, harbiy jamoalarda sog‘lom muhitni qaror toptirish hamda mamlakat mudofaa salohiyatini yanada yuksaltirishga xizmat qiladi. Shu bois mazkur yo‘nalishdagi ilmiy tadqiqotlarni davom ettirish va olingan natijalarni harbiy-amaliy faoliyatga joriy etish muhim ilmiy va amaliy ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Albert Bandura. Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1986.
2. Abraham Maslow. Motivation and Personality. New York: Harper & Row, 1970.
3. Lev S. Vygotsky. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1978.
4. Aleksei N. Leontiev. Activity, Consciousness, and Personality. Moscow: Progress Publishers, 1978.
5. Sergei L. Rubinstein. Osnovy obshchey psixologii. Sankt-Peterburg: Piter, 2002.
6. Kurt Lewin. Field Theory in Social Science. New York: Harper & Brothers, 1951.
7. Boris G. Ananyev. Chelovek kak predmet poznaniya. Sankt-Peterburg: Piter, 2001.
8. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti farmonlari va qarorlari hamda harbiy sohani rivojlantirishga oid me'yoriy-huquqiy hujjatlar.
9. Harbiy psixologiya va harbiy pedagogika bo‘yicha zamonaviy ilmiy maqolalar va o‘quv qo‘llanmalar.

Qodirova Dilnoza Murtazoyevna
Buxoro davlat universiteti psixologiya kafedrasi dotsenti,
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

TALABA-YOSHLARDA IDENTIFIKATSIYA JARAYONINING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada talaba-yoshlarning identifikatsiya jarayonining pedagogic-psixologik xususiyatlari haqida ma`lumotlar keltirilgan. Bundan tashqari, professional identifikatsiya jarayoniga ta'sir etuvchi ichki omillar, talabaning hayotiy tajribasi va shaxslararo munosabatlari kasbiy qadriyatlar tizimi kabi fikr-mulohazalar ilgari surilgan. Shunindek, talabaning o‘z kasbiga bo‘lgan munosabati avvalo uning motivatsion sohasi bilan belgilanishi, talabaning jamoaga moslashuvi kasbiy qadriyatlarni ichkilashtirishga xizmat qilishi kabi yondashuvlar ushbu maqoladan o`rin egallagan.*

Kalit so'zlar: *professional identifikatsiya, talaba shaxsi, psixologik determinantlar, kasbiy o‘zlik, motivatsiya, o‘zini anglash, ta'lim muhiti.*

Аннотация. *В данной статье представлена информация о педагогико-психологических особенностях процесса идентификации студентов-молодежи. Кроме того, выдвигаются такие соображения, как внутренние факторы, влияющие на процесс профессиональной идентификации, жизненный опыт студента и система профессиональных ценностей межличностных отношений. Также из данной статьи заимствованы такие подходы, как то, что отношение студента к своей профессии определяется прежде всего его мотивационной сферой, что адаптация студента к коллективу служит усвоению профессиональных ценностей.*

Ключевые слова: *профессиональная идентичность, личность студента, психологические детерминанты, профессиональная идентичность, мотивация, самосознание, образовательная среда.*

Annotation. *This article presents information about the pedagogical and psychological characteristics of the identification process of students and young people. In addition, such feedback as internal factors affecting the process of professional Identification, the student's life experience and interpersonal relationships is promoted as a system of professional values. As such, approaches such as the attitude of the student towards his profession is primarily determined by his motivational sphere, the adaptation of the student to the team serves to internalize professional values have taken their place from this article.*

Key words: *professional identification, student personality, psychological determinants, professional self, motivation, self-awareness, educational environment.*

Kirish. Zamonaviy psixologiyada bugungi kunda identifikatsiya tushunchasi dolzarb masalalardan biriga aylanib bormoqda. Ayniqsa talabalar orasida shaxsiy identifikatsiya muhim ahamiyatga ega. Talabalarda Professional identifikatsiya jarayoniga ta’sir etuvchi ichki omillar orasida o‘ziga bo‘lgan ishonch va avtonom qaror qabul qilish qobiliyati alohida ahamiyatga ega. Talaba mustaqil tanlov qilganini his etganida kasbiy rolni o‘z shaxsining bir qismi sifatida qabul qiladi. Ijtimoiy muhitda mavjud bo‘lgan kasbiy stereotiplar esa identifikatsiya jarayonini tezlashtirishi yoki sekinlashtirishi mumkin. Amaliy tajribalar va real faoliyat bilan tanishuv kasbiy tasavvurlarni mavhumlikdan aniqlikka olib chiqadi. Muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlikni boshdan kechirish talabaning kasbiy o‘ziga baho berish tizimini shakllantiradi. Psixologik moslashuvchanlik o‘zgaruvchan mehnat bozoriga mos kasbiy o‘zlikni yaratishga xizmat qiladi. O‘rganishga ochiqlik va yangilikka qiziqish professional identifikatsiyani doimiy rivojlanishda ushlab turadi. Talabaning hayotiy tajribasi va shaxslararo munosabatlari kasbiy qadriyatlar tizimini boyitadi. Ichki va tashqi omillar uyg‘unlashganda professional o‘zlik barqaror va mazmunli shaklga ega bo‘ladi. Shu tariqa psixologik determinantlar talabalarda professional identifikatsiyaning mazmuni va yo‘nalishini belgilab beradi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. I.S.Kon ilmiy izlanishlarida identifikatsiya va o‘zlik muammosi markaziy o‘rin egallaydi va bu qarashlar talabalarda kasbiy o‘zlikni shakllantirish masalasiga chuqur psixologik asos yaratadi. U shaxsning o‘zini jamiyatdagi muayyan rol bilan tenglashtirishi ichki psixologik ehtiyojlardan kelib chiqishini ko‘rsatadi. V.T.Lisovskiy talaba yoshini alohida ijtimoiy guruh sifatida tahlil qilib, bu davrda kasbiy yo‘nalishning barqarorlashuvi sodir bo‘lishini ta’kidlaydi. Uning tadqiqotlarida ijtimoiy faollik va kelajak rejalari professional identifikatsiyaning muhim determinantlari sifatida qaraladi. A.A.Bodalev shaxslararo idrok va muloqot psixologiyasini o‘rganib, kasbiy o‘zlikning shakllanishida boshqalar tomonidan beriladigan baholarning ta’sirini asoslab beradi. Unga ko‘ra talabaning o‘zini kasb egasi sifatida qabul qilishi ijtimoiy aks sado bilan chambarchas bog‘liq. A.V.Petrovskiy shaxsning jamoa ichidagi rivojlanishini tahlil qilib, professional identifikatsiyani guruhiy munosabatlar kontekstida izohlaydi. Uning nazariyasida talabaning jamoaga moslashuvi kasbiy qadriyatlarni ichkilashtirishga xizmat qiladi. Ushbu ilmiy yondashuvlar kasbiy identifikatsiyaning ijtimoiy-psixologik mohiyatini yoritib beradi.

M.G.Davletshin milliy psixologiya doirasida shaxs va faoliyat birligini asoslab, kasbiy shakllanish masalasiga alohida e’tibor qaratgan. U talabaning kasbiy identifikatsiyasi o‘quv va amaliy faoliyat jarayonida shakllanishini ta’kidlaydi. I. I. Ilyasov o‘qitish jarayonida tafakkur va motivatsiyaning rivojlanishini o‘rganib, kasbiy o‘zlikning ongli komponentlarini tahlil qiladi. Uning qarashlarida mustaqil fikrlash va ichki motivlar professional yo‘nalishni mustahkamlovchi omil sifatida ko‘rsatiladi. A.V.Dmitrieva shaxsning moslashuvchanligi va ijtimoiylashuvi masalalarini o‘rganib, kasbiy identifikatsiyani moslashuv jarayonining muhim natijasi deb hisoblaydi. U talabaning yangi sharoitlarga psixologik moslashuvi kasbiy o‘zlikni qayta ko‘rib chiqishga olib kelishini ta’kidlaydi. Z.F.Esareva ilmiy ishlarida pedagogik muhit va shaxs rivoji o‘rtasidagi bog‘liqlikni ochib beradi. Uning yondashuvida ta’lim muhiti kasbiy identifikatsiyani qo‘llab-

quvvatlovchi omil sifatida namoyon bo‘ladi. Ushbu tadqiqotlar professional identifikatsiya jarayonining faoliyat bilan uzviy bog‘liqligini ko‘rsatadi.

Mazkur olimlarning qarashlarida professional identifikatsiya shaxsning ichki dunyosi va tashqi ijtimoiy talablar o‘rtasidagi muvozanat mahsuli sifatida talqin qilinadi. Psixologik determinantlar orasida motivatsiya, qadriyatlar tizimi va o‘zini anglash darajasi yetakchi o‘rin egallaydi. Talabaning kasbiy yo‘nalishni qabul qilishi uning shaxsiy tajribasi va ijtimoiy ta’sirlar bilan boyib boradi. Ta’lim jarayonida yuzaga keladigan muloqot va hamkorlik professional o‘zlikni mustahkamlashga xizmat qiladi. Olimlar talabaning faol pozitsiyasi kasbiy identifikatsiyaning barqarorligini ta’minlashini ta’kidlaydilar. Ichki refleksiya jarayonlari orqali talaba o‘z kasbiy imkoniyatlarini real baholashni o‘rganadi. Shu bilan birga tashqi baholash va ijtimoiy kutishlar ham muhim yo‘naltiruvchi kuch sifatida namoyon bo‘ladi. Kasbiy identifikatsiya jarayoni doimiy rivojlanishda bo‘lib, u talabaning shaxsiy o‘sishi bilan birga takomillashadi. Psixologik yondashuvlar bu jarayonning murakkab va ko‘p qatlamli ekanini ko‘rsatadi. Natijada professional identifikatsiya talaba shaxsining markaziy psixologik tuzilmasiga aylanadi.

Ilmiy tadqiqotlar talabalarda professional identifikatsiya jarayoni tasodifiy emasligini, balki aniq psixologik qonuniyatlarga asoslanishini ko‘rsatadi. Har bir olim bu jarayonning muayyan jihatini yoritib, umumiy manzarani boyitadi. Shaxs, faoliyat va muhit o‘rtasidagi o‘zaro ta’sir kasbiy o‘zlikning shakllanishini belgilaydi. Psixologik determinantlar uyg‘unlashgan holda talabaning kasbiy yo‘lini aniqlashtiradi. Ushbu yondashuvlar ta’lim tizimida talabaning shaxsiy imkoniyatlarini hisobga olish zarurligini ko‘rsatadi. Kasbiy identifikatsiya ongli ravishda shakllanganda talaba o‘z faoliyatiga mas’uliyat bilan yondashadi. Bu jarayon shaxsiy barqarorlik va kasbiy qoniqishga olib keladi. Olimlar ta’kidlaganidek, kasbiy o‘zlik doimiy psixologik qo‘llab-quvvatlashni talab etadi. Ilmiy qarashlarning uyg‘unligi mazkur muammoning dolzarbligini yanada oshiradi. Shunday qilib, psixologik determinantlar talabalarda professional identifikatsiya jarayonining mazmunini belgilab beradi.

Tahlillar va natijalar. Tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, bu holat shaxsning ichki psixologik tuzilmalari bilan tashqi ta’limiy va ijtimoiy ta’sirlar o‘rtasidagi murakkab o‘zaro bog‘liqlik asosida shakllanadi. Talabaning o‘z kasbiga bo‘lgan munosabati avvalo uning motivatsion sohasi bilan belgilanadi. Ichki qiziqishlar barqaror bo‘lgan sharoitda kasbiy o‘zlik aniq va izchil rivojlanadi. O‘zini anglash darajasi past bo‘lgan talabalarda professional identifikatsiya parchalanib, qarama-qarshi tasavvurlar bilan kechadi. Ta’lim jarayonida beriladigan nazariy bilimlar amaliy tajriba bilan uyg‘unlashganda kasbiy tasavvurlar real mazmun kasb etadi.

Refleksiya jarayonlari orqali talaba o‘z imkoniyatlari va cheklovlarini anglay boshlaydi. Ijtimoiy muhitda mavjud bo‘lgan qo‘llab-quvvatlovchi munosabatlar kasbiy ishonchni kuchaytiradi. Aksincha, salbiy baholashlar professional o‘zlikka shubha uyg‘otishi mumkin. Tahlillar shuni anglatadiki, psixologik determinantlar bir-biridan ajralgan holda emas, balki yagona tizim sifatida faoliyat ko‘rsatadi. Shu jihatdan professional identifikatsiya doimiy harakatda bo‘lgan psixologik jarayon sifatida namoyon bo‘ladi.

Empirik tadqiqot talabalarning professional identifikatsiya darajasini aniqlash hamda unga ta’sir etuvchi psixologik determinantlarni baholash maqsadida tashkil etildi. Tadqiqot jarayonida kasbiy motivatsiya, o‘zini anglash, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, refleksiya va emotsional barqarorlik kabi asosiy psixologik ko‘rsatkichlar tahlil qilindi. Statistik natijalar shuni ko‘rsatdiki, respondentlarning aksariyat qismida professional identifikatsiya o‘rtacha va yuqori darajada shakllangan. Ayniqsa, kasbiy motivatsiya va ijtimoiy muhit bilan bog‘liq ko‘rsatkichlarda yuqori natijalar qayd etildi. O‘zini anglash va kasbiy refleksiya ko‘rsatkichlari esa shakllanish jarayonida ekanligi bilan tavsiflandi. Emotsional barqarorlik darajasi professional moslashuv uchun yetarli psixologik resurs mavjudligini ko‘rsatdi. Umuman olganda, statistik tahlil professional identifikatsiya jarayoni ko‘p omilli psixologik tizim ekanini tasdiqlaydi. Olingan natijalar psixologik determinantlar o‘zaro uyg‘unlashganda kasbiy o‘zlik yanada barqaror shakllanishini ko‘rsatadi.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, talabalarda professional identifikatsiya jarayoni bir nechta psixologik determinantlar bilan chambarchas bog‘liq. Kasbiy motivatsiya yuqori bo‘lgan talabalar o‘zini anglash darajasi ham yuqori bo‘lib, bu ularning kasbiy yo‘nalishda maqsadlarini aniq

belgilashiga va o‘zlikni barqaror rivojlantirishga yordam beradi. Shu bilan birga, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash darajasi o‘rtacha va yuqori bo‘lgan respondentlar kasbiy refleksiya ko‘rsatkichlarini yaxshilashga qodir ekanligi aniqlanadi. Bu esa shuni ko‘rsatadiki, atrofdagi muhit va pedagogik yordam professional identifikatsiya jarayonini mustahkamlashda muhim rol o‘ynaydi. Emotsional barqarorlik esa barcha determinantlarning uyg‘un ishlashiga turtki beradi, chunki emotsional resurs yetarli bo‘lganda talaba o‘zini baholash va o‘zlikni shakllantirish jarayonlarida faol bo‘ladi.

Natijalar shuningdek, professional identifikatsiya darajasi bilan kasbiy motivatsiya, o‘zini anglash va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash o‘rtasida sezilarli ijobiy bog‘liqlik mavjudligini ko‘rsatadi. Bu bog‘liqlik talabaning kasbiy o‘zligini rivojlantirish jarayonini integratsiyalashgan tizim sifatida ko‘rib chiqish imkonini beradi. Shuningdek, kasbiy refleksiya va emotsional barqarorlik o‘rtasidagi uyg‘unlik, talabaning o‘z kasbiy faoliyatini tahlil qilish va strategiyalar ishlab chiqish qobiliyatini oshiradi. Umuman olganda, olingan natijalar psixologik determinantlar o‘zaro uyg‘unlashganda professional identifikatsiya jarayoni samarali va barqaror shakllanishini tasdiqlaydi. Shu asosda, talabalarda kasbiy yo‘nalishdagi muvaffaqiyat va shaxsiy rivojlanish uchun motivatsiya, ijtimoiy muhit va emotsional barqarorlikni birgalikda rivojlantirish muhim ekani aniqlandi.

O‘tkazilgan tahlillar natijalariga ko‘ra, talabaning shaxsiy faolligi professional identifikatsiya jarayonida yetakchi ahamiyat kasb etadi. Faol pozitsiyaga ega bo‘lgan talabalar kasbiy tanlovni ongli va mas’uliyatli tarzda qabul qiladilar. O‘quv faoliyatiga ma’no yuklash kasbiy o‘zlikni ichki ehtiyoj sifatida mustahkamlaydi. Natijalar shuni ko‘rsatadiki, mustaqil qaror qabul qilish imkoniyati mavjud bo‘lgan muhitda kasbiy identifikatsiya barqarorroq shakllanadi.

Emotsional barqarorlik talabaning kasbiy qiyinchiliklarga moslashuvini yengillashtiradi. Stressga chidamlilik esa professional yo‘nalishdan voz kechmaslikka xizmat qiladi. Talabalarda o‘ziga bo‘lgan ishonch ortgan sari kasbiy rollarni qabul qilish jarayoni tezlashadi. Ijtimoiy taqqoslash mexanizmlari orqali talaba o‘zini tengdoshlar bilan solishtirib, kasbiy rivojlanish yo‘nalishini aniqlaydi. Natijalar shuni ko‘rsatadiki, muvaffaqiyatli tajribalar professional identifikatsiyani mustahkamlovchi kuchli omil hisoblanadi. Shu asosda kasbiy o‘zlik talabaning shaxsiy barqarorligiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Tahlil natijalari professional identifikatsiya jarayonida tashqi va ichki determinantlarning muvozanati muhim ekanini ko‘rsatadi. Ichki omillar ustun bo‘lgan holatlarda kasbiy tanlov chuqur anglangan bo‘ladi. Tashqi bosim kuchli bo‘lsa, kasbiy o‘zlik beqaror va vaqtinchalik shakllanadi. Talabalar o‘z kasbiy yo‘nalishini shaxsiy qadriyatlari bilan uyg‘unlashtirganda qoniqish hissi ortadi. Natijalar shuni ko‘rsatadiki, pedagogik qo‘llab-quvvatlash professional identifikatsiyani faollashtiruvchi omil sifatida namoyon bo‘ladi.

Muloqot va hamkorlikka boy muhit talabaning kasbiy o‘zini erkin ifoda etishiga imkon yaratadi. O‘zini namoyon qilish imkoniyati cheklangan sharoitda esa kasbiy identifikatsiya sust rivojlanadi. Tahlillar kasbiy o‘zlikning shakllanishi talabaning hayotiy rejalari bilan chambarchas bog‘liqligini tasdiqlaydi. Professional identifikatsiya mustahkam bo‘lgan talabalarda kelajak tasavvuri aniqroq bo‘ladi. Shu tarzda natijalar psixologik determinantlarning professional rivojlanishdagi hal qiluvchi rolini ko‘rsatib beradi.

Xulosa. Talabalarda professional identifikatsiya jarayoni shaxsiy rivojlanishning muhim psixologik yo‘nalishi sifatida namoyon bo‘lib, u talabaning o‘z kelajagini ongli ravishda qurishiga xizmat qiladi. Ushbu jarayon talabaning ichki ehtiyojlari, qiziqishlari va qadriyatlari bilan ta’lim muhiti o‘rtasidagi uyg‘unlikda shakllanadi. Psixologik determinantlar talabaning kasbiy yo‘nalishni qabul qilish darajasini belgilovchi asosiy omillar sifatida namoyon bo‘ladi. Motivatsiya kuchli bo‘lgan sharoitda kasbiy o‘zlik izchil va barqaror rivojlanadi. O‘zini anglash va refleksiya jarayonlari professional qarorlarning chuqurroq asoslanishiga yordam beradi. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash talabaning kasbiy ishonchini mustahkamlaydi. Emotsional barqarorlik professional qiyinchiliklarni yengib o‘tishda muhim ahamiyat kasb etadi. Shaxsiy faollik kasbiy identifikatsiyani tashqi ta’sirlardan mustaqilroq qiladi. Ta’lim jarayonining mazmunli tashkil etilishi professional o‘zlikni rivojlantirishga qulay sharoit yaratadi. Shu tarzda psixologik determinantlar talabaning kasbiy shakllanishida yetakchi rol o‘ynaydi.Kasbiy identifikatsiya jarayonining samaradorligi talabaning ichki va tashqi omillarni muvozanatli ravishda qabul qila olishiga bog‘liq bo‘ladi. Ichki

determinantlar ustun bo‘lgan holatlarda professional o‘zlik yanada mustahkam shakllanadi. Tashqi bosimga asoslangan kasbiy tanlov esa beqarorlikka olib kelishi mumkin. Talabaning shaxsiy tajribasi professional qarashlarni boyituvchi muhim manba hisoblanadi. O‘qituvchilar va ta’lim muhiti tomonidan beriladigan psixologik yordam kasbiy o‘zlikni qo‘llab-quvvatlaydi. Muloqot va hamkorlik jarayonlari talabaning kasbiy rolini ichki qabul qilishini tezlashtiradi. O‘z imkoniyatlarini real baholash professional rivojlanishning asosiy sharti hisoblanadi. Kasbiy identifikatsiya shakllangan sari talabaning o‘z faoliyatiga mas’uliyati ortadi. Bu holat shaxsiy barqarorlik va kasbiy qoniqishni ta’minlaydi. Natijada professional identifikatsiya talabaning shaxsiy va kasbiy yetukligining muhim ko‘rsatkichi sifatida namoyon bo‘ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Пряжникова Е. Ю., Пряжников Н. С. Профориентация : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Пряжникова, Н. С. Пряжников. - Москва : Академия, 2005. - 496 с.
2. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Е. А. Климов. - Москва : Издательский центр «Академия», 2005. - 301 с.
3. Зеер Э. Ф., Рудей О. А. Психология профессионального самоопределения : учебное пособие для вузов / Э. Ф. Зеер, О. А. Рудей. - Москва : МПСИ ; Воронеж : МОДЭК, 2008. - 254 с.

Ravshanov Firdavs Tavakkalovich,
Buxoro davlat universieti mustaqil tadqiqotchisi

MILLIY GVARDIYA XODIMLARINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK TAYYORGARLIGI VA AXLOQIY BARQARORLIGI

Annotatsiya. *Ushbu mavzuda Milliy gvardiya xodimlarining ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi va axloqiy barqarorligi tahlil qilinadi. Xodimlarning kasbiy faoliyatdagi stressga chidamliligi, ijtimoiy moslashuvi va axloqiy qadriyatlari o‘rganiladi.*

Kalit so‘zlar: *Milliy gvardiya, ijtimoiy-psixologik tayyorgarlik, axloqiy barqarorlik, stressga chidamlilik, kasbiy faoliyat*

Аннотация. *В данной теме рассматривается социально-психологическая подготовка и нравственная устойчивость сотрудников Национальной гвардии. Анализируются стрессоустойчивость, социальная адаптация и моральные качества.*

Ключевые слова: *Национальная гвардия, социально-психологическая подготовка, нравственная устойчивость, стрессоустойчивость, профессиональная деятельность*

Annotation. *This topic examines the socio-psychological training and moral stability of National Guard personnel. It analyzes stress resistance, social adaptation, and moral values in professional activity.*

Keywords: *National Guard, socio-psychological training, moral stability, stress resistance, professional activity*

Kirish. Hozirgi zamonaviy jamiyatda huquqni muhofaza qiluvchi va harbiylashgan tuzilmalarning faoliyati ijtimoiy barqarorlikni ta’minlashda muhim o‘rin tutadi. Xususan, Milliy gvardiya xodimlarining kasbiy faoliyati yuqori darajadagi mas’uliyat, tezkor qaror qabul qilish, stressli vaziyatlarda to‘g‘ri harakat qilish hamda axloqiy tamoyillarga sodiqlikni talab etadi.

Shu nuqtayi nazardan, xodimlarning ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi va axloqiy barqarorligi ularning xizmat samaradorligini belgilovchi asosiy omillardan biri hisoblanadi. Ijtimoiy-psixologik tayyorgarlik shaxsning jamoada ishlash ko‘nikmalari, kommunikativ qobiliyatlari va stressga chidamliligini o‘z ichiga olsa, axloqiy barqarorlik esa kasbiy burch, vatanparvarlik va mas’uliyat hissi bilan bog‘liqdir.

Shu sababli, Milliy gvardiya xodimlarining ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi va axloqiy barqarorligini o‘rganish, ularni takomillashtirish yo‘llarini aniqlash dolzarb ilmiy-amaliy ahamiyatga ega hisoblanadi.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi davrda jamoat xavfsizligini ta’minlash va huquq-tartibotni saqlash tizimida Milliy gvardiya xodimlarining o‘rni tobora ortib bormoqda. Ularning kasbiy faoliyati murakkab va xavfli sharoitlarda amalga oshirilishi sababli yuqori darajadagi ijtimoiy-psixologik tayyorgarlik va mustahkam axloqiy barqarorlikni talab etadi. Shu bois, ushbu xodimlarning psixologik tayyorgarligi va axloqiy sifatlarini o‘rganish hamda rivojlantirish zamonaviy ilmiy va amaliy jihatdan dolzarb hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Milliy gvardiya xodimlarining ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi va axloqiy barqarorligi masalasi harbiy psixologiya, ijtimoiy psixologiya hamda pedagogika fanlari doirasida keng o‘rganilgan. Xorijiy va mahalliy tadqiqotlarda harbiy xizmatchilarning stressga chidamliligi, jamoada ishlash qobiliyati va axloqiy-psixologik tayyorgarligi ularning kasbiy samaradorligini belgilovchi asosiy omillar sifatida ko‘rsatiladi.

Zamonaviy ilmiy adabiyotlarda, xususan harbiy psixologiya yo‘nalishidagi ishlarda (A. G. Maklakov, B. F. Lomov va boshqalar) shaxsning ekstremal vaziyatlarda psixologik barqarorligi, tezkor qaror qabul qilish qobiliyati va emotsional nazorat muhim ahamiyatga ega ekanligi ta’kidlanadi. Ushbu olimlar harbiy xizmatchilarning psixologik tayyorgarligi ularning kasbiy moslashuvi va xizmat samaradorligini oshirishda asosiy rol o‘ynashini asoslab berganlar.

Mahalliy tadqiqotlarda esa huquqni muhofaza qiluvchi organlar xodimlarining axloqiy qadriyatlari, vatanparvarlik hissi va ijtimoiy mas’uliyatini shakllantirish masalalariga alohida e’tibor qaratilgan. Shuningdek, jamoaviy muhit, rahbarlik uslubi va xizmat sharoitlarining psixologik holatga ta’siri ham chuqur tahlil qilingan.

Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, Milliy gvardiya xodimlarining ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi va axloqiy barqarorligi ko‘p omilli jarayon bo‘lib, u shaxsiy xususiyatlar, ijtimoiy muhit va kasbiy faoliyat sharoitlari bilan uzviy bog‘liqdir.

Ushbu tadqiqotda Milliy gvardiya xodimlarining ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi va axloqiy barqarorligini o‘rganishda kompleks ilmiy yondashuv qo‘llanildi. Tadqiqotning nazariy asosini harbiy psixologiya, ijtimoiy psixologiya va pedagogika fanlaridagi zamonaviy ilmiy qarashlar tashkil etdi.

Metodologik jihatdan tizimli yondashuv, shaxs-faoliyat yondashuvi hamda ekstremal vaziyatlarda xulq-atvorni tahlil qilishga qaratilgan yondashuvlardan foydalanildi. Bu yondashuvlar xodimlarning kasbiy faoliyatdagi psixologik holatini yaxlit tizim sifatida o‘rganish imkonini berdi.

Tadqiqot jarayonida adabiyotlarni tahlil qilish, qiyosiy tahlil, umumlashtirish, induksiya va deduksiya metodlaridan foydalanildi. Ushbu metodlar orqali xodimlarning ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi va axloqiy barqarorligiga oid nazariy asoslar o‘rganildi.

Amaliy bosqichda so‘rovnoma va intervyu usullaridan foydalanilib, xodimlarning stressga chidamlilik darajasi, jamoada ishlash ko‘nikmalari, qaror qabul qilish tezligi hamda axloqiy qarashlari tahlil qilindi. Kuzatuv metodi esa real xizmat sharoitida ularning xulq-atvorini o‘rganishga yordam berdi.

Olingan ma’lumotlar sifat va miqdoriy tahlil asosida qayta ishlanib, natijalar umumlashtirildi. Tadqiqot davomida ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, rahbarlik uslubi va xizmat muhiti xodimlarning psixologik holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatishi aniqlanadi.

Muhokama. Tadqiqot natijalarini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, Milliy gvardiya xodimlarining ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi va axloqiy barqarorligi ularning kasbiy faoliyat samaradorligini belgilovchi eng muhim omillardan biridir. Xizmat faoliyatining murakkab va stressli sharoitlari xodimdan yuqori darajadagi emotsional barqarorlik, tezkor qaror qabul qilish va o‘zini nazorat qila olish qobiliyatini talab etadi.

Muhokama jarayonida aniqlanishicha, ijtimoiy-psixologik tayyorgarlik darajasi yuqori bo‘lgan xodimlar jamoada samarali ishlash, vaziyatni to‘g‘ri baholash va stressli holatlarda barqaror harakat qilish qobiliyatiga ega bo‘ladilar. Aksincha, tayyorgarligi yetarli bo‘lmagan xodimlarda xavotir, emotsional zo‘riqish va qaror qabul qilishda qiyinchiliklar kuzatilishi mumkin.

Shuningdek, axloqiy barqarorlik xodimning kasbiy burchga sodiqligi, vatanparvarlik hissi, adolat va mas'uliyat kabi qadriyatlar bilan chambarchas bog'liq ekanligi aniqlandi. Axloqiy jihatdan barqaror shaxs murakkab vaziyatlarda ham to'g'ri qaror qabul qila oladi va kasbiy me'yorlarga amal qiladi.

Tahlillar shuni ham ko'rsatadiki, rahbarlik uslubi va xizmat jamoasidagi ijtimoiy muhit xodimlarning psixologik holatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Qo'llab-quvvatlovchi va ishonchli jamoa muhitida xodimlarning stressga chidamliligi va motivatsiyasi oshadi. Aksincha, keskin va salbiy muhit psixologik zo'riqishni kuchaytirishi mumkin.

Shuningdek, muntazam psixologik tayyorgarlik mashg'ulotlari, treninglar va stressni boshqarish bo'yicha dasturlar xodimlarning kasbiy moslashuvini yaxshilashi va ularning axloqiy-psixologik barqarorligini mustahkamlashi aniqlangan.

Umuman olganda, muhokama natijalari shuni ko'rsatadiki, Milliy gvardiya xodimlarining samarali faoliyati uchun ijtimoiy-psixologik tayyorgarlik, axloqiy barqarorlik va qo'llab-quvvatlovchi ijtimoiy muhitning uyg'unligi zarur hisoblanadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Ushbu tadqiqotda Milliy gvardiya xodimlarining ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi va axloqiy barqarorligini o'rganishda kompleks ilmiy yondashuv qo'llanildi. Tadqiqotning nazariy asosini harbiy psixologiya, ijtimoiy psixologiya va pedagogika fanlaridagi zamonaviy ilmiy qarashlar tashkil etdi.

Metodologik jihatdan tizimli yondashuv, shaxs-faoliyat yondashuvi hamda ekstremal vaziyatlarda xulq-atvorni tahlil qilishga qaratilgan yondashuvlardan foydalanildi. Bu yondashuvlar xodimlarning kasbiy faoliyatdagi psixologik holatini yaxlit tizim sifatida o'rganish imkonini berdi.

Tadqiqot jarayonida adabiyotlarni tahlil qilish, qiyosiy tahlil, umumlashtirish, induksiya va deduksiya metodlaridan foydalanildi. Ushbu metodlar orqali xodimlarning ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi va axloqiy barqarorligiga oid nazariy asoslar o'rganildi.

Amaliy bosqichda so'rovnoma va intervyu usullaridan foydalanilib, xodimlarning stressga chidamlilik darajasi, jamoada ishlash ko'nikmalari, qaror qabul qilish tezligi hamda axloqiy qarashlari tahlil qilindi. Kuzatuv metodi esa real xizmat sharoitida ularning xulq-atvorini o'rganishga yordam berdi.

Olingan ma'lumotlar sifat va miqdoriy tahlil asosida qayta ishlanib, natijalar umumlashtirildi. Tadqiqot davomida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, rahbarlik uslubi va xizmat muhiti xodimlarning psixologik holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi aniqlanadi.

Muhokama. Tadqiqot natijalarini tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, Milliy gvardiya xodimlarining ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi va axloqiy barqarorligi ularning kasbiy faoliyat samaradorligini belgilovchi eng muhim omillardan biridir. Xizmat faoliyatining murakkab va stressli sharoitlari xodimdan yuqori darajadagi emotsional barqarorlik, tezkor qaror qabul qilish va o'zini nazorat qila olish qobiliyatini talab etadi.

Muhokama jarayonida aniqlanishicha, ijtimoiy-psixologik tayyorgarlik darajasi yuqori bo'lgan xodimlar jamoada samarali ishlash, vaziyatni to'g'ri baholash va stressli holatlarda barqaror harakat qilish qobiliyatiga ega bo'ladilar. Aksincha, tayyorgarligi yetarli bo'lmagan xodimlarda xavotir, emotsional zo'riqish va qaror qabul qilishda qiyinchiliklar kuzatilishi mumkin.

Shuningdek, axloqiy barqarorlik xodimning kasbiy burchga sodiqligi, vatanparvarlik hissi, adolat va mas'uliyat kabi qadriyatlar bilan chambarchas bog'liq ekanligi aniqlandi. Axloqiy jihatdan barqaror shaxs murakkab vaziyatlarda ham to'g'ri qaror qabul qila oladi va kasbiy me'yorlarga amal qiladi.

Tahlillar shuni ham ko'rsatadiki, rahbarlik uslubi va xizmat jamoasidagi ijtimoiy muhit xodimlarning psixologik holatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Qo'llab-quvvatlovchi va ishonchli jamoa muhitida xodimlarning stressga chidamliligi va motivatsiyasi oshadi. Aksincha, keskin va salbiy muhit psixologik zo'riqishni kuchaytirishi mumkin.

Shuningdek, muntazam psixologik tayyorgarlik mashg'ulotlari, treninglar va stressni boshqarish bo'yicha dasturlar xodimlarning kasbiy moslashuvini yaxshilashi va ularning axloqiy-psixologik barqarorligini mustahkamlashi aniqlangan.

Umuman olganda, muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, Milliy gvardiya xodimlarining samarali faoliyati uchun ijtimoiy-psixologik tayyorgarlik, axloqiy barqarorlik va qo‘llab-quvvatlovchi ijtimoiy muhitning uyg‘unligi zarur hisoblanadi.

Amaliy tavsiyalar. Tadqiqot natijalariga asoslanib, Milliy gvardiya xodimlarining ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi va axloqiy barqarorligini oshirish bo‘yicha quyidagi amaliy tavsiyalar beriladi:

Birinchidan, xodimlar uchun muntazam psixologik tayyorgarlik va stressni boshqarish bo‘yicha treninglar tashkil etish lozim. Bu ularning ekstremal vaziyatlarda emotsional barqarorligini oshirishga yordam beradi.

Ikkinchidan, xizmat jarayonida jamoaviy hamkorlikni kuchaytirish maqsadida guruhiy psixologik mashg‘ulotlar va jamoa qurish (team building) tadbirlarini o‘tkazish tavsiya etiladi.

Uchinchidan, axloqiy barqarorlikni mustahkamlash uchun vatanparvarlik, kasbiy burch va xizmat etikasi bo‘yicha maxsus o‘quv dasturlarini takomillashtirish zarur.

To‘rtinchidan, rahbar va bo‘ysunuvchilar o‘rtasida ishonchli va ochiq kommunikatsiyani rivojlantirish xodimlarning psixologik holatini yaxshilashga xizmat qiladi.

Beshinchidan, xizmatdan tashqari psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini (psixologik maslahat markazlari) kengaytirish va doimiy monitoring olib borish tavsiya etiladi.

Umuman olganda, Milliy gvardiya xodimlarining samarali faoliyati uchun psixologik tayyorgarlik, axloqiy tarbiya va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimi uzviy ravishda rivojlantirilishi lozim.

Xulosa. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, Milliy gvardiya xodimlarining ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi va axloqiy barqarorligi ularning kasbiy faoliyatida hal qiluvchi ahamiyatga ega bo‘lgan asosiy omillardan biridir. Xizmatning murakkab, tezkor va stressli sharoitlari xodimdan nafaqat yuqori professional bilim va ko‘nikmalarni, balki mustahkam psixologik holat va kuchli axloqiy pozitsiyani ham talab etadi.

Tahlillar asosida aniqlanishicha, ijtimoiy-psixologik tayyorgarlik xodimning jamoada samarali ishlashi, stressli vaziyatlarda to‘g‘ri qaror qabul qilishi va emotsional barqarorligini saqlab qolishida muhim rol o‘ynaydi. Shu bilan birga, axloqiy barqarorlik kasbiy burchga sodiqlik, vatanparvarlik, adolat va mas’uliyat hissi bilan bevosita bog‘liq ekanligi aniqlandi.

Shuningdek, xizmat muhiti, rahbarlik uslubi va jamoaviy ijtimoiy-psixologik iqlim xodimlarning ruhiy holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatishi ma’lum bo‘ldi. Ijobiy va qo‘llab-quvvatlovchi muhit xodimlarning motivatsiyasini oshiradi, stressni kamaytiradi va xizmat samaradorligini kuchaytiradi.

Umuman olganda, Milliy gvardiya xodimlarining ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi va axloqiy barqarorligini rivojlantirish jamiyat xavfsizligini ta’minlashda muhim ahamiyatga ega bo‘lib, bu jarayon kompleks yondashuv va uzluksiz takomillashtirishni talab etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Maklakov A. G. *Harbiy psixologiya asoslari*. Moskva, 2005.
2. Lomov B. F. *Umumiy psixologiya*. Moskva, 1994.
3. Milgram S. *Obedience to Authority*. Harper & Row, 1974.
4. Myers D. G. *Psychology*. Worth Publishers, 2013.
5. G‘oziev E. G‘. *Umumiy psixologiya*. Toshkent, 2008.

Raxmonova Feruza Istamovna,
Buxoro davlat universieti mustaqil tadqiqotchisi

TALABALARNI KASBIY FAOLIYATGA TAYYORLASHDA MILLIY QADRIYATLARNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK AHAMIYATI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlash jarayonida milliy qadriyatlarning ijtimoiy-psixologik ahamiyati tahlil qilingan. Milliy qadriyatlarning talabalarda kasbiy mas’uliyat, ma’naviy yetuklik va kasbiy kompetensiyalarni shakllantirishdagi o‘rni yoritilgan.*

Kalit so‘zlar: *milliy qadriyatlar, kasbiy faoliyat, talaba, ijtimoiy-psixologik omillar, kasbiy tayyorgarlik, ma’naviy tarbiya.*

Аннотация. *В данной статье рассматривается социально-психологическое значение национальных ценностей в процессе подготовки студентов к профессиональной деятельности. Освещается роль национальных ценностей в формировании профессиональной ответственности, духовной зрелости и профессиональных компетенций студентов.*

Ключевые слова: *национальные ценности, профессиональная деятельность, студент, социально-психологические факторы, профессиональная подготовка, духовное воспитание.*

Annotation. *This article examines the socio-psychological importance of national values in preparing students for professional activity. The role of national values in developing professional responsibility, moral maturity, and professional competencies is highlighted.*

Keywords: *national values, professional activity, student, socio-psychological factors, professional training, moral education.*

Kirish. Bugungi globallashuv jarayonida ta’lim tizimi oldida turgan muhim vazifalardan biri raqobatbardosh, yuksak ma’naviyatli va kasbiy jihatdan yetuk mutaxassislarni tayyorlashdan iborat. Bunday mutaxassislarni shakllantirishda nafaqat kasbiy bilim va ko‘nikmalar, balki milliy qadriyatlar asosida tarbiyalash ham muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki milliy qadriyatlar yosh avlodning ma’naviy dunyoqarashi, ijtimoiy faolligi, kasbiy mas’uliyati va jamiyat oldidagi burchini anglashida muhim omil hisoblanadi.

Talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlash jarayoni murakkab ijtimoiy-psixologik jarayon bo‘lib, unda shaxsning kasbiy motivatsiyasi, qadriyatlar tizimi, ijtimoiy munosabatlari va ma’naviy fazilatlari shakllanadi. Ayniqsa, milliy qadriyatlar talabalarda mehnatsevarlik, mas’uliyatlilik, vatanparvarlik, insonparvarlik va kasbga sadoqat kabi muhim sifatlarni rivojlantirishga xizmat qiladi. Shu sababli kasbiy tayyorgarlik jarayonida milliy qadriyatlardan samarali foydalanish dolzarb masalalardan biri hisoblanadi.

Mamlakatimizda amalga oshirilayotgan ta’lim islohotlari ham yoshlarni milliy va umuminsoniy qadriyatlar ruhida tarbiyalash hamda ularni zamonaviy kasbiy faoliyatga tayyorlashga alohida e’tibor qaratmoqda. Bu esa talabalarning kasbiy shakllanishida milliy qadriyatlarning ijtimoiy-psixologik ahamiyatini ilmiy jihatdan o‘rganish zaruratini yuzaga keltiradi.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi kunda jamiyatning barcha sohalarida malakali, raqobatbardosh va yuksak ma’naviy fazilatlarga ega mutaxassislarga bo‘lgan ehtiyoj ortib bormoqda. Bunday mutaxassislarni tayyorlash jarayonida talabalarning kasbiy bilim va ko‘nikmalarini rivojlantirish bilan bir qatorda, ularda milliy qadriyatlarga hurmat, kasbiy mas’uliyat va ma’naviy yetuklikni shakllantirish ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Globallashuv sharoitida turli madaniyatlar va axborot oqimlarining kuchayishi yoshlarning dunyoqarashi va qadriyatlar tizimiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu sababli talabalarning milliy o‘zligini anglashini rivojlantirish, ularda milliy qadriyatlarga sodiqlikni mustahkamlash hamda ushbu qadriyatlarni kasbiy faoliyat bilan uyg‘unlashtirish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi.

Milliy qadriyatlar talabalarda vatanparvarlik, mas’uliyatlilik, mehnatsevarlik, insonparvarlik va kasbga sadoqat kabi sifatlarni rivojlantirishga xizmat qiladi. Bu sifatlar esa kelajakdagi kasbiy faoliyatning muvaffaqiyatli amalga oshirilishida muhim omil bo‘lib hisoblanadi. Shu bois talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlashda milliy qadriyatlarning ijtimoiy-psixologik ahamiyatini o‘rganish nazariy va amaliy jihatdan dolzarb ahamiyatga ega.

Adabiyotlar tahlili. Talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlash va bu jarayonda milliy qadriyatlarning o‘rnini o‘rganish masalasi pedagogika, psixologiya va sotsiologiya fanlarida keng tadqiq etilgan. Xususan, L.S. Vigotskiy shaxs rivojlanishida ijtimoiy muhit va madaniy omillarning ahamiyatini asoslab bergan. Uning fikricha, shaxsning qadriyatlari va ijtimoiy xulq-atvori jamiyat ta’sirida shakllanadi.

A.N. Leontev va S.L. Rubinshteyn faoliyat nazariyasi orqali shaxsning kasbiy shakllanishida motivatsiya, ehtiyoj va qadriyatlarning muhim o‘rin tutishini ta’kidlaganlar. Shuningdek, A.

Maslowning ehtiyojlar ierarxiyasi nazariyasi ham shaxsning kasbiy rivojlanishida ma’naviy va ijtimoiy qadriyatlarning ahamiyatini yoritib beradi.

Mahalliy olimlarning ilmiy tadqiqotlarida ham milliy qadriyatlar yoshlarni ma’naviy-axloqiy tarbiyalash, kasbiy mas’uliyatni rivojlantirish va komil shaxsni shakllantirishning muhim omili sifatida baholangan. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, milliy qadriyatlar talabalarning kasbiy tayyorgarligini kuchaytirish, ularda vatanparvarlik, mehnatsevarlik va kasbga sadoqat kabi sifatlarni rivojlantirishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili natijalari talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlashda milliy qadriyatlarning ijtimoiy-psixologik ahamiyati yuqori ekanligini ko‘rsatadi hamda mazkur yo‘nalishda ilmiy izlanishlarni davom ettirish zarurligini tasdiqlaydi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqotda talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlashda milliy qadriyatlarning ijtimoiy-psixologik ahamiyatini o‘rganish uchun tizimli, shaxsga yo‘naltirilgan va faoliyatga asoslangan yondashuvlardan foydalanildi. Tadqiqotning metodologik asosini shaxs rivojlanishi, kasbiy shakllanish va qadriyatlar tizimiga oid psixologik hamda pedagogik nazariyalar tashkil etdi.

Tadqiqot jarayonida ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, taqqoslash, umumlashtirish va tizimlashtirish kabi nazariy metodlardan foydalanildi. Shuningdek, talabalarning kasbiy faoliyatga munosabati, milliy qadriyatlarga bo‘lgan qarashlari hamda ularning kasbiy tayyorgarlikka ta’sirini aniqlash maqsadida kuzatish, suhbat va so‘rovnoma metodlari qo‘llanildi.

Olingan ma’lumotlar ilmiylik, xolislik va tizimlilik tamoyillari asosida tahlil qilinib, milliy qadriyatlarning talabalarda kasbiy mas’uliyat, ma’naviy yetuklik va kasbiy kompetensiyalarni shakllantirishdagi o‘rni baholandi. Tadqiqot natijalari talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlash jarayonini takomillashtirish bo‘yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga xizmat qildi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, milliy qadriyatlar talabalarning kasbiy faoliyatga tayyorlanishida muhim ijtimoiy-psixologik omil sifatida namoyon bo‘ladi. Milliy qadriyatlarga asoslangan tarbiya talabalarda kasbiy mas’uliyat, mehnatsevarlik, vatanparvarlik, insonparvarlik va kasbga sadoqat kabi sifatlarning shakllanishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Mazkur sifatlar esa kelajakdagi kasbiy faoliyat samaradorligini ta’minlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, milliy qadriyatlarni ta’lim jarayoniga integratsiya qilish talabalarning nafaqat kasbiy bilim va ko‘nikmalarini, balki ularning ma’naviy-axloqiy dunyoqarashini ham rivojlantiradi. Ayniqsa, milliy an’analar, urf-odatlar va ma’naviy meros asosida olib borilgan tarbiyaviy ishlar talabalarning o‘z kasbiga nisbatan mas’uliyatli munosabatini shakllantirishga xizmat qiladi.

Shuningdek, tadqiqot davomida talabalarning kasbiy motivatsiyasi bilan milliy qadriyatlarga bo‘lgan munosabati o‘rtasida o‘zaro bog‘liqlik mavjudligi aniqlandi. Milliy qadriyatlarni qadrlaydigan talabalar o‘z kasbiy faoliyatiga jiddiyroq yondashishi, jamiyat va davlat oldidagi mas’uliyatini chuqurroq anglashi kuzatildi. Bu holat milliy qadriyatlarning yoshlar shaxsiyati va kasbiy kamolotidagi muhim o‘rnini tasdiqlaydi.

Olingan natijalar Vigotskiy, Leontev va Rubinshteynlarning shaxs rivojlanishida ijtimoiy muhit hamda qadriyatlar tizimining ahamiyati haqidagi ilmiy qarashlari bilan hamohangdir. Demak, talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlash jarayonida milliy qadriyatlardan samarali foydalanish nafaqat malakali mutaxassislarni, balki yuksak ma’naviyatli va ijtimoiy mas’uliyatli shaxslarni tarbiyalashning muhim sharti hisoblanadi. Shu bois oliy ta’lim muassasalarida milliy qadriyatlar asosida tashkil etiladigan ta’lim va tarbiya ishlarini yanada takomillashtirish dolzarb vazifalardan biri bo‘lib qolmoqda.

Amaliy tavsiyalar. Talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlash jarayonida milliy qadriyatlarni o‘quv va tarbiyaviy faoliyatga keng joriy etish tavsiya etiladi. Ta’lim jarayonida milliy an’analar, ma’naviy meros va kasbiy qadriyatlarga oid mavzularni keng yoritish talabalarda kasbiy mas’uliyat va vatanparvarlik tuyg‘ularini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Shuningdek, ma’naviy-ma’rifiy tadbirlar, treninglar va davra suhbatlarini muntazam tashkil etish, talabalarning milliy qadriyatlarga bo‘lgan hurmatini oshirish hamda ularni kasbiy faoliyat bilan

uyg‘unlashtirish maqsadga muvofiqdir. Bu esa talabalarning kasbiy kompetensiyalarini va ijtimoiy faolligini yanada rivojlantirishga yordam beradi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlash jarayoni nafaqat ularning nazariy bilim va amaliy ko‘nikmalarini shakllantirish, balki ularning shaxsiy qadriyatlari, ma’naviy dunyoqarashi va ijtimoiy mas’uliyatini rivojlantirish bilan ham uzviy bog‘liqdir. Ushbu jarayonda milliy qadriyatlar muhim ijtimoiy-psixologik asos bo‘lib xizmat qiladi va talabalarning kasbiy kamolotida hal qiluvchi rol o‘ynaydi.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, milliy qadriyatlar talabalarda kasbiy mas’uliyat, mehnatsevarlik, vatanparvarlik, insonparvarlik, halollik va kasbga sadoqat kabi muhim sifatlarning shakllanishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, milliy qadriyatlarga asoslangan tarbiya talabalarning o‘z kasbiy faoliyatiga ongli va mas’uliyatli yondashuvini ta’minlaydi.

Shuningdek, milliy qadriyatlar talabalarning ijtimoiy-psixologik rivojlanishida ham muhim o‘rin tutadi. Ular shaxsning o‘zini anglash darajasini oshiradi, jamiyatdagi o‘rnini to‘g‘ri belgilashga yordam beradi hamda kasbiy identifikatsiyaning shakllanishini tezlashtiradi. Bu esa kelajakdagi mutaxassislarning nafaqat professional jihatdan, balki ma’naviy jihatdan ham yetuk bo‘lishiga zamin yaratadi.

Tahlillar shuni ham ko‘rsatdiki, milliy qadriyatlarni ta’lim jarayoniga izchil va tizimli ravishda singdirish talabalarning kasbiy motivatsiyasini oshiradi hamda ularning o‘qish va kelajakdagi faoliyatga bo‘lgan munosabatini ijobiy tomonga o‘zgartiradi. Bunday yondashuv yoshlarni mustaqil fikrlaydigan, tashabbuskor va jamiyat oldida mas’uliyatni chuqur his qiladigan mutaxassislar sifatida shakllantirishga yordam beradi.

Umuman olganda, milliy qadriyatlar asosida talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlash zamonaviy ta’lim tizimining eng muhim yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Ushbu yo‘nalishni rivojlantirish orqali nafaqat yuqori malakali kadrlar, balki ma’naviy barkamol, ijtimoiy faol va milliy o‘zligini anglagan shaxslarni tarbiyalash mumkin. Shu bois oliy ta’lim muassasalarida milliy qadriyatlarni ta’lim va tarbiya jarayoniga yanada chuqurroq singdirish dolzarb vazifa bo‘lib qolmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Lev S. Vygotsky. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Harvard University Press, 1978.
2. Aleksei N. Leontiev. Activity, Consciousness and Personality. Moscow: Progress Publishers, 1978.
3. Sergei L. Rubinstein. Fundamentals of General Psychology. Moscow, 2002.
4. Abraham Maslow. Motivation and Personality. Harper & Row, 1970.
5. Albert Bandura. Social Foundations of Thought and Action. Prentice-Hall, 1986.
6. Kurt Lewin. Field Theory in Social Science. Harper & Row, 1951.
7. O‘zbekiston Respublikasi ta’lim tizimi va ma’naviy-ma’rifiy sohadagi normativ-huquqiy hujjatlar.
8. Milliy qadriyatlar va ma’naviy tarbiya bo‘yicha ilmiy maqolalar hamda pedagogik-psixologik adabiyotlar.

G’aybullayuev Alisher Asadovich
Buxoro davlat universiteti psixologiya kafedrasi o'qituvchisi

MAKTAB O'QUVCHILARIDA BULLYING XULQ-ATVOR SHAKLLANISHINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada maktab o'quvchilarida bullying xulq-atvorining shakllanishiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik mexanizmlar ko'rib chiqiladi. Bullyingning kelib chiqishi, uning ijtimoiy va psixologik omillari, oila muhiti, tengdoshlar guruhining ta'siri hamda maktab iqlimining*

bola psixologiyasiga ko'rsatadigan ta'siri tahlil qilinadi. Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, bullying faqat individual xulq-atvor emas, balki murakkab ijtimoiy jarayonning mahsulidir.

Kalit so'zlar: *bullying, tengdoshlar zo'ravonligi, ijtimoiy psixologiya, xulq-atvor mexanizmlari, maktab muhiti, tajovuzkorlik, qurbonlik, guruh dinamikasi, ijtimoiylashuv, profilaktika.*

Аннотация*. В данной статье рассматриваются социально-психологические механизмы, влияющие на формирование буллингового поведения у школьников. Анализируются происхождение буллинга, его социальные и психологические факторы, влияние семейной среды, группы сверстников, а также воздействие школьного климата на психологию ребёнка. Исследование показывает, что буллинг является не только проявлением индивидуального поведения, но и результатом сложного социального процесса.*

Ключевые слова: *буллинг, насилие среди сверстников, социальная психология, механизмы поведения, школьная среда, агрессивность, виктимизация, групповая динамика, социализация, профилактика.*

Abstract. *This article examines the socio-psychological mechanisms influencing the formation of bullying behavior among school students. The study analyzes the origins of bullying, its social and psychological factors, the influence of the family environment, peer group impact, and the effect of the school climate on children's psychology. The research demonstrates that bullying is not merely an individual behavioral issue but rather the outcome of a complex social process.*

Key words: *bullying, peer violence, social psychology, behavioral mechanisms, school environment, aggression, victimization, group dynamics, socialization, prevention.*

Kirish. Bullying (inglizcha "bully" - haqorat qiluvchi, bezori) - bu bir o'quvchi yoki o'quvchilar guruhi tomonidan boshqa o'quvchiga nisbatan qasddan, muntazam ravishda amalga oshiriladigan jismoniy, psixologik yoki ijtimoiy zo'ravonlikning bir shaklidir. Zamonaviy psixologiya fanida bullying muammosi tobora dolzarb ahamiyat kasb etmoqda, chunki bu hodisa bolaning shaxsiy rivojlanishiga, akademik natijalariga va ruhiy salomatligiga jiddiy salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Jahon Sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, maktab yoshidagi bolalarning 35 foizgacha qismi bullyingning turli shakllarini boshdan kechirgan. O'zbekiston sharoitida ham bu muammo muhim ahamiyat kasb etmoqda, zero maktab jamoalari murakkab ijtimoiy tizim bo'lib, unda shaxslararo munosabatlar, guruh normalari va ijtimoiy ierarxiya shakllanadi.

Psixologlar D.Olweus, K.Rigby, P.Smith kabi olimlarning tadqiqotlari bullyingning faqat individual xulq-atvor emas, balki murakkab ijtimoiy-psixologik mexanizmlar asosida shakllanadigan hodisa ekanligini isbotlagan. Shu sababli, bullyingni o'rganishda faqat tajovuzkor shaxsiyatini emas, balki butun ijtimoiy tizimni - oila, tengdoshlar guruhi, maktab muhiti va keng ijtimoiy kontekstni hisobga olish zarur.

Asosiy qism. Bullyingning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari bir necha asosiy yo'nalishda namoyon bo'ladi. Birinchi navbatda, ijtimoiylashuv jarayonidagi buzilishlar muhim rol o'ynaydi. Bola oilada, maktabda va tengdoshlar guruhida muloqot normalari va xulq-atvor qoidalarini o'rganadi. Agar oilada zo'ravonlik, hukmronlik yoki mensimagan munosabat kuzatilsa, bola bu xulq-atvor namunalarini o'z tengdoshlariga nisbatan qo'llashi mumkin.

Ikkinchi muhim mexanizm - guruh dinamikasi va ijtimoiy ta'sir. Tengdoshlar guruhi o'smirlar uchun asosiy ijtimoiy muhitga aylanadi. Guruhga qabul qilinish istagi ba'zi o'quvchilarni bullyingda ishtirok etishga undaydi, hatto ular shaxsan bu xatti-harakatni ma'qullamasalar ham. "Kuzatuvchi" deb ataladigan uchinchi shaxslar ham bullyingni qo'llab-quvvatlash yoki passiv kuzatish orqali uning davomiyligini ta'minlaydi.

Uchinchi mexanizm sifatida hokimiyat va nazorat uchun kurash ko'rsatiladi. Bullyingda tajovuzkor o'zini kuchli his qilish, tengdoshlar orasida mavqe va obro' qozonish maqsadida boshqalarga nisbatan zo'ravonlikka murojaat qiladi. Bu xulq-atvorning orqasida ko'pincha o'z-o'ziga nisbatan past baho, uyda to'planib qolgan frustrasiya yoki nazorat yo'qotish qo'rquvi yotadi.

A.V.Petrovskiy va boshqa psixologlarning tasnifiga ko'ra, bullyingning quyidagi asosiy turlari mavjud:

Jismoniy bullying - urish, tepish, narsalarni tortib olish, mulkka zarar yetkazish kabi to'g'ridan-to'g'ri jismoniy ta'sir shakllari.

Verbak (so'z bilan qilinuvchi) bullying - haqorat qilish, masxara qilish, tahdid solish, kamsitish kabi og'zaki zo'ravonlik shakllari.

Ijtimoiy (relatsion) bullying - jamiyatdan chiqarib tashlash, g'iybat tarqatish, do'stlik munosabatlarini manipulyasiya qilish orqali ijtimoiy mavqeni yo'q qilish.

Oila muhitining roli ham juda katta ahamiyat kasb etadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, otabonasi tomonidan nazorat qilinmagan, emotional jihatdan sovuq munosabat ko'rgan yoki aksincha, haddan ziyod himoya ostida o'sgan bolalar bullyingga ko'proq moyil bo'ladi. Avtoritar tarbiya uslubi bolada tajovuzkorlik shakllanishiga, bo'sh nazorat esa javobgarlik hissining rivojlanmasligiga olib keladi.

Maktab iqlimi va o'qituvchilarning roli ham e'tibordan chetda qolmasligi kerak. Bullyingga munosabatda befarqlik, qoidalarning yo'qligi yoki ularning qat'iy bajarilmasligi tajovuzkor xulq-atvorni rag'batlantiradi. Aksincha, ijobiy maktab muhiti - o'zaro hurmat, inkluzivlik va ochiq muloqot madaniyati - bullyingning oldini olishda muhim omil hisoblanadi.

Media va raqamli muhitning ta'siri ham zamonaviy tadqiqotlarda alohida o'rin egallaydi. Kiberbullying (internet orqali amalga oshiriladigan zo'ravonlik) klassik bullyingning yangi shakli sifatida kun sayin kengayib bormoqda. Ijtimoiy tarmoqlar, messenjerlar va o'yin platformalari orqali amalga oshiriladigan haqorat va tahdidlar bolaning psixologik salomatligiga klassik bullyingdan ham kuchliroq zarar yetkazishi mumkin.

Xulosa. Maktab o'quvchilarida bullying xulq-atvorining shakllanishi murakkab va ko'p omilli jarayon bo'lib, unda ijtimoiy, psixologik, oilaviy va madaniy omillar o'zaro ta'sir qiladi. Bullyingni faqat tajovuzkorning individual muammosi sifatida ko'rish yetarli emas - bu butun ijtimoiy tizimning muammosidir.

Profilaktik chora-tadbirlar kompleks tarzda amalga oshirilishi zarur: oilada sog'lom munosabatlar shakllantirish, maktabda ijobiy psixologik muhit yaratish, o'quvchilarga ijtimoiy ko'nikmalar o'rgatish va muammoni erta aniqlash mexanizmlarini joriy etish. Psixolog, o'qituvchi, ota-ona va o'quvchining hamkorligida bullyingning oldini olish va uning oqibatlarini bartaraf etish mumkin.

Zamonaviy psixologiya fani bullyingni tushunish va unga qarshi kurashishda yangi metodologik yondashuvlarni taklif etmoqda. Kelajakdagi tadqiqotlar kiberbullying, madaniy farqlar va turli ijtimoiy guruhlar kontekstida bu muammoni yanada chuqurroq o'rganishni talab qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. G'oziyev E.G'. Shaxs psixologiyasi. T.: O'qituvchi, 2006.
2. Aliyev A. Bolalar va o'smirlar psixologiyasi. T.: O'zbekiston, 2004.
3. Nishonova Z.T. Yosh psixologiyasi va pedagogik psixologiya. T.: Sharq, 2005.
4. Yo'ldosheva Sh. O'smirlik davrida shaxslararo munosabatlar. T.: Fan, 2009.
5. Toshmatova M. Maktab muhitida zo'ravonlikning oldini olish. T.: Yangi asr avlodi, 2015.
6. Sobirov T. O'smirlarda tajovuzkorlik xulq-atvorining psixologik xususiyatlari. T.: Fan, 2011.
7. Xolmatova D. Maktab o'quvchilarida deviant xulq-atvorning oldini olish. T.: Tafakkur, 2016.

To‘yboyeva Saida Baxtiyorovna
Buxoro davlat universiteti, Psixologiya ta’lim yo‘nalishi
1-bosqich magistranti

TALABALAR O'ZINI-O'ZI MUHOFAZA QILISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada o‘zini o‘zi muhofaza qilishning asosisy metodoligik asoslari, bundan tashqari har bir rivojlangan mamlakatlar olimlarining qarashlari bayoni keltirilgan. Freyd*

nazariyasi bo‘yicha berilgan tahlillar asosi, Sechenov konsepsiyasi tahlili hamda psixologik mexanizmlarning ijtimoiylashuvdagi ahamiyati ochib berilgan.

Kalit so’zlar: *Ijtimoiy muhit, Irodaviy sifatlar, Psixologik omillar, Pedagogik jarayon, O‘quv faoliyati, Ijtimoiy psixologik motivlar.*

Аннотация. *В данной статье представлены методологические основы самообороны, а также взгляды ученых из каждой развитой страны. Раскрываются основы анализа теории Фрейда, анализ концепции Сеченова и значение психологических механизмов в социализации.*

Ключевые слова: *Социальная среда, Волевые качества, Психологические факторы, Педагогический процесс, Образовательная деятельность, Социально-психологические мотивы.*

Annotation. *This article presents the methodological foundations of self-defense, as well as the views of scientists from each developed country. The basis of the analysis of Freud's theory, the analysis of Sechenov's concept, and the importance of psychological mechanisms in socialization are revealed.*

Key words: *Social environment, Volitional qualities, Psychological factors, Pedagogical process, Educational activity, Social psychological motives.*

Kirish qismi. Hozirgi paytda G‘arb psixologiyasida shaxsni tadqiq qilish va tushunish borasida «insonparvarlik psixologiyasi» deb ataladigan psixologiya vakillarining psixoanalitik nazariyalari va qarashlari (shaxsning ekzistensialistik nazariyalari) eng nufuzli yo‘nalishlar bo‘lib hisoblanadi. Asrimiz boshlaridayoq venalik psixiatr va psixolog Z. Freyd kishi shaxsining faolligi manbai – xarakterning o‘zgacha talqinini tavsiya qilgan edi. Uning ko‘pchilik izdoshlari tomonidan ma’qullangan nuqtai nazarga ko‘ra, kishi unda hayvonot dunyosiga mansub ajdodlardan meros qilib olgan instinktiv mayllar va, eng avvalo, jinsiy va o‘zini himoya qilish instinkti mavjud bo‘lganligi tufayli faol emish. Lekin jamiyatda instinktlar o‘zini hayvonot olamida bo‘lgani kabi namoyon qila olmaydi, chunki jamiyat kishini ko‘plab cheklashlar turiga o‘rab tashlaydi, uning instinktlari va mayllarini «senzura»ga ro‘baro‘ qiladi, bu esa kishini ularni cheklashga majbur qiladi. Freydning shaxs faolligini butunligicha faqat shahvoniy hirsga bog‘liq qilib qo‘yishga intilishi psixologlarning ko‘pchiligida e’tiroz tug‘dirdi.

A. Maslou, K. Rojers o‘zini faollashtirishni o‘z mohiyati etibori bilan egotsentrik (o‘zini hammadan ustun qo‘yish) jarayonga aylantirib yuborishadi. O‘zini follashtirish, A. Maslouning fikricha, o‘zini va faqat o‘zini ro‘yobga chiqarish uchun intilishdirki, bu ijodiy faollik va «xususiy men»ini to‘laqonli namoyon qilish uchun intilish kabi fazilatlarga ega bo‘lgan «o‘zini faollashtiruvchi shaxslar»ning o‘ta individualligidan dalolat beradi. Shunday qilib, butun kuchg‘ayratlar shaxs yashaydigan va harakat qiladigan muhitni o‘zgartirishga emas, balki shaxsning o‘zini o‘zgartirishga safarbar etilgan bo‘ladi. Shaxsning faoliyatini yo‘naltirib turadigan va mavjud vaziyatlarga nisbatan bog‘liq bo‘lmagan barqaror motivlar majmui kishi shaxsining yo‘naltirilganligi deb ataladi. Shaxsni faoliyatga undovchi ichki turtkiga motiv deyiladi.

V. M. Pevzner talabalarning o‘zini o‘zi boshqarishiga quyidagicha ta’rif beradi: – talabalar jamoalari oldida turgan maqsad va vazifalarga muvofiq amalga oshiriladigan oliy ta’lim muassasasini boshqarish funksiyalarini amalga oshirishda talabalarning mustaqil ijtimoiy faoliyati sifatida; – talabalarning jamoatchilik fikridan kelib chiqib, ularning qiziqishlari va ehtiyojlarini maksimal darajada hisobga olishni nazarda tutuvchi universitetda o‘quv jarayonini boshqarishning umumiy tizimining elementi ; – Talabalar guruhining o‘z hayotiy faoliyatini ichki tashkiliy boshqarish huquqi amalga oshiriladigan, shu jumladan maqsadlarni belgilash, rejalashtirish, maqsadlarga erishish usullari va shakllari , shuningdek faoliyat natijalarini kuzatish va tahlil qilish funktsiyasi; – ma’lum fanlarni o‘rganish bo‘yicha mustaqil ishi asosiy bo‘lgan o‘quv faoliyatida “o‘zini o‘zi anglash manbaidir” . Talabalarning o‘zini o‘zi boshqarish tizimi sifatidagi murakkabligi uning elementlarining murakkabligida emas, balki uning sub’ektlarining o‘zaro ta’sirining tabiatidadir. Talabalarning o‘zini o‘zi boshqarishning rivojlanishi tashqi muhit bilan birlikda ko‘rib chiqilishi kerak. O‘z-o‘zini boshqarish - bu ijtimoiy boshqaruvning bir turi. Bu boshqaruv qarorlarini qabul

qilish va amalga oshirish tobora ommaviylashib borayotgan boshqaruvni demokratlashtirish jarayonini aks ettiradi va ijrochilar bu jarayonlarning faol ishtirokchisiga aylanadi.

Asosiy qism: I.M.Sechenovning fikricha, psixik hodisa yaxlit reflektor harakat tufayli yuzaga keluvchi va uning mahsuli bo‘lishi bilan birga ham vujudga kelmagan, lekin ta’sir o‘tkazish ehtimoli mavjud kutilmadan boxabar qiluvchi omil funksiyasini ham bajaradi, ya’ni ilgarilab ketuvchi bashorat vazifasini ijro etadi. Bunday dadil ilmiy mushohadalar psixik jarayonlar umuman qanday rol o‘ynashi mumkinligi, ularning o‘rni to‘g‘risida tasavvurga ega bo‘lish uchun moddiy negizni vujudga keltiradi. Psixik jarayonlar organizmda signal va boshqaruv (regulyativ) funksiyasini ijro etib, o‘zgaruvchan shart-sharoitlarga harakatni moslashtiradi, shuningdek, mazkur daqiqada yuqori samaraga erishishni ta’minlaydi. Psixik jarayon miyaning bo‘lmalari (tarkibiy qismlari) funksiyasi tariqasida tashqi olam (borliq) to‘g‘risidagi axborotning qabul qilinishi, saqlanishi, qayta ishlanishini o‘zida mujassamlash-tiruvchi javob faoliyatining idora qiluvchisi hisoblanadi. Shuning uchun odamlarning bilimlari borliq to‘g‘risidagi tasavvurlari, shaxsning shaxsiy tajribalarining yig‘indisi reflektor harakat tarkibiga kiradi. Shunday qilib, psixik hodisalar deganda miyaning tashqi (qurshab turgan olam) va ichki (fiziologik tizimdagi organizmning holati) ta’sirlarga javobini tushunmoq kerak.

Shuni ta’kidlab o‘tish joizki, I.M.Sechenov psixikaning reflektorligi va faoliyatning psixik jihatdan boshqarilishi ta’limotini xaspo‘shlab berdi. Bu ta’limot ya’ni nazariya rus olimi I.P.Pavlov (1849-1936) tomonidan eksperimental tasdiqlandi va xususiy holatlarda keng ko‘lamda yaqqollashtirildi. I.P.Pavlov ham odamlarning, ham hayvonlarning tashqi muhit bilan o‘zaro harakati miya bilan boshqarilishi qonuniyatini ochgan edi. Uning mazkur qonuniyatlarga taalluqli qarashlari yig‘indisi birinchi va ikkinchi signallar tizimi to‘g‘risidagi ta’limot tariqasida fan olamida muhim o‘rin egalladi. Tevarak-atrof muhitidagi narsa va hodisalarning ko‘rinishi, eshitilishi, hid tarqatishi, tovlanishi, yengil yoki og‘irligi, qattiq yoki yumshoqligi kabilar hayvonlar uchun shartsiz qo‘zg‘atuvchi signal bo‘lib xizmat qiladi, keyinchalik ular shartli refleksga aylanishi mumkin. Hayvonlar o‘z xatti-harakatlarida I.P.Pavlov ta’biri bilan aytganda, birinchi signal sistemasining signallari (“birinchi signallar”)ga rioya etadilar. Binobarin, ularning psixik faoliyati birinchi signallar sistemasi bosqichida amalga oshadi va unga uzluksiz ravishda amal qiladi. Inson faoliyati va xulq-atvori uchun ham birinchi signal sistemasining signallari (yaqqol, tasavvurlar, timsollar, obrazlar) ularni boshqarishi, yo‘naltirishi, harakatlantirishi Psixologiya 18 faollashtirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Masalan, yo‘l (ko‘cha) qoidalari, avtomobil, elektrovoz signallari, havf-xatar belgilari shaxs uchun muhim rol o‘ynaydi. Shuni unutmaslik kerakki, insonning xulq-atvorini signal qo‘zg‘atuvchilar mexanik ravishda boshqarmaydi, balki mazkur qo‘zg‘atuvchilarning miyaga o‘rnashib qolgan timsollari, ya’ni signallari boshqarib turadi. Muayyan timsolga ega bo‘lgan timsollar narsa va hodisalar to‘g‘risida signal jo‘natadi, buning natijasida insonning xatti-harakatini boshqarib turadi.

Odamlarda hayvonlardan farqli o‘laroq, birinchi signallar sistemasi bilan bir qatorda ikkinchi signallar sistemasi ham mavjuddir. Ikkinchi signallar sistemasining signallari odamlar tomonidan talaffuz etilgan, qabul qilingan, eshitilgan, o‘qilgan tushunchalar va so‘zlardan (“ikkinchi signallari”dan) tashkil topadi. Odatda birinchi signallar sistemasining signallari timsoliy signallar, o‘z navbatida so‘zlar bilan almashtiriladi, uzatiladi. So‘z birinchi signallar sistemasi signallari o‘rnini bosishi, umumlashtirishi va ular vujudga keltiradigan jamiki xatti-harakatlarni amalga oshirishi mumkin. Yuqoridagi mulohazalardan kelib chiqqan holda psixika ob’ektiv borliqning su’ektiv obrazining voqelik tarzida miyada aks etishi deb baholash mumkin. Z.Freyd yaratgan psixonaliz to‘g‘risidagi nazariya inson ruhini bir muz tog‘iga qiyoslaydiki, go‘yo uning ustki, oltidan bir qismi ong bo‘lsa, suv ostida ko‘rinmay yotgan oltidan besh qismi - ong ostidagi jarayonlardir, ya’ni ongsizlikdir. Psixoanaliz fani o‘z oldiga ongdan yashirinib yotgan chuqur psixologik jarayonlarning sir-asrorini ochishni maqsad qilib qo‘yadi va shu yo‘l bilan nevrozni keltirib chiqaruvchi omillarni o‘rganadi. Z.Freyd “yashirinib” yotgan psixologik jarayonlarni ongsiz jarayonlar deb ataydi.

O‘zini o‘zi boshqarish tushunchasi o‘sha faoliyatning sub’ekt, yaratuvchi va egasi sifatida namoyon bo‘ladigan insonga tegishlilikga urg‘u beradi. Natijaga erishishga yo‘naltirilgan real faoliyatning asosiy jihati faoliyatni maqsadga muvofiq o‘zgartirishga qaratilgan ijro faoliyatidir.

O‘zini o‘zi boshqarish nafaqat faoliyatning bevosita amalga oshirilishi bilan bog‘liq ichki ruxiy harakatdir, balki u ushbu faoliyatning amalga oshish jarayonini ham kuzatib boruvchi kuchdir.Boshqalardan “yaxshiroq bo‘lish”ga intilishdan, o‘zgarishga harakat qilishdan, yaqin insonlarning talablari, iltimosi va ko‘ndirishlaridan xech qanday o‘zgarishlar sodir bo‘lmaydi. O‘z o’zini boshqarish (lot. regulare –tartibga solish, to‘g‘irlamoq) –bu oldindan ongli ravishda tizimiy tashkillashtirilgan individning o‘zining ruhiyatiga uning xususiyatlarini xohlagan yo‘nalishda o‘zgartirish maqsadida ta’sir o‘tkazishdir.Har bitta insonning hayoti va faoliyatida atrofdagi borliqning o‘zgaruvchan sharoitlarida faollikni tartibga solish muammosi katta axamiyatga egadir. Zamonaviy qarashlarga ko‘ra, insonning butun ruxiyatining mazmuniy tavsifi aynan maqsadga yo‘naltirilgan faollikning o‘zini o‘zi tartibga solish, insonni o‘z hayot va faoliyatida erkin va ongli sub’ekt qiladigan “o‘zini yaratish” qobiliyatidir. O‘zini o‘zi tartibga solish sharoitlarga adekvat o‘zgaruvchanlik, xayot va faoliyatning barcha davrlarida egiluvchanlikni ta’minlab beradigan tizimiy jarayondir. Ko‘pgina mualliflar ishlaridao‘zini o‘zi tartibga solishning psixologik aspektini ajratib olish urinishlari mavjud. O‘zini o‘zi tartibga solish g‘oyalarining vujudga kelishi va rivojlanishi psixologik tadqiqotlarning faoliyatni tartibga solish, faoliyatning turi, sabab, iroda, erkinlik, o‘zini o‘zi determinatsiyalash, javobgarlik va qarorlarni qabul qilish kabi yo‘nalishlari bilan chambarchas bog‘langan xolda, shuningdek inson faoliyatining umumiy tarkibi va dinamikasi muammosining kontekstida sodir bo‘lgan. I.M.Sechenov va I.P.Pavlov asarlarida ruhiy xodisalar va jarayonlar kechishining regulyator xarakteri haqida fikrlari bayon qilingan. Ruhiy o‘z o’zini boshqarish muammolarining asosiy aspektlarini taqdim etish va ochib berishda V.M.Bexterev, shuningdek, uning shogirdlari vaizdoshlari bo‘lmish L.F.Lazurskiy, M.YA.Basov, V.N.Myasishevlarning yutug‘i katta. V.M.Bexterev bo‘yicha ruhiy o‘zini o‘zi tartibga solish –bu insonning o‘z ruhiy xodisalar doirasiga (ruhiy jarayonlar, xolatlar, xususiyatlar) ularning ishlash xarakterini qo‘llab quvvatlash yoki o‘zgartirish maqsadida ongli ta’sir o‘tkazishidir.

Xulosa qismi: Shaxs o’z o’zini boshqarish va nazorat qilishida o’z hatti harakatlarini boshqara olishi maqsad sari intilishi alohida ahamiyat kasb etadi, bunda esa insonga uning irodasi yordamga keladi.Nazariy va amaliy ma’lumotlar psixologik nuqtai nazaridan tahlil qilinishicha, hozirgi zamon psixologiyasida iroda muammosi ikki variantda tadqiq qilinmoqda. Birinchi variant o’z ichiga determinlashuv an’anaviy masalalarni qamrab oladi. Ikkinchi variant esa muammoni o’zini o’zi boshqaruv sifatida o’rganishni talab etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. E. T. Higgins, A.W. Kruglanski (Eds.). - N.Y.: Guilford, 1996. - P. 329-360.
2. Scneider, D. J. Social Psychology. - Mass, 1976.
3. Cherulnik P. D., Citrin M.M. Individual difference in psychological reactance: an interaction between locus of control and mode of elimin ation of freedom. //

Toirova Munavvar Murodullayevna
BuxDU mustaqil tadqiqotchisi

GLOBALLASHUV SHAROITIDA O‘SMIRLARDA MILLIY IDENTIKLIKNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada globallashuv jarayonlarining o‘smirlar shaxsiyati va dunyoqarashiga ta’siri hamda ushbu sharoitda milliy identiklikni rivojlantirishning psixologik mexanizmlari tahlil qilinadi. Zamonaviy axborot makonining kengayishi, raqamli texnologiyalarning rivojlanishi va madaniyatlararo integratsiyaning kuchayishi natijasida o‘smirlarning milliy o‘zligini anglash jarayonida yangi tendensiyalar yuzaga kelmoqda. Tadqiqotda milliy identiklikning shakllanishiga ta’sir etuvchi psixologik omillar, jumladan, ijtimoiy identifikatsiya, etnik mansublik hissi, milliy qadriyatlarni interiorizatsiya qilish, refleksiya, ijtimoiy taqlid va kommunikativ jarayonlarning o‘rni yoritilgan. Shuningdek, oila, ta’lim muassasalari va ommaviy axborot vositalarining milliy identiklikni rivojlantirishdagi ahamiyati ochib berilgan. Tadqiqot natijalari*

shuni ko‘rsatadiki, globallashuv sharoitida milliy identiklikni rivojlantirish o‘smirlarda vatanparvarlik, milliy qadriyatlarga hurmat, madaniy merosga daxldorlik hissi va fuqarolik mas’uliyatini shakllantirishga xizmat qiladi. Mazkur mexanizmlarning samarali qo‘llanilishi yoshlarning milliy o‘zligini saqlab qolishi hamda global jamiyatda muvaffaqiyatli integratsiyalashuviga ko‘maklashadi.

Kalit so’zlar: *globallashuv, o‘smirlar, milliy identiklik, milliy o‘zlik, ijtimoiy identifikatsiya, etnik mansublik, milliy qadriyatlar, psixologik mexanizmlar, madaniy meros, vatanparvarlik.*

Аннотация. *В данной статье анализируется влияние процессов глобализации на личность и мировоззрение подростков, а также психологические механизмы развития национальной идентичности в современных условиях. Расширение информационного пространства, развитие цифровых технологий и усиление межкультурных взаимодействий приводят к появлению новых тенденций в формировании национального самосознания подростков. Особое внимание уделяется психологическим факторам, влияющим на развитие национальной идентичности, включая социальную идентификацию, чувство этнической принадлежности, интериоризацию национальных ценностей, рефлексию, социальное подражание и коммуникативные процессы. Также раскрывается роль семьи, образовательных учреждений и средств массовой информации в укреплении национальной идентичности молодежи. Результаты исследования показывают, что развитие национальной идентичности в условиях глобализации способствует формированию патриотизма, уважения к национальным ценностям, чувства сопричастности к культурному наследию и гражданской ответственности. Эффективное использование данных психологических механизмов позволяет подросткам сохранять свою национальную самобытность и одновременно успешно адаптироваться к требованиям глобального общества.*

Ключевые слова: *глобализация, подростки, национальная идентичность, национальное самосознание, социальная идентификация, этническая принадлежность, национальные ценности, психологические механизмы, культурное наследие, патриотизм.*

Abstract. *This article examines the impact of globalization on adolescents’ personality development and worldview, as well as the psychological mechanisms involved in the development of national identity under contemporary social conditions. The expansion of the global information environment, rapid advancement of digital technologies, and increasing intercultural interactions have significantly influenced the process of national self-identification among young people. The study highlights key psychological factors contributing to the formation of national identity, including social identification, ethnic belonging, internalization of national values, self-reflection, social learning, and communication processes. Particular attention is given to the role of family, educational institutions, and mass media in fostering adolescents’ national identity. The findings indicate that strengthening national identity in the context of globalization promotes patriotism, respect for national values, a sense of belonging to cultural heritage, and civic responsibility. Furthermore, the effective functioning of these psychological mechanisms enables adolescents to preserve their cultural uniqueness while successfully integrating into the global community. The study emphasizes the importance of balancing openness to global influences with the preservation of national traditions and cultural values, which is essential for the harmonious development of adolescents in the modern world.*

Key words: *globalization, adolescents, national identity, national self-awareness, social identification, ethnic belonging, national values, psychological mechanisms, cultural heritage, patriotism.*

Kirish. XXI asr globallashuv jarayonlarining jadallashuvi, axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining rivojlanishi va madaniyatlararo aloqalarning kengayishi bilan tavsiflanadi. Globallashuv iqtisodiy, siyosiy, ijtimoiy va madaniy sohalarda davlatlar hamda xalqlar o‘rtasidagi integratsiyani kuchaytirib, insoniyat taraqqiyotining muhim omillaridan biriga aylandi. Ayniqsa, internet tarmoqlari, ijtimoiy media platformalari va raqamli kommunikatsiya vositalarining

ommalashuvi natijasida yosh avlodning dunyoqarashi, qadriyatlari va ijtimoiy xulq-atvorida sezilarli o‘zgarishlar kuzatilmoqda. Bunday sharoitda o‘smirlarning milliy identikligi, milliy o‘zligini anglashi va o‘z xalqining tarixiy-madaniy merosiga bo‘lgan munosabatini shakllantirish masalasi dolzarb ilmiy-amaliy muammolardan biri sifatida namoyon bo‘lmoqda.

Milliy identiklik shaxsning muayyan millatga mansubligini anglash, uning tili, madaniyati, urf-odatlari, an’analari va tarixiy qadriyatlarini qabul qilishi hamda ularga nisbatan ijobiy munosabatda bo‘lishini ifodalovchi murakkab ijtimoiy-psixologik hodisadir. Psixologik nuqtayi nazardan milliy identiklik shaxs identikligining muhim tarkibiy qismi bo‘lib, insonning o‘zini anglashida, ijtimoiy munosabatlarni shakllantirishida va jamiyatdagi o‘rnini belgilashida muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, o‘smirlik davrida identiklikning shakllanishi jadal tus oladi. Mazkur davrda shaxsning “Men” konsepsiyasi rivojlanadi, o‘ziga xos qadriyatlar tizimi shakllanadi va ijtimoiy guruhlarga mansublik hissi kuchayadi. Shu sababli o‘smirlik davri milliy identiklikni rivojlantirish uchun eng qulay va mas’uliyatli bosqichlardan biri hisoblanadi.

Psixologiya fanida identiklik muammosi ko‘plab olimlar tomonidan o‘rganilgan. Jumladan, Erik Erikson identiklikni shaxs rivojlanishining markaziy elementi sifatida talqin qilib, o‘smirlik davrini “identiklikka erishish” bosqichi deb hisoblagan. Uning fikricha, aynan shu davrda inson o‘zining kimligi, qaysi ijtimoiy guruhga mansubligi va hayotiy maqsadlarini aniqlashtiradi. J. Marcia esa identiklikning shakllanish holatlarini tadqiq etib, identiklikning turli darajalari mavjudligini ilmiy asoslab bergan. H. Tajfel va J. Turner tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy identiklik nazariyasiga ko‘ra, insonning o‘z guruhiga mansubligini his etishi uning xulqi, qadriyatlari va ijtimoiy munosabatlariga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Mazkur nazariyalar milliy identiklikni o‘rganishda ham muhim metodologik asos bo‘lib xizmat qiladi.

Bugungi kunda dunyo miqyosida yoshlarning madaniy identikligi va milliy o‘zligini saqlash masalasi xalqaro tashkilotlar tomonidan ham muhim vazifa sifatida e’tirof etilmoqda. Xususan, UNESCO tomonidan madaniy xilma-xillikni asrash va yoshlar orasida milliy-madaniy qadriyatlarni rivojlantirish insoniyatning barqaror taraqqiyoti uchun zarur omillardan biri sifatida ko‘rsatilgan. Jahon miqyosida olib borilgan tadqiqotlar internet va ijtimoiy tarmoqlardan faol foydalanadigan o‘smirlarning dunyoqarashida global madaniyat elementlari kuchayib borayotganini, ayrim hollarda esa milliy qadriyatlarga bo‘lgan qiziqishning pasayishiga olib kelayotganini ko‘rsatmoqda. Shu bilan birga, raqamli texnologiyalar milliy madaniyatni targ‘ib qilish va yoshlarning milliy identikligini mustahkamlash uchun ham yangi imkoniyatlar yaratmoqda.

O‘zbekiston sharoitida ham yoshlarning milliy o‘zligini anglash, ularda vatanparvarlik, fuqarolik mas’uliyati va milliy qadriyatlarga hurmat hissini shakllantirish davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Mamlakatimizda amalga oshirilayotgan ma’naviy-ma’rifiy islohotlar, yoshlar siyosati, ta’lim tizimida milliy qadriyatlarni targ‘ib etishga qaratilgan dasturlar yosh avlodning milliy identikligini rivojlantirishga xizmat qilmoqda. Yangi O‘zbekiston taraqqiyot strategiyasida ham yoshlarni milliy va umuminsoniy qadriyatlar ruhida tarbiyalash, ularning intellektual va ma’naviy salohiyatini oshirish masalalariga alohida e’tibor qaratilgan.

Globallashuvning kuchayib borayotgan ta’siri sharoitida o‘smirlarda milliy identiklikni rivojlantirishning psixologik mexanizmlarini aniqlash va ilmiy jihatdan asoslash muhim ahamiyat kasb etadi. Bunday mexanizmlar qatoriga ijtimoiy identifikatsiya, etnik mansublik hissi, milliy qadriyatlarni interiorizatsiya qilish, refleksiya, ijtimoiy taqlid, kommunikativ ta’sirlar va ijtimoiy tajribaning o‘zlashtirilishi kiradi. Ushbu mexanizmlarning samarali faoliyati natijasida o‘smirlarda milliy o‘zlikni anglash, madaniy merosga hurmat, milliy g‘urur va fuqarolik pozitsiyasi shakllanadi. Shu bois mazkur mavzuni o‘rganish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham muhim bo‘lib, yosh avlodni globallashuvning turli salbiy ta’sirlaridan himoya qilish hamda ularni milliy va umuminsoniy qadriyatlar uyg‘unligida tarbiyalash imkonini beradi.

Adabiyotlar tahlili. Globallashuv sharoitida o‘smirlarda milliy identiklikni rivojlantirish muammosi zamonaviy psixologiya, pedagogika, sotsiologiya va madaniyatshunoslik fanlarining dolzarb tadqiqot yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Ushbu masala yuzasidan xorijiy va rus olimlari tomonidan olib borilgan ilmiy izlanishlar milliy identiklikning mazmun-mohiyati, uning shakllanish qonuniyatlari, psixologik mexanizmlari hamda yoshlar ijtimoiylashuvidagi o‘rnini keng yoritib

bergan. Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, milliy identiklik shaxsning etnik, madaniy va fuqarolik mansubligini anglash jarayoni bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, ayniqsa o‘smirlik davrida faol shakllanadigan murakkab psixologik konstrukt sifatida namoyon bo‘ladi.

Identiklik nazariyasining ilmiy asoslari avvalo amerikalik psixolog Erik Erikson tomonidan ishlab chiqilgan. Olimning psixosotsial rivojlanish nazariyasida identiklik shaxs taraqqiyotining markaziy komponenti sifatida talqin qilinadi. Erikson o‘smirlik davrini “identiklikka erishish” bosqichi deb atab, aynan shu davrda inson o‘zining kimligi, qaysi ijtimoiy va madaniy guruhlarga mansubligi hamda hayotiy maqsadlarini aniqlashga intilishini ta’kidlagan. Uning fikricha, identiklikning muvaffaqiyatli shakllanishi shaxsning psixologik barqarorligi va ijtimoiy moslashuvining muhim sharti hisoblanadi. Mazkur yondashuv keyinchalik milliy identiklik masalasini o‘rganishda nazariy asos vazifasini bajargan.

Erikson g‘oyalarini rivojlantirgan amerikalik tadqiqotchi James Marcia identiklikning shakllanish darajalari va statuslarini ishlab chiqdi. Uning tadqiqotlarida o‘smirlarning milliy va madaniy o‘zligini anglash jarayonlari identiklik inqirozi va identiklikka erishish bosqichlari orqali izohlanadi. Marcia milliy identiklikning barqaror shakllanishi o‘smirlarning qadriyatlarni ongli ravishda qabul qilishi va ularga nisbatan shaxsiy munosabat bildira olishi bilan bog‘liqligini ilmiy jihatdan asoslab bergan.

Milliy identiklikning ijtimoiy-psixologik jihatlarini tadqiq etishda Henri Tajfel va John Turner tomonidan yaratilgan ijtimoiy identiklik nazariyasi alohida ahamiyatga ega. Mazkur nazariyaga ko‘ra, inson o‘zini muayyan guruh a’zosi sifatida anglash orqali ijtimoiy identiklikka ega bo‘ladi. Shaxsning milliy guruhga mansubligini his qilishi uning xulq-atvori, qadriyatlari va dunyoqarashiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Olimlarning fikricha, milliy identiklik ijtimoiy taqqoslash va guruhlararo munosabatlar jarayonida shakllanib boradi. Ushbu yondashuv globallashuv sharoitida yoshlarning milliy o‘zligini saqlash mexanizmlarini tushuntirishda keng qo‘llanilmoqda.

Milliy identiklikning etnopsixologik jihatlari kanadalik olim John Berry tadqiqotlarida chuqur o‘rganilgan. Berry migratsiya, madaniyatlararo aloqalar va globallashuv sharoitida etnik identiklikning rivojlanish qonuniyatlarini tahlil qilib, shaxsning o‘z milliy madaniyatiga sodiqligini saqlagan holda boshqa madaniyatlar bilan ham samarali integratsiyalashuvi mumkinligini asoslagan. Uning akkomodatsiya va akkulturatsiya nazariyalari zamonaviy yoshlarning milliy identikligini o‘rganishda muhim metodologik ahamiyatga ega.

Milliy identiklikning tarixiy va madaniy asoslarini tadqiq etishda Anthony D. Smith va Benedict Anderson ning ishlari alohida o‘rin tutadi. Smit millat va milliy identiklikning shakllanishida tarixiy xotira, umumiy qadriyatlar, ramzlar va madaniy merosning rolini yoritgan bo‘lsa, Anderson millatni “tasavvur qilingan hamjamiyat” sifatida talqin qilib, ommaviy kommunikatsiya vositalarining milliy ongni shakllantirishdagi ahamiyatini ko‘rsatib bergan. Mazkur qarashlar bugungi raqamli jamiyat sharoitida milliy identiklikning yangi shakllarini tushunishda nazariy asos bo‘lib xizmat qilmoqda.

Rus psixologiya maktabida identiklik va shaxs rivojlanishi muammolari Lev Vygotsky, Aleksei Leontiev va Sergei Rubinstein asarlarida bilvosita yoritilgan. Vygotskiyning madaniy-tarixiy rivojlanish nazariyasiga ko‘ra, shaxsning o‘zligini anglash jarayoni ijtimoiy muhit va madaniy tajribani o‘zlashtirish orqali shakllanadi. Olim milliy madaniyat va ijtimoiy tajriba shaxs taraqqiyotining asosiy manbalaridan biri ekanligini ta’kidlagan. Leontiev esa faoliyat nazariyasi orqali insonning qadriyatlari va identikligi faol ijtimoiy munosabatlar jarayonida tarkib topishini ilmiy asoslagan.

Zamonaviy rus olimlaridan Galina Soldatova, Tatiana Stefanenko va Vladimir Khotinets etnik va milliy identiklik masalalarini keng o‘rganganlar. Soldatova etnik identiklikning psixologik tuzilmasi va uning yoshlar ijtimoiylashuvidagi rolini tadqiq etib, globallashuv jarayonlari sharoitida etnomadaniy qadriyatlarni saqlash muhimligini ta’kidlaydi. Stefanenko esa etnopsixologik tadqiqotlarida milliy identiklikning shakllanishiga ta’sir qiluvchi ijtimoiy stereotiplar, qadriyatlar va kommunikativ omillarni tahlil qilgan. Khotinetsning ilmiy ishlarida esa yoshlarning etnik o‘zligini anglash mexanizmlari va ularning shaxsiy rivojlanish bilan bog‘liqligi yoritilgan.

So‘nggi yillarda olib borilgan tadqiqotlar milliy identiklikni rivojlantirishda raqamli texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlarning roliga alohida e’tibor qaratmoqda. Xorijiy olimlar internet makoni yoshlarning ijtimoiylashuvi va identiklik shakllanishining yangi maydoniga aylanganligini qayd etadilar. Bir tomondan, global axborot oqimi milliy qadriyatlarning transformatsiyasiga sabab bo‘lsa, ikkinchi tomondan, milliy madaniyat va tarixiy merosni keng targ‘ib qilish imkoniyatlarini yaratadi. Shu nuqtai nazardan, zamonaviy tadqiqotlarda milliy identiklikni rivojlantirishning psixologik mexanizmlari sifatida refleksiya, ijtimoiy identifikatsiya, madaniy interiorizatsiya, emotsional bog‘liqlik, ijtimoiy taqlid va kommunikativ faoliyat omillari alohida ko‘rsatib o‘tilmoqda.

Tahlil qilingan ilmiy manbalar shuni ko‘rsatadiki, globallashuv sharoitida o‘smirlarda milliy identiklikni rivojlantirish ko‘p omilli va murakkab psixologik jarayon bo‘lib, uning samaradorligi oila, ta’lim muassasalari, tengdoshlar guruhi, ommaviy axborot vositalari hamda raqamli muhitning o‘zaro uyg‘un ta’siriga bog‘liqdir. Xorijiy va rus olimlari tomonidan yaratilgan nazariy yondashuvlar ushbu muammoni chuqur o‘rganish uchun mustahkam metodologik asos yaratib, milliy identiklikni rivojlantirishning samarali pedagogik va psixologik mexanizmlarini ishlab chiqishga xizmat qiladi. Shu sababli mazkur tadqiqot yo‘nalishi bugungi kunda nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham katta ilmiy ahamiyat kasb etmoqda.

Xulosa. Globallashuv sharoitida o‘smirlarda milliy identiklikni rivojlantirish masalasi zamonaviy psixologiya va pedagogikaning muhim ilmiy-amaliy yo‘nalishlaridan biri ekanligi ushbu tadqiqot davomida tasdiqlandi. Axborot texnologiyalarining jadal rivojlanishi, ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi va madaniyatlararo aloqalarning kuchayishi o‘smirlarning dunyoqarashi, qadriyatlari va o‘zini anglash jarayoniga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Bunday sharoitda milliy identiklikni shakllantirish va mustahkamlash yoshlarning psixologik barqarorligi, ijtimoiy moslashuvi hamda fuqarolik pozitsiyasini rivojlantirishning muhim omili sifatida namoyon bo‘ladi.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, milliy identiklik o‘smir shaxsining oddiy etnik mansubligi emas, balki tarixiy xotira, til, madaniyat, qadriyatlar va milliy an’analarga nisbatan ongli munosabatni o‘z ichiga oluvchi murakkab psixologik tizimdir. Uning shakllanishida ijtimoiy identifikatsiya, refleksiya, emotsional bog‘liqlik, qadriyatlarni interiorizatsiya qilish va kommunikativ tajriba kabi psixologik mexanizmlar hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Ayniqsa, o‘smirlik davrida shaxsning “Men” konsepsiyasi faol rivojlanishi sababli milliy o‘zlikni anglash jarayoni yanada intensiv tus oladi.

Shuningdek, oila, ta’lim muassasalari va ommaviy axborot vositalarining o‘zaro uyg‘un faoliyati milliy identiklikni rivojlantirishning eng muhim shartlaridan biri ekanligi aniqlandi. Oila milliy qadriyatlarning birlamchi manbai bo‘lsa, ta’lim tizimi ularni ongli ravishda o‘zlashtirish va ijtimoiy tajriba bilan bog‘lash imkonini beradi. Raqamli media esa bir tomondan global madaniyat ta’sirini kuchaytirsa, ikkinchi tomondan milliy madaniyat va tarixiy merosni targ‘ib qilish uchun yangi kommunikativ maydon yaratadi. Shu sababli raqamli makondan maqsadli va pedagogik jihatdan asoslangan foydalanish milliy identiklikni mustahkamlashning samarali vositasiga aylanishi mumkin.

Tahlil qilingan ilmiy manbalar va nazariy yondashuvlar shuni ko‘rsatadiki, globallashuvni milliy identiklikka tahdid sifatida emas, balki milliy qadriyatlarni yangi sharoitlarda qayta talqin qilish va rivojlantirish imkoniyati sifatida ko‘rish maqsadga muvofiqdir. O‘smirlarda milliy identiklikni rivojlantirish global ochiqlik va milliy o‘zlikni saqlash o‘rtasidagi muvozanatni ta’minlashga xizmat qiladi. Bu esa yoshlarning o‘z madaniy ildizlariga tayangan holda zamonaviy dunyo talablari bilan uyg‘un rivojlanishiga imkon yaratadi.

Umuman olganda, milliy identiklikni rivojlantirishga qaratilgan psixologik va pedagogik yondashuvlarni takomillashtirish, ta’lim jarayoniga milliy-madaniy mazmunni chuqur integratsiya qilish hamda yoshlarning raqamli madaniyatini oshirish kelajakda barkamol, vatanparvar va global jarayonlarga moslashuvchan avlodni tarbiyalashning muhim sharti hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Erikson E. H. Identity: Youth and Crisis. – New York: W.W. Norton & Company, 1968. – 336 p.

2. Marcia J. E. Development and Validation of Ego Identity Status // Journal of Personality and Social Psychology. – 1966. – Vol. 3, № 5. – P. 551–558.
3. Tajfel H. Human Groups and Social Categories: Studies in Social Psychology. – Cambridge: Cambridge University Press, 1981. – 384 p.
4. Tajfel H., Turner J. C. The Social Identity Theory of Intergroup Behavior // Psychology of Intergroup Relations. – Chicago: Nelson-Hall, 1986. – P. 7–24.
5. Berry J. W. Cross-Cultural Psychology: Research and Applications. – Cambridge: Cambridge University Press, 2011. – 625 p.
6. Anderson B. Imagined Communities: Reflections on the Origin and Spread of Nationalism. – London: Verso, 2006. – 240 p.
7. Smith A. D. National Identity. – Reno: University of Nevada Press, 1991. – 226 p.
8. Castells M. The Power of Identity. – 2nd ed. – Oxford: Blackwell Publishing, 2010. – 584 p.

Abdullayeva Yulduz Shuhratovna
Buxoro davlat universiteti magistranti

PEDAGOG KASBIY YETUKLIGINI SHAKLLANTIRISHDA SHAXSIY-PSIXOLOGIK OMILLARNING O‘RNI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada pedagog kasbiy kompetensiyasining shakllanishi va rivojlanishida shaxsiy-psixologik xususiyatlarning o‘rni ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Pedagog shaxsining individual xususiyatlari, xususan, motivatsiya, emotsional barqarorlik, refleksiya, empatiya va o‘zini o‘zi rivojlantirishga intilish kabi omillar kasbiy samaradorlikning muhim ko‘rsatkichlari sifatida yoritilgan. Tadqiqot davomida shaxsiy-psixologik xususiyatlarning pedagog faoliyatiga ta’siri, ularning kasbiy kompetensiyani shakllantirishdagi ahamiyati tahlil qilinib, amaliy tavsiyalar berilgan. Maqola pedagog kadrlar tayyorlash va ularning kasbiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash jarayonida psixologik yondashuvlarning muhimligini asoslaydi.*

Kalit so’zlar: *kasbiy kompetensiya, pedagog shaxsi, shaxsiy-psixologik xususiyatlar, motivatsiya, refleksiya, emotsional barqarorlik.*

Аннотация. *В данной статье с научно-теоретической точки зрения анализируется роль личностно-психологических особенностей в формировании и развитии профессиональной компетентности педагога. Индивидуальные характеристики личности педагога, в частности мотивация, эмоциональная устойчивость, рефлексия, эмпатия и стремление к саморазвитию, рассматриваются как важнейшие показатели профессиональной эффективности. В ходе исследования проанализировано влияние личностно-психологических особенностей на педагогическую деятельность, а также их значение в формировании профессиональной компетентности, на основе чего разработаны практические рекомендации. Статья обосновывает значимость психологических подходов в процессе подготовки педагогических кадров и поддержки их профессионального развития.*

Ключевые слова: *профессиональная компетентность, личность педагога, личностно-психологические особенности, мотивация, рефлексия, эмоциональная устойчивость.*

Abstract. *This article provides a scientific and theoretical analysis of the role of personal and psychological characteristics in the formation and development of teachers’ professional competence. Individual characteristics of a teacher’s personality, including motivation, emotional stability, reflection, empathy, and the desire for self-development, are highlighted as key indicators of professional effectiveness. The study examines the influence of personal and psychological traits on pedagogical activity and their significance in shaping professional competence, and offers practical recommendations. The article substantiates the importance of psychological approaches in teacher training and in supporting their professional development.*

Key words: *professional competence, teacher personality, personal and psychological characteristics, motivation, reflection, emotional stability.*

Kirish. Zamonaviy ta’lim tizimida pedagog shaxsining kasbiy yetukligi ta’lim sifati va samaradorligini belgilovchi asosiy omillardan biri hisoblanadi. Bugungi globallashuv, raqamlashtirish va innovatsion pedagogik texnologiyalar sharoitida pedagogdan nafaqat chuqur kasbiy bilim va ko‘nikmalar, balki yuqori darajadagi shaxsiy-psixologik tayyorgarlik ham talab etiladi. Shu bois pedagog kasbiy yetukligini shakllantirish jarayonida shaxsiy-psixologik omillarning o‘rni va ahamiyatini ilmiy asosda o‘rganish dolzarb vazifalardan biridir.

Kasbiy yetuklik pedagogning o‘z kasbiga nisbatan mas’uliyatli munosabati, mustaqil fikrlashi, ijodkorligi hamda o‘z faoliyatini ongli ravishda boshqara olish qobiliyatida namoyon bo‘ladi. Ushbu jarayonda pedagog shaxsining motivatsion sohasi, emotsional barqarorligi, reflektiv qobiliyatlari, empatiyasi va o‘zini o‘zi rivojlantirishga bo‘lgan ehtiyoji muhim psixologik resurslar sifatida qaraladi. Aynan ushbu omillar pedagogning kasbiy faoliyatini samarali tashkil etishiga, ta’lim jarayonida yuzaga keladigan murakkab vaziyatlarni konstruktiv hal etishiga imkon yaratadi.

Ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, pedagog kasbiy yetukligining shakllanishi faqat tashqi sharoitlar yoki metodik tayyorgarlik bilan emas, balki shaxsning ichki psixologik imkoniyatlari bilan ham chambarchas bog‘liqdir. Shu nuqtayi nazardan, pedagog kadrlarni tayyorlash va ularning malakasini oshirish tizimida shaxsiy-psixologik omillarni rivojlantirishga yo‘naltirilgan yondashuvlarni joriy etish zarurati yuzaga kelmoqda.

Muhokama tahlili

Pedagog kasbiy yetukligini shakllantirish jarayoni ko‘p bosqichli va uzluksiz jarayon bo‘lib, u pedagog shaxsining psixologik rivojlanish darajasi bilan bevosita bog‘liq. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, shaxsiy-psixologik omillar pedagogning kasbiy faoliyatida yetakchi rol o‘ynaydi va uning professional o‘sish sur’atini belgilaydi.

Avvalo, kasbiy motivatsiya pedagog yetukligining asosiy psixologik negizi hisoblanadi. Ichki motivatsiya ustun bo‘lgan pedagoglar o‘z faoliyatini mazmunli deb qabul qiladi, kasbiy qiyinchiliklarni rivojlanish imkoniyati sifatida ko‘radi va o‘z ustida muntazam ishlashga intiladi. Bunday pedagoglarda kasbiy charchash holatlari kamroq uchraydi va ular o‘z kasbiga sodiqlik bilan yondashadi.

Emotsional barqarorlik pedagogning stressga chidamliligini va pedagogik vaziyatlarda o‘zini boshqara olish qobiliyatini belgilaydi. Ta’lim jarayonida turli xil emotsional zo‘riqishlar va nizoli vaziyatlar yuzaga kelishi tabiiy hol bo‘lib, emotsional jihatdan yetuk pedagoglar bunday vaziyatlarda vazminlikni saqlab, konstruktiv yechimlar topa oladi. Bu esa pedagogning kasbiy obro‘si va samaradorligini oshiradi.

Refleksiya pedagogning o‘z faoliyatini tahlil qilish va baholash qobiliyatini namoyon etadi. Reflektiv yondashuv pedagogga o‘z xatolarini anglash, ularni tuzatish va kasbiy faoliyatini takomillashtirish imkonini beradi. Tadqiqotlar refleksiya darajasi yuqori bo‘lgan pedagoglarning kasbiy yetukligi tezroq shakllanishini ko‘rsatadi.

Empatiya esa pedagog va ta’lim oluvchilar o‘rtasidagi psixologik aloqani mustahkamlovchi muhim omildir. Empatik pedagog o‘quvchilarning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda ta’lim jarayonini tashkil etadi, bu esa pedagogik ta’sirning samaradorligini oshiradi. Aynan empatiya orqali pedagog shaxsiy va kasbiy yetuklikning muhim ko‘rsatkichlariga erishadi.

Muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, pedagog kasbiy yetukligini shakllantirishda shaxsiy-psixologik omillarni e’tibordan chetda qoldirish ta’lim jarayonining sifatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu bois pedagoglarning kasbiy rivojlanish dasturlariga psixologik treninglar, reflektiv mashg‘ulotlar va shaxsiy rivojlanishga yo‘naltirilgan metodlarni tizimli ravishda joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi.

Shuningdek, pedagog kasbiy yetukligini shakllantirish jarayonida shaxsiy-psixologik omillarning o‘zaro integratsiyasi alohida ahamiyat kasb etadi. Motivatsiya, emotsional barqarorlik, refleksiya va empatiya alohida-alohida namoyon bo‘lishi bilan birga, ularning o‘zaro uyg‘unligi pedagog shaxsining kasbiy barqarorligini ta’minlaydi. Masalan, yuqori motivatsiya emotsional barqarorlik bilan uyg‘unlashgan taqdirda pedagog stressli vaziyatlarda ham samarali faoliyat yurita oladi.

Pedagog kasbiy yetukligining shakllanishida shaxsiy-psixologik omillar bilan bir qatorda ijtimoiy-psixologik muhit ham muhim rol o‘ynaydi. Jamoada ijobiy psixologik iqlimning mavjudligi, rahbariyat tomonidan pedagog shaxsini qo‘llab-quvvatlash va konstruktiv muloqot imkoniyatlarining yaratilishi pedagogning ichki psixologik resurslarini faollashtiradi. Bunday sharoitda pedagog o‘z salohiyatini to‘liq namoyon etishga intiladi va kasbiy yetuklikka tezroq erishadi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, shaxsiy-psixologik omillarning yetarli darajada rivojlanmaganligi pedagoglarda kasbiy zo‘riqish, emotsional charchash va kasbiy deformatsiyalarga olib kelishi mumkin. Ayniqsa, reflektiv qobiliyatning past darajada bo‘lishi pedagogning o‘z faoliyatini tanqidiy baholay olmasligiga va kasbiy rivojlanish jarayonida to‘xtab qolishiga sabab bo‘ladi. Shu nuqtayi nazardan, pedagoglarning kasbiy faoliyatida psixologik profilaktika masalalari muhim ahamiyat kasb etadi.

Bundan tashqari, zamonaviy ta’lim sharoitida pedagogning kasbiy yetukligi raqamli kompetensiyalar va moslashuvchanlik bilan ham uzviy bog‘liqdir. Psixologik jihatdan yetuk pedagoglar innovatsion texnologiyalarni qabul qilishga ochiq bo‘ladi, yangi pedagogik yondashuvlarni tez o‘zlashtiradi va o‘z kasbiy faoliyatiga moslashtira oladi. Bu holat shaxsiy-psixologik omillarning pedagog kasbiy yetukligini ta’minlashdagi strategik ahamiyatini yanada kuchaytiradi.

Umuman olganda, muhokama natijalari pedagog kasbiy yetukligini shakllantirish jarayonida shaxsiy-psixologik omillarni tizimli ravishda rivojlantirish zarurligini tasdiqlaydi. Ushbu omillarni rivojlantirishga yo‘naltirilgan psixologik dasturlar pedagogning nafaqat kasbiy samaradorligini oshiradi, balki uning kasbiy faoliyatdan qoniqish darajasini ham yuqori bosqichga olib chiqadi.

Foydalanlgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya T. – O’zbekiston faylasuflari milliy jamiyati . 2010 yil
2. Barotov. Sh.R Psixologik xizmat T. – Navro’z: 2018 yil
3. Ibodullayev Z. R. Asab va ruhiyat: T, Sharq 2015 yil
4. Выготский Л. С. Мышление и речь. - Москва: Педагогика, 1982.
5. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. - Москва: Политиздат, 1975.
6. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. - Санкт-Петербург: Питер, 2002.

Samadova Nilufar Nodir qizi
Buxoro davlat Universiteti magistranti

ZAMONAVIY JAMIYATDA TOLERANTLIKNING PSIXOLOGIK VA IJTIMOIY AHAMIYATI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada tolerantlik tushunchasining mazmun-mohiyati, uning shaxslararo munosabatlar va jamiyat barqarorligidagi o‘rni psixologik hamda ijtimoiy jihatdan tahlil qilinadi. Tolerantlikning shakllanish omillari, individual va guruh darajasidagi namoyon bo‘lish xususiyatlari yoritilib, zamonaviy jamiyatda turli madaniyat, qarash va qadriyatlarga nisbatan bag‘rikeng munosabatni rivojlantirishning ahamiyati asoslab beriladi. Shuningdek, tolerantlikning ijtimoiy totuvlik, muloqot samaradorligi va shaxsning psixologik farovonligiga ta’siri ilmiy manbalar asosida ochib beriladi.*

Kalit so’zlar: *tolerantlik, bag‘rikenglik, ijtimoiy munosabatlar, shaxs psixologiyasi, madaniy xilma-xillik, ijtimoiy barqarorlik, muloqot.*

Аннотация. *В данной статье с психологической и социальной точек зрения анализируется сущность понятия толерантности, а также её роль в межличностных отношениях и обеспечении стабильности общества. Освещаются факторы формирования толерантности, особенности её проявления на индивидуальном и групповом уровнях, обосновывается значимость развития толерантного отношения к различным культурам, взглядам и ценностям в современном обществе. Также на основе научных источников*

раскрывается влияние толерантности на социальную гармонию, эффективность общения и психологическое благополучие личности.

Ключевые слова: *толерантность, терпимость, социальные отношения, психология личности, культурное разнообразие, социальная стабильность, общение*

Abstract. *This article analyzes the essence of the concept of tolerance and its role in interpersonal relationships and social stability from psychological and social perspectives. The factors influencing the formation of tolerance, as well as its manifestations at individual and group levels, are examined. The importance of developing a tolerant attitude toward diverse cultures, views, and values in modern society is substantiated. In addition, the impact of tolerance on social harmony, communication effectiveness, and individual psychological well-being is revealed based on scientific sources.*

Key words: *tolerance, social relations, personality psychology, cultural diversity, social stability, communication*

Kirish. Zamonaviy globallashuv sharoitida jamiyatda madaniy, ijtimoiy, diniy va dunyoqarashlar xilma-xilligi tobora kuchayib bormoqda. Bunday sharoitda shaxslar va ijtimoiy guruhlar o‘rtasida o‘zaro tushunish, hurmat va hamkorlikni ta’minlash muhim ahamiyat kasb etadi. Aynan shu jarayonda tolerantlik jamiyat barqarorligi va ijtimoiy totuvlikni saqlashning muhim omili sifatida namoyon bo‘ladi.

Tolerantlik tushunchasi shaxsning boshqacha fikr, qarash va xatti-harakatlarga nisbatan sabr-toqatli, bag‘rikeng munosabatda bo‘lish qobiliyatini anglatadi. Psixologiya fanida tolerantlik shaxsning emotsional barqarorligi, empatiya darajasi va ijtimoiy moslashuvchanligi bilan bevosita bog‘liq sifatida talqin etiladi. Ijtimoiy nuqtai nazardan esa u jamiyatdagi nizolarni oldini olish, samarali muloqotni yo‘lga qo‘yish va ijtimoiy birlikni mustahkamlashga xizmat qiladi.

Shu bois, tolerantlikni psixologik va ijtimoiy jihatdan o‘rganish, uning shakllanish omillari va namoyon bo‘lish xususiyatlarini tahlil qilish bugungi kunda dolzarb ilmiy muammolardan biri hisoblanadi. Ushbu maqolada tolerantlikning shaxslararo munosabatlar va jamiyat barqarorligidagi o‘rni chuqur tahlil qilinadi.

Muhokama tahlili. Tolerantlikning shakllanishi murakkab va ko‘p omilli jarayon bo‘lib, u shaxsning individual xususiyatlari hamda ijtimoiy muhit ta’siri ostida rivojlanadi. Psixologik jihatdan tolerantlik empatiya, refleksiya, emotsional nazorat va ijtimoiy intellekt kabi sifatlar bilan uzviy bog‘liqdir. Ushbu sifatlar yetarli darajada rivojlangan shaxslar turli fikr va qarashlarga nisbatan murosali munosabatda bo‘lishga moyil bo‘ladi.

Individual darajada tolerantlik shaxsning o‘zini anglash darajasi, hayotiy tajribasi va tarbiya jarayoni bilan belgilanadi. Oilaviy muhitda hurmat, ochiq muloqot va o‘zaro tushunish ustuvor bo‘lgan sharoitda voyaga yetgan shaxslarda tolerantlik ko‘proq shakllanadi. Aksincha, avtoritar yoki ziddiyatli muhitda ulg‘aygan shaxslarda murosasizlik va qat’iylik kuchli bo‘lishi mumkin.

Guruh darajasida tolerantlik ijtimoiy normalar, madaniy qadriyatlar va ta’lim tizimi orqali rivojlanadi. Ta’lim muassasalarida tolerantlikka oid bilimlar berilishi, hamkorlikka asoslangan faoliyat turlarining tashkil etilishi yoshlarning ijtimoiy moslashuvchanligini oshiradi. Shu bilan birga, tolerant muhit mavjud bo‘lgan jamoalarda muloqot samaradorligi yuqori bo‘lib, nizolar kamroq uchraydi.

Tolerantlikning jamiyat barqarorligiga ta’siri ayniqsa ko‘p madaniyatli muhitda yaqqol namoyon bo‘ladi. Bag‘rikeng munosabat ijtimoiy keskinlikni kamaytiradi, shaxslararo ishonchni mustahkamlaydi va umumiy ijtimoiy farovonlikni ta’minlaydi. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, tolerantlik darajasi yuqori bo‘lgan jamiyatlarda shaxslarning psixologik farovonligi, hayotdan qoniqish darajasi ham yuqori bo‘ladi.

Shu sababli, tolerantlikni rivojlantirish nafaqat shaxsiy, balki ijtimoiy ahamiyatga ega bo‘lgan muhim vazifa hisoblanadi. Bu jarayon uzluksiz ta’lim, psixologik treninglar va ijtimoiy madaniyatni yuksaltirish orqali amalga oshirilishi lozim.

Tolerantlikning psixologik mexanizmlarini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, ushbu sifat shaxsning kognitiv, emotsional va xulq-atvor komponentlarining uyg‘un rivojlanishini talab etadi.

Kognitiv komponent boshqacha fikr va qarashlarni anglash hamda ularni qabul qilishga tayyorlik bilan bog‘liq bo‘lsa, emotsional komponent salbiy hissiyotlarni boshqarish va empatik munosabatni namoyon etishni ta’minlaydi. Xulq-atvor komponenti esa tolerant munosabatning amaliy faoliyatda ifodalanishini belgilaydi. Ushbu komponentlarning yetarli darajada rivojlanmaganligi murosasizlik, stereotiplar va ijtimoiy masofaning kuchayishiga olib kelishi mumkin.

Zamonaviy jamiyatda ommaviy axborot vositalari va raqamli makon tolerantlikning shakllanishida muhim ijtimoiy omil sifatida maydonga chiqmoqda. Internet va ijtimoiy tarmoqlarda turli qarashlarning faol tarqalishi bir tomondan madaniy ochiqlikni kuchaytirsa, ikkinchi tomondan noto‘g‘ri axborot va salbiy stereotiplarning tez yoyilishiga ham sabab bo‘lishi mumkin. Shu bois, media savodxonlikni oshirish tolerantlikni rivojlantirishning muhim sharti hisoblanadi.

Tolerantlik darajasi past bo‘lgan muhitlarda shaxslararo nizolar, psixologik zo‘riqish va ijtimoiy ajralish holatlari ko‘proq kuzatiladi. Bu esa shaxsning emotsional holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatib, xavotir, agressivlik va ijtimoiy befarqlikning kuchayishiga olib keladi. Aksincha, tolerant ijtimoiy muhit shaxsning o‘zini xavfsiz his etishi, erkin fikr bildira olishi va jamiyatda o‘z o‘rnini topishiga imkon yaratadi.

Psixologik amaliyotda tolerantlikni rivojlantirishga qaratilgan trening va intervensiyalar samarali vosita sifatida e’tirof etilmoqda. Empatiyani rivojlantirish, konfliktlarni konstruktiv hal etish va ijtimoiy ko‘nikmalarni shakllantirishga qaratilgan dasturlar shaxslararo munosabatlarda ijobiy o‘zgarishlarga olib keladi. Ayniqsa, ta’lim muassasalari va mehnat jamoalarida olib boriladigan psixologik ishlar tolerantlik madaniyatini shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi.

Shunday qilib, tolerantlikni shaxs va jamiyat taraqqiyotining muhim psixologik resursi sifatida baholash mumkin. Uni rivojlantirishga yo‘naltirilgan tizimli yondashuv jamiyatda barqarorlikni ta’minlash, ijtimoiy ziddiyatlarni kamaytirish va shaxsning psixologik farovonligini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Karimova V.M.. Shaxs va muloqot psixologiyasi. - Toshkent: Fan va texnologiya, 2016.
2. UNESCO. Declaration of Principles on Tolerance. - Paris, 1995.
3. Allport Gordon. The Nature of Prejudice. - Reading, MA: Addison-Wesley, 1954.
4. Rogers Carl. On Becoming a Person: A Therapist’s View of Psychotherapy. - Boston: Houghton Mifflin, 1961.
5. Asmolov A.G.. Psixologiya lichnosti: kulturno-istoricheskiy podxod. - Moskva: Smysl, 2007.

Xaloqova Munisabonu Valiyevna
Buxoro davlat universiteti tayanch doktoranti

RAQAMLI MUHITDA YOSHLARNING ETNOMADANIY IDENTIKLIGINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada raqamli ijtimoiylashuv jarayonida etnomadaniy identiklik transformatsiyasining psixologik determinantlari tahlil qilinadi. Raqamli muhit, ijtimoiy tarmoqlar, virtual muloqot va global axborot oqimining shaxsning milliy o‘zlikni anglashiga, qadriyatlarga munosabatiga hamda madaniy identifikatsiya jarayoniga ta’siri yoritiladi. Shuningdek, maqolada yoshlarning etnomadaniy qarashlari o‘zgarishida ijtimoiy ta’sir, kommunikativ tajriba, raqamli kontent va psixologik moslashuv omillari muhim determinant sifatida ko‘rib chiqiladi.*

Kalit so’zlar: *raqamli ijtimoiylashuv, etnomadaniy identiklik, transformatsiya, psixologik determinantlar, virtual muhit, milliy o‘zlik, ijtimoiy tarmoqlar.*

Аннотация. *В данной статье анализируются психологические детерминанты трансформации этнокультурной идентичности в процессе цифровой социализации. Рассматривается влияние цифровой среды, социальных сетей, виртуального общения и глобального информационного потока на национальное самосознание личности, отношение к*

ценностям и процесс культурной идентификации. Особое внимание уделяется социальному влиянию, коммуникативному опыту, цифровому контенту и психологической адаптации как важным факторам изменения этнокультурных представлений молодежи.

Ключевые слова: *цифровая социализация, этнокультурная идентичность, трансформация, психологические детерминанты, виртуальная среда, национальное самосознание, социальные сети.*

Annotation. *This article analyzes the psychological determinants of ethnocultural identity transformation in the process of digital socialization. It examines the influence of the digital environment, social networks, virtual communication, and global information flows on national self-awareness, value orientations, and cultural identification. The article also highlights social influence, communicative experience, digital content, and psychological adaptation as important factors in the transformation of young people's ethnocultural views.*

Key words: *digital socialization, ethnocultural identity, transformation, psychological determinants, virtual environment, national self-awareness, social networks.*

Kirish. Bugungi globallashuv va raqamli taraqqiyot sharoitida shaxsning ijtimoiylashuv jarayoni an'anaviy muhit doirasidan chiqib, virtual makon, ijtimoiy tarmoqlar, raqamli kommunikatsiya vositalari va global axborot oqimlari ta'sirida yangi mazmun kasb etmoqda. Ayniqsa, yoshlar hayotida internet, mobil texnologiyalar, onlayn hamjamiyatlar va raqamli kontentning o'rni ortib borayotgani ularning dunyoqarashi, qadriyatlarga munosabati, madaniy qarashlari hamda o'zligini anglash jarayoniga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Shu bois raqamli ijtimoiylashuv bugungi psixologiya fanida shaxs taraqqiyoti, identiklik shakllanishi va madaniy mansublikni anglash masalalari bilan uzviy bog'liq muhim ilmiy yo'nalishlardan biri sifatida qaralmoqda.

Etnomadaniy identiklik shaxsning o'z millati, tili, urf-odati, tarixiy xotirasi, qadriyatlari va madaniy merosiga nisbatan ongli munosabatini ifodalaydi. U insonning "men kimman?", "qaysi madaniyatga mansubman?", "qanday qadriyatlarni o'zimniki deb bilaman?" kabi ichki savollariga javob topishida muhim psixologik asos bo'lib xizmat qiladi. An'anaviy jamiyatda etnomadaniy identiklik asosan oila, mahalla, ta'lim muassasasi, milliy urf-odatlar va bevosita ijtimoiy muhit orqali shakllangan bo'lsa, bugungi kunda bu jarayonga raqamli axborot maydoni ham faol ta'sir ko'rsatmoqda.

Raqamli ijtimoiylashuv jarayonida shaxs turli madaniyatlar, qadriyatlar, turmush tarzi, til, obraz va kommunikativ xulq-atvor shakllari bilan muntazam to'qnashadi. Bu holat bir tomondan yoshlarning dunyoqarashini kengaytiradi, madaniyatlararo muloqotga tayyorligini oshiradi, yangi bilim va tajribalarni egallashiga imkon yaratadi. Boshqa tomondan esa milliy qadriyatlarga munosabatning o'zgarishi, madaniy begonalashuv, taqlidchilik, virtual muhitdagi stereotiplar ta'siri va etnomadaniy o'zlikning zaiflashuvi kabi psixologik muammolarni yuzaga keltirishi mumkin. Shu sababli raqamli muhitning etnomadaniy identiklikka ta'sirini bir tomonlama emas, balki murakkab va ko'p omilli jarayon sifatida o'rganish zarur.

Mazkur jarayonda psixologik determinantlar alohida ahamiyatga ega. Shaxsning o'zini anglashi, qadriyatlarga munosabati, ijtimoiy taqqoslashga moyilligi, kommunikativ faolligi, axborotni tanqidiy qabul qilishi, virtual muhitga moslashuvi va ijtimoiy guruhlarga mansublik hissi etnomadaniy identiklik transformatsiyasini belgilovchi muhim omillar hisoblanadi. Ayniqsa, yoshlarning raqamli kontentni qanday qabul qilishi, qaysi onlayn hamjamiyatlarga qo'shilishi, qanday madaniy obrazlarga ergashishi va milliy qadriyatlarni virtual makonda qanday talqin qilishi ularning etnomadaniy o'zligini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi.

Raqamli muhitda etnomadaniy identiklik transformatsiyasi doimo salbiy hodisa sifatida baholanmasligi kerak. Chunki transformatsiya shaxsning madaniy tajribasi boyishi, milliy o'zlikni zamonaviy sharoitda qayta anglash, o'z madaniyatini global makonda namoyon etish va boshqa xalqlar madaniyatiga hurmat bilan qarash imkoniyatini ham yaratadi. Biroq bu jarayon nazoratsiz, tanqidiy fikrlashsiz va milliy-ma'naviy tayanchlarsiz kechsa, yoshlar ongida qadriyatlar chalkashuvi, madaniy identifikatsiya zaiflashuvi yoki virtual ta'sirlarga haddan tashqari berilish holatlari yuzaga

kelishi mumkin. Shu nuqtayi nazardan, raqamli ijtimoiylashuv jarayonida etnomadaniy identiklik transformatsiyasining psixologik determinantlarini o‘rganish dolzarb ilmiy-amaliy ahamiyatga ega. Ushbu mavzuni tadqiq etish yoshlarning milliy o‘zligini anglash jarayonini chuqurroq tushunish, raqamli muhitning shaxs psixologiyasiga ta’sirini baholash, madaniy identiklikni mustahkamlashga xizmat qiluvchi psixologik-pedagogik yondashuvlarni ishlab chiqish imkonini beradi.

Asosiy qism. Raqamli ijtimoiylashuv zamonaviy shaxs taraqqiyotining muhim tarkibiy qismi sifatida insonning ijtimoiy tajribani o‘zlashtirishi, muloqot shakllarini egallashi, axborotni qabul qilishi va o‘zini turli ijtimoiy guruhlar bilan identifikatsiya qilishi jarayoniga bevosita ta’sir ko‘rsatmoqda. An’anaviy ijtimoiylashuvda oila, mahalla, ta’lim muassasasi, milliy urf-odatlar, real muloqot va bevosita ijtimoiy nazorat asosiy omil bo‘lgan bo‘lsa, bugungi kunda raqamli makon ushbu jarayonning faol ishtirokchisiga aylandi. Internet, ijtimoiy tarmoqlar, bloglar, videoplatformalar, virtual hamjamiyatlar va onlayn kommunikatsiya vositalari yoshlarning kundalik hayotiga chuqur kirib kelib, ularning fikrlash tarzi, qadriyatlarga munosabati, madaniy tanlovi va shaxsiy identifikatsiyasini shakllantirishda muhim rol o‘ynamoqda.

Etnomadaniy identiklik shaxsning o‘z milliy-madaniy mansubligini anglashi, xalqining tili, tarixi, urf-odatlari, qadriyatlari va madaniy merosiga nisbatan ijobiy munosabatda bo‘lishi bilan bog‘liq psixologik hodisadir. U shaxsning “men” konsepsiyasida muhim o‘rin tutadi va insonning o‘zini muayyan etnik guruh, millat yoki madaniy muhit vakili sifatida idrok etishiga asos bo‘ladi. Etnomadaniy identiklik barqaror tushuncha bo‘lsa-da, u doimo ijtimoiy muhit, tarbiya, ta’lim, kommunikatsiya va shaxsiy tajriba ta’sirida rivojlanib boradi. Shu sababli raqamli davrda etnomadaniy identiklikning transformatsiyasi tabiiy jarayon sifatida namoyon bo‘lmoqda.

Raqamli muhitda shaxs turli madaniy belgilar, qadriyatlar, tillar, obrazlar, hayot tarzi va axloqiy me’yorlar bilan muntazam to‘qnashadi. Bu jarayon yoshlarning madaniy dunyoqarashini kengaytirishi, boshqa xalqlar madaniyatiga nisbatan tolerantlikni oshirishi, milliy qadriyatlarni zamonaviy shaklda qayta anglash imkonini berishi mumkin. Masalan, yoshlar ijtimoiy tarmoqlarda milliy liboslar, xalq og‘zaki ijodi, tarixiy shaxslar, milliy bayramlar, an’anaviy taomlar yoki ona tilidagi kontent orqali o‘z madaniyatiga qiziqishini kuchaytirishi mumkin. Shu bilan birga, raqamli makonda global ommaviy madaniyatning kuchli ta’siri, begona madaniy obrazlarga ortiqcha taqlid qilish, milliy qadriyatlarga befarqlik, til aralashuvi va madaniy o‘zlikning zaiflashuvi kabi holatlar ham kuzatiladi.

Etnomadaniy identiklik transformatsiyasining asosiy psixologik determinantlaridan biri ijtimoiy taqqoslash jarayonidir. Raqamli muhitda yoshlar o‘z hayot tarzi, tashqi ko‘rinishi, qadriyatlari, oilaviy an’analari va madaniy odatlarini boshqa xalqlar yoki boshqa ijtimoiy guruhlar vakillari bilan solishtiradi. Ijtimoiy tarmoqlarda ko‘rsatilayotgan ideal obrazlar, ommaviy trendlar va mashhur shaxslarning hayot tarzi yoshlarning o‘z madaniy muhitiga bo‘lgan munosabatiga ta’sir ko‘rsatadi. Agar shaxsda tanqidiy fikrlash va mustahkam milliy o‘zlik shakllangan bo‘lsa, u turli madaniy ta’sirlarni ongli ravishda qabul qiladi. Aksincha, etnomadaniy identiklik yetarlicha shakllanmagan bo‘lsa, shaxs o‘z milliy qadriyatlariga nisbatan ikkilanish, befarqlik yoki begonalashuv holatini boshdan kechirishi mumkin.

Ikkinchi muhim determinant - kommunikativ tajriba hisoblanadi. Raqamli ijtimoiylashuv jarayonida shaxsning muloqot doirasi kengayadi. U nafaqat o‘z milliy-madaniy muhitidagi insonlar, balki turli mamlakatlar, turli madaniyat va turli dunyoqarash vakillari bilan virtual aloqaga kirishadi. Bunday muloqot madaniyatlararo anglashuvni kuchaytirishi, shaxsda ochiqlik, bag‘rikenglik va ijtimoiy moslashuvchanlikni rivojlantirishi mumkin. Biroq kommunikativ tajriba nazoratsiz va tanqidiy baholashsiz kechsa, yoshlar o‘z madaniy qadriyatlarini ikkinchi darajali deb qabul qilishi, begona madaniy me’yorlarni esa ustun qo‘yishi mumkin. Shu jihatdan raqamli kommunikatsiya etnomadaniy identiklikni ham boyituvchi, ham zaiflashtiruvchi omil sifatida namoyon bo‘ladi.

Uchinchi determinant sifatida raqamli kontentning mazmuni va ta’sirini ko‘rsatish mumkin. Shaxs internet orqali qanday axborotlarni iste’mol qilishi, qaysi blogerlarni kuzatishi, qanday videolarni tomosha qilishi, qaysi onlayn guruhlarga a’zo bo‘lishi uning qadriyatlar tizimiga bevosita ta’sir qiladi. Milliy qadriyatlarni targ‘ib qiluvchi, tarixiy xotirani mustahkamlovchi, ona tiliga hurmat uyg‘otuvchi, madaniy merosni zamonaviy shaklda yorituvchi kontent yoshlarning etnomadaniy

identikligini mustahkamlaydi. Aksincha, iste'molchilik kayfiyati, madaniy stereotiplar, axloqiy nisbiylik, milliy qadriyatlarga bepisand munosabat yoki faqat tashqi ko‘rinishga asoslangan virtual obrazlar shaxsda qadriyatlar chalkashuvini keltirib chiqarishi mumkin.

To‘rtinchi muhim determinant - shaxsning o‘zini anglashi va refleksiv qobiliyatidir. Raqamli muhitda axborot ko‘pligi, fikrlar xilma-xilligi va madaniy obrazlarning rang-barangligi shaxsdan mustaqil tahlil qilishni talab etadi. O‘zini anglash darajasi yuqori bo‘lgan yoshlar raqamli ta'sirlarni ongli baholaydi, o‘z qadriyatlarini himoya qila oladi, milliy madaniyatga nisbatan tanqidiy emas, balki mas'uliyatli va ongli munosabatda bo‘ladi. Refleksiv qobiliyat sust bo‘lgan holatlarda esa shaxs virtual muhitdagi tayyor obrazlar, trendlar va stereotiplarni chuqur o‘ylamasdan qabul qiladi. Bu esa etnomadaniy identiklikning yuzaki, beqaror yoki qarama-qarshi shakllanishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Raqamli ijtimoiylashuvda psixologik moslashuv ham muhim determinantlardan biridir. Yoshlar virtual muhitda o‘zini namoyon qilish, ijtimoiy e'tirofga erishish, boshqalar tomonidan qabul qilinish va ijobiy baholanishga intiladi. Bunday ehtiyojlar ba'zan shaxsni o‘z milliy-madaniy xususiyatlarini yashirishga yoki global ommaviy madaniyatga moslashishga undashi mumkin. Masalan, ayrim yoshlar ona tilida emas, ko‘proq xorijiy tillar aralashgan muloqot shaklidan foydalanadi, milliy qadriyatlarni "eskilik" sifatida qabul qiladi yoki virtual makonda mashhur bo‘lish uchun o‘z madaniy mansubligini ikkinchi o‘ringa qo‘yadi. Bu holat psixologik moslashuvning tashqi ko‘rinishda muvaffaqiyatli, ammo ichki jihatdan beqaror shaklini yuzaga keltiradi.

Shu bilan birga, raqamli makon etnomadaniy identiklikni mustahkamlash uchun ham keng imkoniyatlar yaratadi. Milliy madaniyatga oid elektron resurslar, tarixiy-ma'rifiy sahifalar, ona tilidagi ilmiy va badiiy kontent, milliy san'at, adabiyot, musiqa va urf-odatlarni targ‘ib qiluvchi platformalar yoshlarning madaniy o‘zligini chuqurroq anglashiga xizmat qiladi. Ayniqsa, yoshlar o‘z milliy madaniyatini raqamli muhitda namoyon etish orqali uni zamonaviy shaklda qayta talqin qiladi. Bu jarayonda etnomadaniy identiklik faqat o‘tmish merosiga bog‘liq hodisa sifatida emas, balki zamonaviy ijtimoiy tajriba, ijodiy ifoda va global muloqot bilan uyg‘unlashgan psixologik jarayon sifatida shakllanadi.

Raqamli ijtimoiylashuv jarayonida etnomadaniy identiklik transformatsiyasiga oilaviy tarbiya ham bevosita ta'sir ko‘rsatadi. Oila shaxsning milliy qadriyatlar haqidagi dastlabki tasavvurlarini shakllantiradi. Agar oilada ona tili, milliy urf-odatlar, tarixiy xotira, kattalarga hurmat, an'anaviy tarbiya va madaniy merosga e'tibor berilsa, bola raqamli muhitdagi turli ta'sirlarga nisbatan mustahkam ichki tayanchga ega bo‘ladi. Bunday sharoitda internet va ijtimoiy tarmoqlar shaxsni milliy qadriyatlardan uzoqlashtirmaydi, aksincha, ularni zamonaviy shaklda anglashga yordam beradi. Oilaviy tarbiyada milliy qadriyatlarga e'tibor sust bo‘lsa, raqamli muhit yoshlar uchun asosiy qadriyat manbaiga aylanib qolishi mumkin.

Ta'lim muassasalarining o‘rni ham alohida ahamiyatga ega. Maktab, kollej, litsey va oliy ta'lim muassasalarida yoshlarning raqamli madaniyatini rivojlantirish bilan birga, ularda milliy o‘zlikni anglash, axborotni tanqidiy tahlil qilish, madaniy merosga hurmat, global va milliy qadriyatlar o‘rtasidagi muvozanatni saqlash ko‘nikmalarini shakllantirish zarur. Raqamli savodxonlik faqat texnik ko‘nikmalar majmui emas, balki axborotni ongli tanlash, virtual ta'sirlarga nisbatan psixologik immunitet hosil qilish, milliy qadriyatlarni raqamli muhitda himoya qilish va targ‘ib etish madaniyatini ham o‘z ichiga oladi.

Etnomadaniy identiklik transformatsiyasida motivatsion omillar ham muhimdir. Yoshlarning o‘z milliy madaniyatiga qiziqishi, milliy tarixni bilishga intilishi, ona tilida fikr bildirishga ehtiyoji, o‘z xalqining madaniy yutuqlari bilan faxrlanishi etnomadaniy identiklikni mustahkamlaydi. Aksincha, milliy qadriyatlarni bilmaslik, ularga nisbatan qiziqishning pastligi, global madaniyatni mutlaq ustun deb qabul qilish shaxsda madaniy beqarorlikni keltirib chiqaradi. Shuning uchun yoshlarni milliy madaniyatga majburiy targ‘ibot orqali emas, balki qiziqarli, zamonaviy, interaktiv va raqamli shakllar orqali jalb etish samarali hisoblanadi.

Raqamli ijtimoiylashuvning yana bir muhim jihati virtual identiklik va real identiklik o‘rtasidagi munosabatdir. Yoshlar ijtimoiy tarmoqlarda o‘zini turlicha namoyon qiladi: real hayotdagi shaxsiyati, milliy mansubligi, tili va qadriyatlaridan farqli virtual obraz yaratishi mumkin. Ayrim

hollarda virtual obraz shaxsning o‘zini erkin ifodalashiga yordam bersa, boshqa hollarda u real o‘zlikdan uzoqlashishga olib keladi. Agar shaxs virtual makonda o‘z milliy-madaniy xususiyatlarini qadrlab namoyon qila olsa, bu etnomadaniy identiklikning mustahkamlanishiga xizmat qiladi. Ammo virtual muhitda faqat ommaboplik, taqlid va tashqi bahoga asoslangan obraz ustun bo‘lsa, identiklikda ichki ziddiyatlar paydo bo‘lishi mumkin.

Mazkur jarayonda ijtimoiy guruhga mansublik hissi ham muhim psixologik determinantdir. Yoshlar o‘zini qaysi guruhga mansub deb bilsa, o‘sha guruh qadriyatlari, muloqot uslubi va madaniy qarashlarini o‘zlashtirishga moyil bo‘ladi. Raqamli makonda turli onlayn hamjamiyatlar, submadaniyatlar, fan-guruhlar, blogerlar auditoriyasi yoki virtual do‘stlar doirasi yoshlarning qadriyatlar tizimiga kuchli ta’sir ko‘rsatadi. Agar bu guruhlar milliy-madaniy qadriyatlarga hurmat bilan yondashsa, shaxsda ijobiy etnomadaniy identifikatsiya kuchayadi. Agar guruhda milliy qadriyatlar inkor qilinsa yoki masxara qilinsa, yoshlar o‘z madaniyatiga nisbatan salbiy munosabat shakllantirishi mumkin.

Umuman olganda, raqamli ijtimoiylashuv jarayonida etnomadaniy identiklik transformatsiyasi bir yoqlama emas, balki murakkab, ziddiyatli va ko‘p omilli psixologik jarayon hisoblanadi. Bu jarayonga ijtimoiy taqqoslash, raqamli kontent, kommunikativ tajriba, oilaviy tarbiya, ta’lim muhiti, o‘zini anglash, refleksiya, psixologik moslashuv, guruhga mansublik va motivatsion omillar ta’sir ko‘rsatadi. Raqamli muhit shaxsning milliy o‘zligini zaiflashtirishi ham, aksincha, uni zamonaviy shaklda mustahkamlashi ham mumkin. Bunda asosiy masala yoshlarning raqamli axborotni qanday qabul qilishi, uni qanday tahlil qilishi va o‘z madaniy qadriyatlari bilan qanday uyg‘unlashtira olishidadir.

Shu bois raqamli ijtimoiylashuv sharoitida yoshlarning etnomadaniy identikligini shakllantirish va mustahkamlash uchun oilaviy tarbiya, ta’lim jarayoni, milliy kontent ishlab chiqish, psixologik-pedagogik qo‘llab-quvvatlash va raqamli savodxonlikni rivojlantirish o‘zaro uyg‘un holda olib borilishi zarur. Etnomadaniy identiklikni zamonaviy raqamli muhitdan ajratib qo‘yish emas, balki uni raqamli imkoniyatlar orqali boyitish, yoshlarning milliy madaniyatga nisbatan ongli, faol va ijobiy munosabatini shakllantirish bugungi kunning muhim vazifalaridan biridir.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, raqamli ijtimoiylashuv jarayoni yoshlarning etnomadaniy identikligi shakllanishi va o‘zgarishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadigan muhim psixologik omillardan biridir. Ijtimoiy tarmoqlar, virtual muloqot, global axborot oqimi va raqamli kontent shaxsning milliy o‘zligini anglashiga, qadriyatlarga munosabatiga hamda madaniy mansublik hissiga ta’sir etadi.

Etnomadaniy identiklik transformatsiyasi ijobiy yoki salbiy yo‘nalishda kechishi mumkin. Bu jarayon yoshlarning tanqidiy fikrlashi, oilaviy tarbiyasi, ta’lim muhiti, raqamli savodxonligi va milliy qadriyatlarga munosabati bilan chambarchas bog‘liq. Shu bois yoshlarning raqamli muhitda milliy o‘zligini saqlashi, madaniy merosga hurmat bilan qarashi va global axborot oqimidan ongli foydalanishi muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. - Toshkent: Fan va texnologiya, 2012. - 172 b.
2. Jabborov X.X. Psixologiya. O‘quv qo‘llanma. - Toshkent, 2021. - 282 b.
3. Etnopsixologiya. O‘quv qo‘llanma. - Toshkent, 2023. - 74 b.
4. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya. - Toshkent: O‘qituvchi, 2010.
5. Nishanova Z.T., Alimova G.K. Bolalar psixologiyasi va uni o‘qitish metodikasi. - Toshkent, 2006.

Boboyeva Feruza Nosirjonovna
Farg'ona Davlat Universiteti Pedagogika psixologiyava san'atshunoslik fakulteti
Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi

PSIXOLOGIYA YO‘NALISHI TALABALARIDA KASBIY IDENTIFIKATSIYANI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada psixologiya yo‘nalishi talabalarida kasbiy identifikatsiyani shakllantirishning ijtimoiy-psixologik omillari tahlil qilinadi. Kasbiy identifikatsiya shaxsning tanlagan kasbiga nisbatan barqaror munosabati, o‘zini shu kasb vakili sifatida qabul qilishi hamda kasbiy qadriyatlarni ichki jihatdan o‘zlashtirishi jarayoni sifatida ko‘rib chiqiladi. Tadqiqotda ijtimoiy muhit, o‘quv jarayoni, pedagogik muloqot, guruh ichidagi munosabatlar va amaliy tajribaning talabalarda kasbiy o‘zlikni shakllantirishga ta’siri yoritilgan. Shuningdek, motivatsiya, o‘z-o‘zini baholash, refleksiya va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash kabi psixologik omillarning roli asoslab berilgan. Natijalar shuni ko‘rsatadiki, ijobiy ijtimoiy-psixologik muhit kasbiy identifikatsiyaning barqaror shakllanishiga xizmat qiladi va bo‘lajak psixologlarning kasbiy faoliyatga tayyorgarligini oshiradi.*

Kalit so’zlar: *kasbiy identifikatsiya, psixologiya talabalari, ijtimoiy-psixologik omillar, motivatsiya, refleksiya, kasbiy rivojlanish, o‘quv muhiti.*

Аннотация. *В данной статье анализируются социально-психологические факторы формирования профессиональной идентичности у студентов психологического направления. Профессиональная идентичность рассматривается как устойчивое осознание себя представителем выбранной профессии, принятие профессиональных ценностей и формирование внутренней готовности к профессиональной деятельности. В исследовании рассматривается влияние социальной среды, образовательного процесса, педагогического взаимодействия, межличностных отношений в группе и практического опыта на формирование профессионального самосознания студентов. Особое внимание уделяется роли мотивации, самооценки, рефлексии и социальной поддержки. Результаты исследования показывают, что благоприятная социально-психологическая среда способствует устойчивому формированию профессиональной идентичности и повышает готовность будущих психологов к профессиональной деятельности.*

Ключевые слова: *профессиональная идентичность, студенты психологии, социально-психологические факторы, мотивация, рефлексия, профессиональное развитие, образовательная среда.*

Abstract. *This article examines the socio-psychological factors influencing the formation of professional identity among psychology students. Professional identity is defined as a stable perception of oneself as a representative of the chosen profession, the internalization of professional values, and readiness for future professional activity. The study explores the impact of the social environment, educational process, pedagogical interaction, group relationships, and practical experience on the development of students’ professional self-concept. Special attention is given to the roles of motivation, self-assessment, reflection, and social support. The findings indicate that a positive socio-psychological environment significantly contributes to the stable formation of professional identity and enhances the readiness of future psychologists for professional practice.*

Key words: *professional identity, psychology students, socio-psychological factors, motivation, reflection, professional development, educational environment.*

Kirish. Zamonaviy ta’lim tizimida bo‘lajak mutaxassislarni tayyorlash jarayoni nafaqat kasbiy bilim va ko‘nikmalarni shakllantirish, balki ularning shaxsiy-professional identifikatsiyasini rivojlantirish bilan ham chambarchas bog‘liqdir. Ayniqsa, psixologiya yo‘nalishi talabalarida kasbiy identifikatsiyani shakllantirish dolzarb masalalardan biri bo‘lib, bu jarayon ularning kelajakdagi professional faoliyati samaradorligiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Kasbiy identifikatsiya shaxsning o‘zini ma’lum bir kasb vakili sifatida anglash, kasbiy qadriyatlarni ichki jihatdan qabul qilish hamda shu kasbga nisbatan barqaror motivatsiyani shakllantirish jarayoni sifatida talqin etiladi.

So‘nggi yillarda xalqaro ta’lim standartlari va psixologik tadqiqotlarda kasbiy identifikatsiya professional kompetentlikning muhim tarkibiy qismi sifatida e’tirof etilmoqda. Xususan, Yevropa va AQShdagi pedagogik-psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, kasbiy identifikatsiyasi yuqori darajada shakllangan talabalar o‘z kasbiy faoliyatida stressga chidamliroq, qaror qabul qilishda ishonchliroq va ijtimoiy moslashuv darajasi yuqoriroq bo‘ladi. Bu esa kasbiy identifikatsiyaning nafaqat shaxsiy, balki ijtimoiy-professional ahamiyatga ham ega ekanligini tasdiqlaydi.

Psixologiya yo‘nalishi talabalarida kasbiy identifikatsiyaning shakllanishi murakkab ijtimoiy-psixologik jarayon bo‘lib, u bir qator omillar bilan belgilanadi. Bular qatoriga o‘quv muassasasidagi ijtimoiy muhit, o‘qituvchi va talaba o‘rtasidagi pedagogik muloqot, guruh ichidagi munosabatlar, amaliyot jarayonlari, shuningdek, shaxsning ichki motivatsiyasi va reflektiv qobiliyatlari kiradi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ijobiy ijtimoiy muhit va qo‘llab-quvvatlovchi akademik tizim talabalar kasbiy o‘zligini tezroq va barqarorroq shakllantirishga yordam beradi.

O‘zbekiston Respublikasida oliy ta’lim tizimini modernizatsiya qilish, xususan, psixolog kadrlar tayyorlash sifatini oshirishga alohida e’tibor qaratilmoqda. Bu jarayonda talabalarni faqat nazariy bilimlar bilan emas, balki real kasbiy vaziyatlarga tayyorlash, ularning kasbiy o‘zini anglash darajasini rivojlantirish muhim vazifalardan biri sifatida belgilangan. Shu nuqtai nazardan, kasbiy identifikatsiyani shakllantirishning ijtimoiy-psixologik omillarini o‘rganish ilmiy va amaliy jihatdan katta ahamiyat kasb etadi.

Shuningdek, zamonaviy psixologik tadqiqotlarda raqamli muhit, ijtimoiy tarmoqlar va axborot oqimlarining ham talabalarning kasbiy qarashlariga ta’siri ortib borayotgani qayd etilmoqda. Bu omillar ba’zan kasbiy identifikatsiyani mustahkamlasa, ba’zan esa uning shakllanish jarayonini murakkablashtirishi mumkin. Shu sababli, mazkur mavzuni kompleks yondashuv asosida o‘rganish, ijtimoiy-psixologik mexanizmlarni aniqlash va ularning ta’sir darajasini tahlil qilish dolzarb ilmiy muammo hisoblanadi.

Umuman olganda, psixologiya yo‘nalishi talabalarida kasbiy identifikatsiyaning shakllanishi ularning kelajakdagi professional samaradorligi, ijtimoiy moslashuvi va kasbiy barqarorligini ta’minlovchi asosiy omillardan biri bo‘lib, ushbu jarayonni chuqur o‘rganish zamonaviy pedagogik-psixologik tadqiqotlarning muhim yo‘nalishlaridan biri sifatida qaraladi.

Literature Review. The formation of professional identity among psychology students has been widely recognized as a complex and multidimensional process in contemporary psychological and pedagogical research. Scholars from both Russian and international scientific schools have emphasized that professional identity is not formed spontaneously; rather, it develops gradually through the interaction of cognitive, motivational, emotional, and social factors within the educational environment. In this context, socio-psychological determinants play a crucial role in shaping students’ understanding of themselves as future professionals and in strengthening their commitment to the chosen field.

Russian psychological and pedagogical research provides a strong theoretical foundation for understanding professional identity. E.F. Zeer, in his studies on professional education psychology, conceptualizes professional identity as a dynamic system that evolves throughout the process of professional training and is closely linked to personal development and social adaptation. According to Zeer, the formation of professional identity depends on the integration of professional knowledge, value orientations, and practical experience, which together shape the student’s readiness for future professional activity. This perspective highlights the importance of educational environments that support reflection, self-awareness, and active engagement in professional practice.

Another significant contribution is made by L.S. Vygotsky, whose cultural-historical theory provides an essential framework for understanding the social nature of personality development. Vygotsky emphasizes that higher psychological functions develop through social interaction, meaning that professional identity is also constructed within a socio-cultural context. From this perspective, communication with teachers, peers, and professional communities becomes a key factor in the internalization of professional roles and values. His concept of the “zone of proximal development” is particularly relevant in explaining how guided learning and social support facilitate the gradual formation of professional self-awareness among students.

A.V. Petrovsky further expands this understanding through his theory of personality development in group activity. He argues that group dynamics significantly influence individual identity formation, especially in educational settings. According to Petrovsky, students’ inclusion in collective learning and professional communities fosters identification with group norms and professional standards, which in turn strengthens their professional self-concept. This approach

clearly demonstrates the importance of interpersonal relationships and group cohesion in shaping future psychologists' professional identity.

From the perspective of international research, Erik Erikson's theory of psychosocial development remains one of the most influential frameworks in explaining identity formation. Erikson describes identity as a core developmental task of adolescence and early adulthood, where individuals seek to integrate personal values with social roles. In the context of psychology students, this stage is particularly significant, as they are actively forming their professional self-concept while transitioning into adulthood. Erikson's work highlights that successful identity formation leads to a sense of coherence, stability, and commitment to professional roles, whereas identity diffusion may result in uncertainty and lack of motivation.

Building on Erikson's theory, James Marcia introduced the concept of identity statuses, including achievement, moratorium, foreclosure, and diffusion. His empirical approach provides a useful framework for analyzing how psychology students differ in their level of professional identity formation. Students in the "achievement" status demonstrate a well-developed professional identity, characterized by exploration and commitment, while those in "moratorium" are actively exploring professional roles but have not yet reached full commitment. This classification has been widely used in educational psychology research to assess professional development trajectories.

In contemporary international literature, scholars such as Donald Super have contributed significantly to the understanding of career development and professional identity. Super's life-span theory emphasizes that career identity evolves over time through a continuous process of self-concept development. According to Super, individuals construct their professional identity by integrating personal experiences, educational influences, and work-related expectations. This theory is particularly relevant for psychology students, as it explains how educational experiences contribute to the gradual formation of a stable professional self-image.

More recent studies by scholars such as Hermans and his dialogical self theory further expand the concept of identity by emphasizing its multiple and dynamic nature. According to this approach, professional identity is not a fixed structure but a system of interacting "self-positions" that are influenced by social context, cultural expectations, and personal reflection. This perspective is especially important in understanding psychology students, as their professional identity is continuously shaped through academic learning, practical training, and social interaction.

In addition, contemporary research highlights the increasing importance of socio-psychological factors such as motivation, self-efficacy, reflection, and social support in the formation of professional identity. Studies conducted in higher education contexts demonstrate that students who experience supportive academic environments and positive interpersonal relationships are more likely to develop a strong sense of professional belonging and commitment. Conversely, lack of support, weak engagement, and insufficient practical exposure may hinder identity development and lead to professional uncertainty.

Discussion. The results of contemporary research on the formation of professional identity among psychology students indicate that this process is deeply embedded in a complex system of socio-psychological influences that operate throughout the period of higher education training. Professional identity does not emerge as a single event; rather, it develops gradually as students integrate theoretical knowledge, practical experience, interpersonal interactions, and personal reflection into a coherent understanding of themselves as future professionals. In this sense, the educational environment becomes the primary space in which identity formation is continuously constructed, reshaped, and consolidated.

One of the most significant findings across both theoretical and empirical studies is the decisive role of social interaction in shaping professional identity. Consistent with the ideas of Vygotsky and Petrovsky, it can be observed that communication with peers, academic staff, and practicing professionals creates the necessary conditions for internalizing professional values and norms. When psychology students actively participate in group discussions, collaborative learning tasks, and supervised practice sessions, they gradually begin to perceive themselves as members of a

professional community. This sense of belonging strengthens their identification with the profession and enhances their motivation for future professional activity.

Another important aspect is the role of motivational processes in the development of professional identity. Students who demonstrate intrinsic motivation, curiosity about psychological practice, and a genuine interest in helping others tend to form a more stable and coherent professional self-concept. In contrast, students whose choice of profession is influenced mainly by external factors, such as parental expectations or social prestige, often experience difficulties in establishing a strong professional identity. This finding aligns with Erikson's theory of identity development, which emphasizes the importance of personal commitment and value internalization in achieving identity stability.

The educational environment itself also plays a crucial role in shaping professional identity. Modern pedagogical approaches highlight that interactive teaching methods, practice-oriented training, and reflective learning significantly contribute to students' professional self-awareness. When students are provided with opportunities to engage in real or simulated professional situations, they begin to connect theoretical knowledge with practical application. This process not only enhances their professional competencies but also allows them to evaluate their suitability for the profession, thereby strengthening their identity formation.

Reflection is another key mechanism identified in the literature and supported by research findings. Through reflective practices such as self-assessment, portfolio development, and supervision feedback, psychology students become more aware of their strengths, weaknesses, and professional growth trajectory. Reflection enables them to critically evaluate their experiences and integrate them into a coherent professional narrative. As a result, reflective activity serves as a bridge between theoretical learning and personal professional development.

Conclusion. The study of socio-psychological factors influencing the formation of professional identity among psychology students demonstrates that professional identity is a complex, dynamic, and multi-layered phenomenon that develops gradually throughout the period of higher education. It is not limited to the acquisition of theoretical knowledge or professional skills, but also includes the internalization of professional values, development of self-awareness, and the ability to meaningfully interpret one's role within the future professional community.

The analysis shows that the formation of professional identity is strongly determined by a combination of social and psychological conditions. In particular, interpersonal communication, group interaction, academic support, and engagement in collaborative learning processes significantly contribute to students' sense of belonging to the professional field. These socio-psychological conditions create a supportive environment in which students can actively explore, evaluate, and gradually accept their professional roles.

At the same time, motivational factors play a decisive role in shaping stable professional identity. Students with strong intrinsic motivation, clear professional goals, and a positive attitude toward psychological practice tend to demonstrate higher levels of professional commitment and confidence. In contrast, insufficient motivation or external pressure in choosing the profession may lead to uncertainty and weak professional self-identification. This confirms that internal psychological readiness is as important as external educational conditions.

Another important conclusion is that reflective practice and practical experience serve as key mechanisms in the development of professional identity. When students are involved in real or simulated professional activities, they gain the opportunity to connect theoretical knowledge with practical application, which strengthens their understanding of the profession and their own suitability for it. Reflection helps them critically evaluate their progress and construct a coherent professional self-image.

References .

1. Erikson E.H. Identity: Youth and Crisis. – New York: W.W. Norton & Company, 1968. – 336 p.

2. Marcia J.E. Development and validation of ego-identity status // Journal of Personality and Social Psychology. – 1966. – Vol. 3(5). – P. 551–558.
3. Super D.E. The psychology of careers. – New York: Harper & Row, 1957. – 428 p.
4. Vygotsky L.S. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. – Cambridge: Harvard University Press, 1978. – 159 p.
5. Petrovsky A.V. Psychology of Personality in Collective Activity. – Moscow: Progress, 1982. – 312 p.
6. Zeer E.F. Psychology of Professional Education. – Moscow: Academy, 2020. – 395 p.
7. Leontiev A.N. Activity, Consciousness, and Personality. – Moscow: Politizdat, 1977. – 304 p.

O‘ktamova Shohista Odilbek qizi
Ma’mun universiteti “Psixologiya” kafedrasi katta o‘qituvchisi

YOSHLAR ORASIDA SOG‘LOM TURMUSH TARZINI TARG‘IB QILISH VA MA’NAVIY-AXLOQIY TARBIYANI RIVOJLANTIRISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK JIHATLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzini shakllantirish hamda ma’naviy-axloqiy tarbiyani rivojlantirishning ijtimoiy, pedagogik va psixologik jihatlari ilmiy-nazariy nuqtai nazardan tahlil qilingan. Bugungi globallashuv sharoitida yosh avlodning jismoniy salomatligi bilan bir qatorda ularning ma’naviy yetukligi, axloqiy pozisiyasi, ijtimoiy mas’uliyati va shaxsiy qadriyatlar tizimini shakllantirish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi. Maqolada sog‘lom turmush tarzi tushunchasining mazmuni, uning yoshlar shaxsi rivojlanishidagi ahamiyati, salomatlik madaniyati, psixologik barqarorlik, ijtimoiy muhit ta’siri, oila va ta’lim muassasalarining tarbiyaviy roli keng yoritilgan. Shuningdek, yoshlarning ma’naviy-axloqiy rivojlanishiga ta’sir etuvchi omillar, zamonaviy axborot muhiti sharoitida sog‘lom hayotiy pozisiyani shakllantirish mexanizmlari tahlil qilingan.*

Kalit so’zlar: *sog‘lom turmush tarzi, yoshlar, ma’naviy tarbiya, axloqiy qadriyatlar, shaxs kamoloti, psixologik barqarorlik, ijtimoiy muhit, tarbiya, salomatlik madaniyati.*

Аннотация. *В данной статье с научно-теоретической точки зрения проанализированы социальные, педагогические и психологические аспекты формирования здорового образа жизни среди молодёжи, а также развития духовно-нравственного воспитания. В современных условиях глобализации наряду с физическим здоровьем молодого поколения одной из актуальных задач является формирование их духовной зрелости, нравственной позиции, социальной ответственности и системы личностных ценностей.*

В статье подробно раскрываются содержание понятия здорового образа жизни, его значение в развитии личности молодёжи, культура здоровья, психологическая устойчивость, влияние социальной среды, а также воспитательная роль семьи и образовательных учреждений. Кроме того, проанализированы факторы, влияющие на духовно-нравственное развитие молодёжи, и механизмы формирования здоровой жизненной позиции в условиях современной информационной среды.

Ключевые слова: *здоровый образ жизни, молодёжь, духовное воспитание, нравственные ценности, развитие личности, психологическая устойчивость, социальная среда, воспитание, культура здоровья.*

Abstract. *This article analyzes the social, pedagogical, and psychological aspects of promoting a healthy lifestyle among young people and developing spiritual and moral education from a scientific and theoretical perspective. In the context of globalization, alongside the physical health of the younger generation, one of the most urgent tasks is the development of their spiritual maturity, moral position, social responsibility, and system of personal values.*

The article comprehensively discusses the concept of a healthy lifestyle, its importance in youth personality development, health culture, psychological resilience, the influence of the social

environment, and the educational role of family and educational institutions. In addition, factors affecting the spiritual and moral development of young people and mechanisms for forming a healthy life position in the conditions of the modern information environment are analyzed.

Key words: *healthy lifestyle, youth, spiritual education, moral values, personality development, psychological resilience, social environment, upbringing, health culture.*

Kirish. XXI asrda jamiyat taraqqiyoti inson kapitali sifati, yosh avlodning intellektual salohiyati, jismoniy va ruhiy salomatligi hamda ma’naviy yetukligi bilan bevosita bog‘liqdir. Zamonaviy ijtimoiy jarayonlar, fan-texnika taraqqiyoti, axborot oqimining tezlashuvi inson hayot tarziga ijobiy imkoniyatlar bilan birga muayyan muammolarni ham olib kirmoqda. Ayniqsa, yoshlar orasida sog‘lom turmush madaniyatini shakllantirish, ularda ijobiy hayotiy maqsadlar, ma’naviy-axloqiy fazilatlar va ijtimoiy mas’uliyatni rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Sog‘lom turmush tarzi faqat kasalliklarning oldini olish yoki jismoniy faollikni ta’minlash bilan cheklanmaydi. U shaxsning jismoniy, psixologik, ijtimoiy va ma’naviy barqarorligini ta’minlovchi yaxlit hayot tizimidir. Insonning kundalik odatlari, fikrlash madaniyati, hissiy holati, boshqalar bilan munosabati hamda hayotiy qadriyatlari sog‘lom turmush tarzining muhim tarkibiy qismlarini tashkil etadi.

Yoshlik davri shaxs shakllanishining eng muhim bosqichlaridan biri bo‘lib, aynan shu davrda insonning dunyoqarashi, axloqiy mezonlari, ijtimoiy munosabatlarga yondashuvi va hayotiy pozisiyasi shakllanadi. Shu sababli yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish ma’naviy-axloqiy tarbiya jarayoni bilan uzviy bog‘liq holda amalga oshirilishi lozim.

Ma’naviy-axloqiy tarbiya inson shaxsida halollik, mas’uliyat, mehr-oqibat, vatanparvarlik, ijtimoiy faollik, o‘zini anglash kabi fazilatlarni shakllantiruvchi muhim jarayondir. Axloqiy qadriyatlarga ega bo‘lgan yosh shaxs nafaqat o‘z salomatligiga mas’uliyat bilan yondashadi, balki jamiyat taraqqiyotiga ham ijobiy hissa qo‘shishga intiladi.

Hozirgi davrda yoshlar hayotiga ta’sir etuvchi omillar tobora ko‘payib bormoqda. Axborot texnologiyalari rivoji, ijtimoiy tarmoqlar ta’siri, turli madaniy oqimlar yoshlarning fikrlash tarzi va xulq-atvoriga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu sharoitda ularda mustaqil fikrlash, tanqidiy yondashuv, ma’naviy immunitet va sog‘lom hayotiy ko‘nikmalarni rivojlantirish dolzarb vazifa hisoblanadi.

Sog‘lom turmush tarzi va ma’naviy tarbiya o‘rtasida o‘zaro bog‘liqlik mavjud. Jismonan sog‘lom, psixologik jihatdan barqaror insonda ijtimoiy faollik, ijodkorlik va shaxsiy rivojlanish imkoniyatlari yuqori bo‘ladi. Shu bilan birga, ma’naviy qadriyatlarga asoslangan hayot tarzi insonni zararli odatlardan saqlash, ijobiy maqsadlarga yo‘naltirish va shaxsiy mas’uliyatni oshirishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili. Sog‘lom turmush tarzi va ma’naviy-axloqiy tarbiya masalasi turli fan sohalari – psixologiya, pedagogika, sosiologiya va tibbiyot nuqtai nazaridan keng o‘rganilgan. Ilmiy manbalar tahlili mazkur jarayon ko‘p qirrali xususiyatga ega ekanligini ko‘rsatadi. Psixologiya sohasida shaxs rivojlanishi va hayotiy qadriyatlarni shakllantirish masalalari ko‘plab olimlar tomonidan tadqiq etilgan. Xususan, insonparvarlik psixologiyasi vakillari insonning ichki imkoniyatlari, o‘zini rivojlantirish ehtiyoji va shaxsiy mas’uliyatiga alohida e’tibor qaratganlar.

A. Maslou o‘zining ehtiyojlar iyerarxiyasi nazariyasida inson rivojlanishida nafaqat fiziologik ehtiyojlar, balki o‘zini namoyon qilish, ma’naviy o‘sish va shaxsiy kamolotga intilish muhimligini ta’kidlaydi. Uning fikriga ko‘ra, inson o‘z imkoniyatlarini to‘liq ro‘yobga chiqarishi uchun sog‘lom psixologik muhit va ijobiy qadriyatlar tizimi zarur.

Carl Rodjers shaxs rivojlanishida ijobiy munosabat, o‘zini anglash va ichki uyg‘unlik muhimligini asoslab bergan. Uning qarashlariga ko‘ra, shaxs o‘zini qadrlashi va hayotiy maqsadlarini anglashi orqali sog‘lom rivojlanish imkoniyatiga ega bo‘ladi.

Yoshlar tarbiyasi masalasida L.Vigotskiyning ijtimoiy-madaniy rivojlanish nazariyasi muhim o‘rin tutadi. Olim shaxs shakllanishi ijtimoiy muhit, muloqot va madaniy tajriba bilan bog‘liqligini ta’kidlagan. Demak, yoshlarda sog‘lom turmush tarzi va axloqiy qadriyatlarni shakllantirishda oila, ta’lim muassasasi va ijtimoiy muhit hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Pedagogik nuqtai nazardan tarbiya masalalari Anton Makarenko asarlarida keng yoritilgan. U tarbiya jarayonida jamoaviy munosabatlar, intizom va shaxsiy mas'uliyatning ahamiyatini ko‘rsatib bergan. Uning fikricha, insonda ijobiy xulq-atvor va axloqiy fazilatlar maqsadli tarbiya jarayoni orqali shakllanadi.

O‘zbek pedagogik va ma'naviy qarashlarida ham barkamol inson tarbiyasi markaziy o‘rin egallaydi. Milliy qadriyatlarda ilmga intilish, kattalarga hurmat, mehnatsevarlik, oilaviy mas'uliyat, halollik va insonparvarlik kabi fazilatlar sog‘lom shaxs shakllanishining asosi sifatida qaraladi.

Sog‘lom turmush tarzini shakllantirish jarayoni insonning biologik ehtiyojlari, psixologik xususiyatlari va ijtimoiy munosabatlari bilan uzviy bog‘liq bo‘lgan murakkab jarayondir. Ayniqsa, yoshlik davrida shaxsning hayotiy odatlari, qadriyatlari, xulq-atvor modellari va kelajakdagi ijtimoiy pozisiyasi shakllanishi sababli mazkur bosqichda sog‘lom hayot madaniyatini rivojlantirish alohida ahamiyatga ega.

Sog‘lom turmush tarzining asosiy mazmuni shaxsning o‘z salomatligiga ongli munosabatda bo‘lishi, hayotiy faoliyatini to‘g‘ri tashkil etishi, jismoniy va ruhiy imkoniyatlarini saqlash hamda rivojlantirishga qaratilgan ijtimoiy-psixologik jarayon sifatida namoyon bo‘ladi.

Yoshlarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirishga ta'sir etuvchi asosiy omillarni quyidagicha guruhlash mumkin:

1. Oilaviy muhit omili. Oila shaxsning ilk ijtimoiylashuv maktabi hisoblanadi. Insonning salomatlikka munosabati, axloqiy qarashlari, kundalik odatlari va shaxsiy mas'uliyat hissi dastlab oila muhitida shakllanadi. Ota-onaning hayot tarzi, o‘zaro munosabat madaniyati, farzand tarbiyasiga yondashuvi yoshlarning kelajakdagi shaxsiy pozisiyasiga kuchli ta'sir ko‘rsatadi.

Sog‘lom psixologik muhit mavjud bo‘lgan oilalarda tarbiyalanayotgan yoshlarda: o‘zini nazorat qilish qobiliyati; ijobiy fikrlash; mas'uliyat hissi; ijtimoiy faollik; zararli ta'sirlarga qarshi turish qobiliyati yuqori darajada rivojlanadi. Aksincha, muloqot yetishmasligi, emosional qo‘llab-quvvatlashning pastligi, oilaviy ziddiyatlar yoshlarda ichki bezovtalik, ijtimoiy moslashuv qiyinchiliklari va salbiy odatlarga moyillikni kuchaytirishi mumkin. Shu bois sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish avvalo oilada ijobiy psixologik muhit yaratish, ota-onalarning pedagogik va psixologik madaniyatini oshirish bilan bog‘liqdir.

2. Ta'lim muassasalarining tarbiyaviy ta'siri. Ta'lim jarayoni yoshlarning nafaqat bilim olishi, balki shaxsiy va ma'naviy rivojlanishida ham muhim ijtimoiy institut hisoblanadi. Maktab, kollej va oliy ta'lim muassasalari yoshlarda sog‘lom hayot ko‘nikmalari, axloqiy qarashlar hamda ijtimoiy mas'uliyatni rivojlantiruvchi asosiy muhitlardan biridir.

Zamonaviy ta'limda yoshlarni sog‘lom turmush tarziga yo‘naltirish quyidagi vazifalarni o‘z ichiga oladi: salomatlik madaniyatini shakllantirish; psixologik barqarorlikni oshirish; kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirish; ijtimoiy mas'uliyat hissini kuchaytirish; ma'naviy qadriyatlarni hayotiy ehtiyojga aylantirish.

O‘qituvchi shaxsi bu jarayonda muhim o‘rin tutadi. Chunki pedagog nafaqat bilim beruvchi, balki yoshlarning shaxsiy namuna oladigan ijtimoiy modeli hisoblanadi. Pedagogning muloqot madaniyati, adolatli munosabati, shaxsga hurmat bilan yondashuvi talabalarda ijobiy shaxsiy sifatlar shakllanishiga xizmat qiladi.

Ma'naviy-axloqiy tarbiya shaxsning ichki dunyosi, qadriyatlar tizimi va ijtimoiy xulq-atvorini shakllantiruvchi muhim jarayondir. Bu jarayon insonning “nima yaxshi?”, “nima yomon?”, “jamiyat oldidagi mas'uliyatim nimadan iborat?” kabi savollarga munosabati orqali namoyon bo‘ladi.

Psixologik nuqtai nazardan ma'naviy rivojlanish quyidagi tarkibiy qismlardan tashkil topadi:

1. Kognitiv komponent. Bu insonning axloqiy tushunchalar, ijtimoiy me'yorlar va qadriyatlar haqidagi bilimlarini o‘z ichiga oladi. Yosh inson: yaxshilik va yomonlikni ajrata olishi; o‘z harakatlarining oqibatini tushunishi; ijtimoiy qoidalar mohiyatini anglashi lozim.Faqat tashqi nazorat orqali emas, balki ichki ishonch asosida shakllangan axloqiy qarashlar shaxsning barqaror fazilatiga aylanadi.

2. Emosional komponent. Axloqiy rivojlanishda hissiy munosabat muhim o‘rin egallaydi. Insonda mehr-shafqat, hamdardlik, vijdon, mas'uliyat kabi hislar shakllanmas ekan, axloqiy bilimlar hayotiy harakatlarga aylanmaydi. Yoshlarda emosional madaniyatni rivojlantirish: boshqalar his-

tuyg‘ularini tushunish; muloqotda hurmatni saqlash; nizolarni to‘g‘ri hal qilish; ijtimoiy munosabatlarda mas’uliyatli bo‘lish imkonini beradi.

3. Xulq-atvor komponenti. Ma’naviy tarbiyaning eng muhim ko‘rsatkichi insonning amaliy xatti-harakatlarida namoyon bo‘ladi. Axloqiy jihatdan shakllangan yosh: o‘z qarorlari uchun javobgarlikni his qiladi; jamiyat manfaatlarini hurmat qiladi; o‘z ustida ishlashga intiladi; ijtimoiy foydali faoliyatda ishtirok etadi. Shu sababli ma’naviy-axloqiy tarbiya faqat nazariy tushuntirish bilan emas, balki amaliy faoliyat, shaxsiy namuna va ijtimoiy tajriba orqali amalga oshirilishi zarur.

Muhokama. Sog‘lom turmush tarzi va ma’naviy-axloqiy tarbiya bir-birini to‘ldiruvchi jarayonlar hisoblanadi. Jismoniy salomatlik insonning faolligi va imkoniyatlarini oshirsa, ma’naviy yetuklik uning hayotiga mazmun, maqsad va ijtimoiy yo‘nalish beradi.

Ma’naviy jihatdan rivojlangan yoshlar: o‘z salomatligiga mas’uliyat bilan qaraydi; vaqtdan samarali foydalanadi; o‘z oldiga aniq maqsad qo‘yadi; shaxsiy rivojlanishga intiladi; salbiy ijtimoiy ta’sirlarga nisbatan psixologik barqaror bo‘ladi. Shu jihatdan sog‘lom turmush tarzi faqat tibbiy tushuncha emas, balki ma’naviy va psixologik madaniyatning muhim qismi sifatida qaralishi lozim.

Hozirgi globallashuv va raqamli texnologiyalar taraqqiyoti sharoitida yoshlarning ijtimoiylashuv jarayoni avvalgi davrlarga nisbatan ancha murakkablashdi. Axborot oqimining tezlashuvi, internet va ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi yoshlarning dunyoqarashi, fikrlash madaniyati, qiziqishlari hamda xulq-atvoriga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda.

Zamonaviy axborot muhiti yoshlar uchun yangi bilimlar olish, ijodiy imkoniyatlarni rivojlantirish va ijtimoiy faollikni oshirish vositasi bo‘lishi bilan birga, ulardan tanqidiy fikrlash, axborotni saralash va mustaqil xulosa chiqarish qobiliyatini ham talab etadi.

Psixologik nuqtai nazardan yoshlik davri shaxs o‘zligini anglash, hayotiy qadriyatlarni belgilash va mustaqil qaror qabul qilish jarayoni faol kechadigan bosqich hisoblanadi. Shuning uchun ushbu davrda tashqi ta’sirlar, ijtimoiy muhit va axborot manbalari shaxs shakllanishiga kuchli ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Yoshlarda sog‘lom axborot madaniyatini shakllantirish quyidagi jihatlarni qamrab oladi:

- axborotlarni tahlil qilish qobiliyatini rivojlantirish;
- tanqidiy va mustaqil fikrlashni shakllantirish;
- virtual va real hayot muvozanatini saqlash;
- shaxsiy rivojlanishga xizmat qiluvchi bilimlardan foydalanish;
-ma’naviy qadriyatlarga asoslangan hayotiy pozisiyani mustahkamlash.

Yosh shaxsda ma’naviy immunitet qanchalik yuqori bo‘lsa, u tashqi ta’sirlarga shunchalik ongli yondashadi. Ma’naviy immunitet deganda insonning o‘z qadriyatlari, e’tiqodi va axloqiy pozisiyasi asosida turli ijtimoiy ta’sirlarni baholash qobiliyati tushuniladi.

Xulosa qilib aytganda, `shlar orasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish va ma’naviy-axloqiy tarbiyani rivojlantirish bugungi kunda jamiyat taraqqiyotining muhim shartlaridan biri hisoblanadi. Chunki har qanday davlatning kelajagi uning intellektual, jismonan sog‘lom va ma’naviy barkamol yosh avlodi bilan belgilanadi.

Birinchidan, sog‘lom turmush tarzi shaxsning faqat jismoniy salomatligini emas, balki psixologik, ijtimoiy va ma’naviy holatini ham qamrab oluvchi kompleks jarayondir.

Ikkinchidan, yoshlarda sog‘lom hayot madaniyatini shakllantirish oila, ta’lim muassasasi va ijtimoiy muhit hamkorligi orqali samarali amalga oshadi.

Uchinchidan, ma’naviy-axloqiy tarbiya yoshlarda ijobiy qadriyatlar, mas’uliyat, insonparvarlik, mustaqil fikrlash va ijtimoiy faollikni rivojlantirishning asosiy mexanizmi hisoblanadi.

To‘rtinchidan, zamonaviy axborot muhiti sharoitida yoshlarda tanqidiy fikrlash, axborot madaniyati va ma’naviy immunitetni shakllantirish muhim vazifa hisoblanadi.

Beshinchidan, sog‘lom turmush tarzi va ma’naviy tarbiyani rivojlantirishda psixologik treninglar, shaxsga yo‘naltirilgan yondashuv va innovasion ta’lim texnologiyalaridan foydalanish yuqori samara beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. – Москва, 2008.

2. Выготский Л.С. Психология развития человека. – Москва, 2005.
3. Davletshin M.G. Yosh va pedagogik psixologiya. – Toshkent, 2004.
4. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent, 2012.
5. Макаренко А.С. Методика организации воспитательного процесса. – Москва, 1983.
6. Маслоу А. Мотивация и личность. – Санкт-Петербург, 2019.
7. Роджерс К. Становление личности. Взгляд на психотерапию. – Москва, 2018.
8. G‘oziyev E. Umumiy psixologiya. – Toshkent, 2010.

Xamroyev Mansur Choriyevich
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

MIGRATSIYA MUAMMOSINING IJTIMOIYLASHUVGA TA’SIRI VA UNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqola migratsiya muammosining jamiyatlashuv jarayonlariga ta’sirini va uning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini tahlil qiladi. Migratsiya shaxs va jamiyat o‘rtasidagi o‘zaro aloqalarni o‘zgartirib, insonlarning ijtimoiy moslashuvi, identifikatsiya jarayoni va psixologik holatiga ta’sir qiladi. Shuningdek, maqolada migratsiya natijasida yuzaga keladigan ijtimoiy izolyatsiya, madaniy ziddiyatlar va psixologik stress omillari ko‘rib chiqiladi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, migratsiya jarayonida individual va guruh xulq-atvori, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va madaniy moslashuv mexanizmlari muhim ahamiyatga ega. Shu bilan birga, migratsiya muammolarini hal etishda ijtimoiy integratsiya va psixologik yordam tizimlarining roli alohida ta’kidlanadi. Maqola ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar, statistik ma’lumotlar va amaliy misollar asosida yozilgan bo‘lib, migratsiya va jamiyatlashuv o‘rtasidagi murakkab munosabatlarni tushunishga yordam beradi.*

Kalit so’zlar: *migratsiya, ijtimoiylashuv, psixologik xususiyatlar, integratsiya, madaniy moslashuv, stress, identifikatsiya*

Аннотация. *Статья посвящена анализу влияния проблемы миграции на процессы социализации и её социально-психологических особенностей. Миграция изменяет взаимодействие между личностью и обществом, влияет на социальную адаптацию, процесс идентификации и психологическое состояние людей. В статье рассматриваются такие последствия миграции, как социальная изоляция, культурные конфликты и психологический стресс. Результаты исследования показывают, что поведение индивидов и групп, социальная поддержка и механизмы культурной адаптации играют ключевую роль в процессе миграции. Особое внимание уделяется роли социальных интеграционных и психологических служб в преодолении миграционных проблем. Статья основана на социально-психологических исследованиях, статистических данных и практических примерах, что позволяет глубже понять сложные взаимоотношения между миграцией и социализацией.*

Ключевые слова: *миграция, социализация, психологические особенности, интеграция, культурная адаптация, стресс, идентификация.*

Abstract. *This article examines the impact of migration issues on socialization processes and their socio-psychological characteristics. Migration alters the interaction between individuals and society, affecting social adaptation, identity formation, and psychological well-being. The study also addresses issues such as social isolation, cultural conflicts, and psychological stress resulting from migration. Findings indicate that individual and group behavior, social support, and cultural adaptation mechanisms are crucial during migration processes. The article emphasizes the importance of social integration and psychological assistance systems in addressing migration-related challenges. Based on socio-psychological research, statistical data, and practical examples, this study provides a comprehensive understanding of the complex relationship between migration and socialization.*

Key words: *migration, socialization, psychological characteristics, integration, cultural adaptation, stress, identity.*

Kirish. Bugungi globalizatsiya davrida migratsiya jarayonlari dunyo miqyosida sezilarli darajada faollashgan. Insonlarning bir mintaqadan boshqa mintaqaga ko‘chishi nafaqat iqtisodiy, balki ijtimoiy va psixologik jarayonlarga ham bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Migratsiya – bu shaxsning shaxsiy hayoti va jamiyat bilan munosabatlarini tubdan o‘zgartiradigan murakkab ijtimoiy hodisa bo‘lib, u insonning identifikatsiyasi, ijtimoiy moslashuvi, madaniy integratsiyasi va psixologik holatiga jiddiy ta’sir qiladi. Ijtimoiy-psixologik nuqtai nazardan qaralganda, migratsiya jarayoni shaxsning ichki dunyosi va uning atrofidagi jamiyat bilan o‘zaro munosabatlarida yangi vaziyatlar yaratadi. Masalan, yangi muhitga moslashish zarurati, madaniy va til farqlari, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimining mavjudligi yoki yo‘qligi kabi omillar migratsiya qiluvchining ruhiy holati va ijtimoiy faolligiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Shu bilan birga, migratsiya jarayonida yuzaga keladigan ijtimoiy izolyatsiya, madaniy ziddiyatlar va psixologik stress shaxsning o‘zini anglashiga, guruh bilan munosabatlarida barqarorlik va ishonch tuyg‘usiga ta’sir qiladi. Shuningdek, migratsiyaning jamiyatlashuv jarayoniga ta’siri ham muhim ahamiyatga ega. Shaxslar yangi ijtimoiy muhitga kirib, ijtimoiy rol va normativlarga moslashadi, shu orqali jamiyatning ijtimoiy strukturasi va madaniy muhitiga ta’sir qiladi. Bu jarayon ijtimoiy integratsiya, madaniy moslashuv va psixologik yordam mexanizmlarini talab qiladi. Shu sababli, migratsiyaning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o‘rganish jamiyatning barqaror rivojlanishi, shaxslarning sog‘lom psixologik holatini saqlash va ijtimoiy muhitni samarali boshqarish uchun dolzarb hisoblanadi.

Ushbu tadqiqot migratsiya muammosining ijtimoiy-psixologik jihatlarini, shuningdek, uning jamiyatlashuvga ta’sirini chuqur tahlil qilishga qaratilgan bo‘lib, mavzu bo‘yicha ilmiy nazariyalar, amaliy tadqiqotlar va empirik ma’lumotlar asosida asoslangan. Migratsiya zamonaviy jamiyatlarning ijtimoiy, iqtisodiy va madaniy rivojlanishida muhim omil sifatida namoyon bo‘lmoqda. Insonlarning bir hududdan boshqasiga ko‘chishi nafaqat iqtisodiy imkoniyatlarni oshiradi, balki ijtimoiy munosabatlar tizimiga yangi o‘zgarishlar kiritadi. Shu bilan birga, migratsiya shaxsning shaxsiy va guruh identifikatsiyasiga ta’sir qiluvchi murakkab psixologik jarayonlarni ham yuzaga keltiradi. Masalan, yangi madaniyatga moslashish zarurati, til va urf-odat farqlari, shaxsiy qadriyatlar va jamiyatning normativ tizimi o‘rtasidagi moslashuv inson psixikasida stress va psixologik qiyinchiliklarni yuzaga keltiradi.

So‘nggi tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, migratsiya jarayoni shaxsning ijtimoiy rolini qayta aniqlashga majbur qiladi. Migratsiya qiluvchilar yangi ijtimoiy muhitga kirib, o‘zlarining ijtimoiy identifikatsiyasini shakllantirish, yangi guruhlar bilan munosabat o‘rnatish va mavjud ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimidan foydalanish orqali ijtimoiy moslashuvni amalga oshiradilar. Shu bilan birga, bu jarayon jamoat darajasida ham ijtimoiy dinamikani o‘zgartiradi, yangi madaniy aralashuv, integratsiya va ijtimoiy barqarorlikni shakllantiradi. Bundan tashqari, migratsiya shaxsning ruhiy holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Psixologik jihatdan migratsiya qiluvchi shaxslar ko‘pincha g‘amginlik, yolg‘izlik va noma’lumlik hissi bilan yuzma-yuz keladilar. Shu sababli, ijtimoiy-psixologik yordam tizimlari, jamiyatdagi qo‘llab-quvvatlovchi institutlar va psixologik maslahat markazlarining roli ayniqsa muhim hisoblanadi. Shuningdek, migratsiya jarayonida yoshlar va oilaviy guruhlar kabi ijtimoiy kategoriyalar alohida e’tiborga muhtoj bo‘ladi, chunki ularning moslashuv strategiyalari va psixologik barqarorligi boshqalariga nisbatan sezilarli darajada farqlanadi.

Hozirgi kunda migratsiya bilan bog‘liq ilmiy tadqiqotlar ijtimoiy-psixologik, sotsiologik va antropologik yondashuvlarni birlashtirishga intilmoqda. Bu esa migratsiya jarayonining shaxs, guruh va jamiyat o‘rtasidagi murakkab o‘zaro aloqalarini chuqur tushunish imkonini beradi. Shu sababli, migratsiya muammosining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini va uning jamiyatlashuv jarayoniga ta’sirini o‘rganish, nafaqat ilmiy nuqtai nazardan, balki amaliy jihatdan ham dolzarb va muhim ahamiyatga ega.

Adabiyotlar tahlili. Migratsiya muammosining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o‘rganish so‘nggi yillarda dunyo va Rossiya olimlari tomonidan keng tadqiq etilmoqda. Rus olimi V. A. Yermolayeva (2018) migratsiya jarayonlarini shaxs va jamiyat o‘rtasidagi murakkab ijtimoiy interaksiya sifatida ta’riflaydi. U migratsiya qiluvchilarning ijtimoiy moslashuvi, guruh ichidagi rolini qayta aniqlashi va yangi muhitga integratsiyasi jarayonlarini batafsil tahlil qiladi. Yermolayeva

ta’kidlaydiki, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimi mavjud bo‘lgan jamiyatlarda migratsiya qiluvchilarning psixologik stress darajasi sezilarli darajada kamayadi va ularning ijtimoiy faoliyati tezroq tiklanadi.

Rus olimi N. V. Petrova (2020) migratsiyaning shaxsning identifikatsiyasiga ta’sirini o‘rganib, madaniyatlararo moslashuv jarayonlarini va ijtimoiy izolyatsiyaning salbiy oqibatlarini ko‘rsatadi. Uning tadqiqotlari shuni isbotlaydiki, madaniy va til farqlari, shuningdek yangi ijtimoiy normalarga moslashish talabi shaxsning psixologik barqarorligiga bevosita ta’sir qiladi. Petrova o‘z ishida migratsiya qiluvchilarni psixologik qo‘llab-quvvatlash va ijtimoiy integratsiya dasturlarining ahamiyatini alohida ta’kidlaydi.

Xorijiy tadqiqotchilar ham migratsiya va ijtimoiy-psixologik jarayonlar o‘rtasidagi bog‘liqlikni chuqur tahlil qilgan. S. Castles va M. Miller (2009) migratsiyani global ijtimoiy transformatsiya kontekstida o‘rganib, uning shaxs va jamiyat o‘rtasidagi murakkab o‘zaro aloqalarni shakllantirishini ko‘rsatadilar. Ular migratsiya jarayonida shaxsning ijtimoiy identifikatsiyasi, guruhga tegishlilik hissi va madaniy moslashuvi muhim rol o‘ynashini ta’kidlaydilar. Shu bilan birga, Castles va Miller migratsiya jarayonining ijtimoiy dinamikaga, xususan yangi ijtimoiy normativlar va integratsion mexanizmlarning shakllanishiga ta’sirini ko‘rsatadilar.

R. Portes (2010) migratsiyaning ijtimoiy kapitalga ta’sirini o‘rganib, shaxslararo aloqalar, qo‘llab-quvvatlash tarmoqlari va ijtimoiy integratsiya mexanizmlarining muhimligini ta’kidlaydi. Portesning fikricha, ijtimoiy kapital yuqori bo‘lgan muhitda migratsiya qiluvchilar yangi jamiyatga tezroq moslashadi va psixologik stressni engib o‘tadi. Bu esa shuni ko‘rsatadiki, ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar migratsiya jarayonini nafaqat individual, balki ijtimoiy tizimlar nuqtai nazaridan ham chuqur tahlil qilish imkonini beradi.

O. Berry (1997) madaniyatlararo moslashuv va integratsiya nazariyasini ishlab chiqib, migratsiya qiluvchilarning psixologik barqarorligini oshirish va yangi ijtimoiy muhitga adaptatsiya jarayonini samarali tashkil etish yo‘llarini ko‘rsatadi. Berry madaniyatlararo strategiyalar, ya’ni assimilyatsiya, segregatsiya, integratsiya va marginalizatsiya modellarini tavsiflab, ularning shaxsning ruhiy holatiga ta’sirini ilmiy asosda dalillaydi. Bu nazariya rus olimlari tadqiqotlari bilan uyg‘unlashib, migratsiya muammosini ijtimoiy-psixologik jihatdan tushunishda konseptual asos yaratadi.

Yaqinda o‘tkazilgan tadqiqotlar, masalan E. Smith va J. Khawaja (2011)ning ishlari, yangi ijtimoiy muhitga ko‘chgan shaxslarning psixologik stress va ijtimoiy moslashuv jarayonini tahlil qilgan. Ular migratsiya qiluvchilarni psixologik qo‘llab-quvvatlash, ijtimoiy tarmoqlar va integratsiya dasturlari orqali qo‘llab-quvvatlashning samarali ekanligini ko‘rsatadilar. Tadqiqot natijalari shuni isbotlaydiki, migratsiya qiluvchilarning psixologik barqarorligi ularning ijtimoiy faoliyati va jamiyatga moslashuvi bilan bevosita bog‘liq.

Umuman olganda, rus va xorijiy olimlarning tadqiqotlari shuni ko‘rsatadiki, migratsiya murakkab ijtimoiy-psixologik hodisa bo‘lib, shaxsning identifikatsiyasi, psixologik holati, guruh bilan munosabatlari va jamiyatlashuv jarayoni bilan chambarchas bog‘liq. Shu bilan birga, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimi, madaniy moslashuv mexanizmlari va psixologik yordam institutlari migratsiya qiluvchilarning barqaror integratsiyasini ta’minlashda muhim rol o‘ynaydi.

Muhokama. Migratsiya muammosining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari va jamiyatlashuvga ta’siri masalasi bugungi kunda nafaqat ilmiy, balki amaliy jihatdan ham dolzarb hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, migratsiya jarayoni shaxsning identifikatsiyasi, psixologik holati va ijtimoiy faoliyatini tubdan o‘zgartiradi. Masalan, yangi muhitga ko‘chib kelgan shaxslar o‘zlarining ijtimoiy rolini qayta aniqlashga majbur bo‘ladilar, bu esa ba’zan ijtimoiy izolyatsiya va madaniy ziddiyatlar orqali psixologik stressni kuchaytiradi. Shu bilan birga, jamiyatning qo‘llab-quvvatlovchi institutlari va ijtimoiy integratsiya dasturlari bu stressni kamaytirish va shaxsning ijtimoiy moslashuvini tezlashtirish imkonini beradi.Ijtimoiy-psixologik nuqtai nazardan, migratsiya jarayoni shaxsning guruhga tegishlilik hissini va ijtimoiy kapitalini shakllantirishga katta ta’sir ko‘rsatadi. Xorijiy tadqiqotlar, masalan R. Portes va O. Berry ishlarida ko‘rsatilganidek, ijtimoiy kapital yuqori bo‘lgan shaxslar yangi muhitga tezroq moslashadi va psixologik barqarorlikni saqlay oladi. Shu bilan birga, madaniyatlararo moslashuv strategiyalari – assimilyatsiya, integratsiya, segregatsiya va

marginalizatsiya – shaxsning yangi ijtimoiy muhitga adaptatsiyasini belgilovchi muhim omil hisoblanadi. Migratsiya jarayoni shuningdek jamiyatning ijtimoiy strukturasi va madaniy muhitiga ham sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Yangi kelgan shaxslar jamiyat ichida yangi normativlar, qadriyatlar va madaniy elementlarni shakllantirishda vositachi rol o‘ynaydi. Shu sababli, ijtimoiy integratsiya dasturlari va psixologik qo‘llab-quvvatlash mexanizmlari jamiyatning barqaror rivojlanishi va shaxslarning ruhiy salomatligini ta’minlashda muhim vosita hisoblanadi. Bundan tashqari, migratsiya jarayoni yoshlar va oilaviy guruhlar uchun alohida ahamiyatga ega. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, yoshlar yangi muhitga moslashishda ko‘proq moslashuv strategiyalariga ega bo‘lsa-da, ularning psixologik barqarorligi oilaviy qo‘llab-quvvatlashga bog‘liq. Shu bilan birga, oilaviy migratsiya qiluvchilar orasida psixologik stress va moslashuv jarayonida yuzaga keladigan qiyinchiliklar ko‘proq kuzatiladi, bu esa ijtimoiy va psixologik yordam tizimining muhimligini yana bir bor tasdiqlaydi. Shu nuqtai nazardan, migratsiya muammosi nafaqat individual, balki jamiyat darajasida ham ko‘rib chiqilishi lozim. Ijtimoiy va psixologik tadqiqotlar, shuningdek empirik ma’lumotlar, migratsiya qiluvchilarni qo‘llab-quvvatlash, integratsiya dasturlarini shakllantirish va madaniyatlararo moslashuv strategiyalarini ishlab chiqishda muhim manba bo‘lib xizmat qiladi. Natijada, migratsiya jarayoni shaxs va jamiyat o‘rtasidagi murakkab o‘zaro aloqalarni o‘rganishda nafaqat ijtimoiy-psixologik, balki sotsiologik va madaniy kontekstlarni hisobga olish zarurligini ko‘rsatadi. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimi, madaniy moslashuv mexanizmlari va psixologik yordam institutlari esa migratsiya qiluvchilarning barqaror integratsiyasi va jamiyatlashuv jarayonini ta’minlashda muhim vosita bo‘lib qoladi. Shu bois, mazkur mavzuni chuqur o‘rganish va amaliy tadqiqotlar bilan boyitish jamiyatning barqaror rivojlanishi hamda shaxslarning psixologik salomatligini ta’minlashda katta ahamiyatga ega.

Migratsiya jarayoni shaxsning ijtimoiy tarmoqdagi o‘rnini qayta shakllantirishga majbur qiladi. Yangi ijtimoiy muhitga kirgan shaxslar o‘zaro aloqalarni yangilash, yangi do‘stlik va hamkorlik aloqalarini o‘rnatish zaruriyatiga duch keladi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ijtimoiy tarmoqlar va qo‘llab-quvvatlovchi guruhlarning mavjudligi shaxsning psixologik barqarorligini mustahkamlash va jamiyatga moslashuvini tezlashtirishda hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Shu nuqtai nazardan, ijtimoiy integratsiya dasturlari va madaniy vositachilik mexanizmlari migratsiya qiluvchilar uchun asosiy strategiya hisoblanadi. Shuningdek, migratsiya jarayoni shaxsning o‘z-o‘zini anglashiga va identifikatsiyasiga ta’sir qiladi. Yangi madaniyat va ijtimoiy norma bilan tanishish jarayonida shaxs o‘z qadriyatlari, qadriyatlararo farqlar va madaniy o‘ziga xosliklarini qayta baholaydi. Shu bilan birga, ayrim hollarda shaxsning ichki nizolari, g‘amginlik va o‘zini yolg‘iz his qilish kabi psixologik qiyinchiliklar yuzaga keladi. Bu esa psixologik yordam tizimlarini yanada samarali tashkil etishni talab qiladi.

Migratsiya, shuningdek, jamiyatning madaniy va ijtimoiy muhitiga ham ta’sir ko‘rsatadi. Yangi kelgan shaxslar jamiyatdagi normativ tizim va ijtimoiy qadriyatlarga o‘z hissasini qo‘shadi, natijada madaniy aralashuv va yangi ijtimoiy dinamika yuzaga keladi. Shu sababli, migratsiyaning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o‘rganish nafaqat individual, balki jamoat darajasida ham dolzarbdir.Yoshlar va oilaviy guruhlar migratsiya jarayonida alohida e’tiborni talab qiladi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, yoshlar yangi muhitga moslashishda tezkor strategiyalarga ega bo‘lishiga qaramay, ularning psixologik barqarorligi oilaviy qo‘llab-quvvatlashga bog‘liq bo‘ladi. Shu bilan birga, oilaviy migratsiya qiluvchilar orasida stress va moslashuv jarayonida yuzaga keladigan qiyinchiliklar ko‘proq uchraydi, bu esa ijtimoiy va psixologik yordam tizimining ahamiyatini oshiradi.

Nihoyat, migratsiya jarayoni global miqyosda ijtimoiy tenglik va adolat masalalarini ham yuzaga chiqaradi. Migratsiya qiluvchilar ko‘pincha ishchi, ta’lim yoki madaniy imkoniyatlar bilan bog‘liq cheklovlar bilan duch keladi. Bu esa ularning ijtimoiy faolligi va jamiyatga integratsiyasiga to‘sqinlik qiladi. Shu sababli, ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar va amaliy strategiyalar migratsiya qiluvchilarni qo‘llab-quvvatlash, ijtimoiy barqarorlikni ta’minlash va shaxslarning ruhiy salomatligini saqlashda muhim rol o‘ynaydi.

Xulosa.Migratsiya muammosi nafaqat iqtisodiy yoki hududiy masala sifatida, balki shaxs va jamiyat o‘rtasidagi murakkab ijtimoiy-psixologik jarayon sifatida ham qaralishi lozim. Tadqiqotlar

va tahlillar shuni ko‘rsatadiki, migratsiya jarayoni shaxsning identifikatsiyasi, ijtimoiy rolini aniqlash, psixologik holati va jamiyatlashuv jarayoniga bevosita ta’sir qiladi. Yangi muhitga moslashish, madaniyatlararo farqlarni qabul qilish, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimlaridan foydalanish kabi omillar shaxsning psixologik barqarorligini mustahkamlash va jamiyatga integratsiyasini tezlashtirishda muhim ahamiyatga ega. Shuningdek, migratsiya jamiyatning ijtimoiy va madaniy muhitini ham tubdan o‘zgartiradi. Yangi kelgan shaxslar ijtimoiy normativlar, madaniy qadriyatlar va guruhlararo munosabatlarga o‘z hissasini qo‘shadi, natijada jamiyatda madaniy aralashuv, integratsiya va yangi ijtimoiy dinamikalar yuzaga keladi. Shu sababli, migratsiya muammosini o‘rganishda nafaqat individual, balki jamoat darajasidagi omillarni ham hisobga olish zarur.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, yoshlar va oilaviy guruhlar migratsiya jarayonida alohida e’tiborni talab qiladi, chunki ularning psixologik barqarorligi va moslashuv strategiyalari shaxsiy va oilaviy qo‘llab-quvvatlashga bog‘liq. Shu bilan birga, ijtimoiy-psixologik yordam tizimlari, madaniy moslashuv mexanizmlari va integratsiya dasturlari migratsiya qiluvchilarning barqaror jamiyatlashuvini ta’minlashda hal qiluvchi vosita bo‘lib xizmat qiladi.

Umuman olganda, migratsiya jarayonining ijtimoiy-psixologik tahlili shuni ko‘rsatadiki, shaxs va jamiyat o‘rtasidagi murakkab o‘zaro aloqalarni chuqur tushunish, ijtimoiy integratsiya va psixologik qo‘llab-quvvatlash mexanizmlarini samarali tashkil etish orqali nafaqat migratsiya qiluvchilarning, balki jamiyatning barqaror rivojlanishini ta’minlash mumkin. Shu nuqtai nazardan, migratsiya muammosini o‘rganish va unga yechim topish bugungi zamonning eng dolzarb ijtimoiy va psixologik masalalaridan biri hisoblanadi

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Berry, J. W. (1997). Immigration, Acculturation, and Adaptation. Applied Psychology: An International Review.
2. Castles, S., & Miller, M. (2009). The Age of Migration: International Population Movements in the Modern World. Palgrave Macmillan.
3. Portes, R. (2010). Migration and Social Change: Some Conceptual Reflections. Journal of Ethnic and Migration Studies.
4. Yermolayeva, V. A. (2018). Migratsiya jarayonlarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. Psixologik tadqiqotlar jurnali.
5. Petrova, N. V. (2020). Shaxs identifikatsiyasi va madaniyatlararo moslashuv: migratsiya tahlili. Sotsiopsixologiya haqidagi ilmiy maqolalar to‘plami.
6. Kim, Y. Y. (2005). Becoming Intercultural: An Integrative Theory of Communication and Cross-Cultural Adaptation. Sage Publications.
7. Fedotova, V. A. (2022). Etno-madaniy identitet va adaptatsiya: talabalar misolida. Sotsial’naia psikhologiia i obshchestvo.

Jabborova Feruza Majidovna
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

BOSHLANG‘ICH SINF O‘QITUVCHILARINING O‘Z-O‘ZINI ANGLASH VA EMOTSIONAL MUNOSABATLARINING UYG‘UNLIGI

Annotatsiya. *Ushbu maqola boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining o‘z-o‘zini anglash qobiliyati bilan emotsional munosabatlari orasidagi uyg‘unlikni o‘rganishga bag‘ishlangan. Tadqiqotda o‘qituvchilarning o‘z his-tuyg‘ularini idrok etish va boshqarish darajasi ularning ish jarayonidagi emotsional barqarorlik va shaxslararo munosabatlarga qanday ta’sir qilishi tahlil qilindi. O‘z-o‘zini anglashning yuqori darajasi o‘qituvchilarga professional stresslarni yengish va samarali pedagogik kommunikatsiya o‘rnatishda yordam berishi aniqlangan. Shu bilan birga, emotsional uyg‘unlik o‘quv jarayonining sifatini oshirish va sinfdagi ijtimoiy muhitni yaxshilashda muhim rol o‘ynaydi. Tadqiqot*

natijalari pedagoglarning o‘z-o‘zini anglash ko‘nikmalarini rivojlantirish va emotsional munosabatlarni uyg‘unlashtirish yo‘llarini taklif qiladi.

Kalit so’zlar: *o‘z-o‘zini anglash, emotsional munosabatlar, uyg‘unlik, boshlang‘ich sinf o‘qituvchilari, pedagogik kommunikatsiya, emotsional barqarorlik, psixologik stress, ta’lim sifati*

Аннотация. *Эта статья посвящена изучению гармонии между самосознанием и эмоциональными отношениями учителей начальных классов. В исследовании проанализировано, как уровень восприятия и управления чувствами учителей влияет на их эмоциональную устойчивость и межличностные отношения в процессе работы. Высокий уровень самосознания помогает учителям преодолевать профессиональные стрессы и устанавливать эффективную педагогическую коммуникацию. В то же время эмоциональная гармония играет важную роль в повышении качества учебного процесса и улучшении социальной среды в классе. Результаты исследования предлагают пути развития навыков самосознания педагогов и гармонизации эмоциональных отношений.*

Ключевые слова: *самосознание, эмоциональные отношения, гармония, учителя начальных классов, педагогическая коммуникация, эмоциональная устойчивость, психологический стресс, качество образования*

Abstract. *This article is devoted to the study of the harmony between the ability of primary school teachers to self-awareness and their emotional relationships. The study analyzed how the level of perception and management of teachers' emotions affects their emotional stability and interpersonal relationships in the work process. It has been established that a high level of self-awareness helps teachers overcome professional stress and establish effective pedagogical communication. At the same time, emotional harmony plays an important role in improving the quality of the educational process and the social environment in the classroom. The research results suggest ways to develop teachers' self-awareness skills and harmonize emotional relationships.*

Key words: *self-awareness, emotional relationships, harmony, primary school teachers, pedagogical communication, emotional stability, psychological stress, quality of education*

Kirish. Boshlang‘ich ta’lim bosqichi har bir o‘quvchining shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishida muhim ahamiyatga ega bo‘lib, bu davrda o‘qituvchilarning kasbiy mahorati va psixologik tayyorgarligi o‘quv jarayonining muvaffaqiyati uchun hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Ayniqsa, o‘z-o‘zini anglash qobiliyati va emotsional munosabatlarni boshqarish pedagoglarning professional faoliyatida samaradorlikni oshirishga xizmat qiladi. O‘z-o‘zini anglash - shaxsning o‘z ichki holatini, his-tuyg‘ularini to‘g‘ri idrok etishi va baholashi bo‘lib, bu qobiliyat pedagoglarga o‘z emotsiyalarini boshqarish, stress holatlarini kamaytirish hamda sinfdagi ijobiy muhitni yaratishda yordam beradi. Shu sababli, o‘z-o‘zini anglash va emotsional munosabatlarning uyg‘unligi boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining kasbiy faoliyatining muhim omili hisoblanadi.

Mavzuning dolzarbligi. Bugungi kunda ta’lim tizimida pedagoglarning emotsional qobiliyatlari va psixologik barqarorligini oshirish muhim vazifa sifatida qaralmoqda. Boshlang‘ich sinf o‘qituvchilari bolalarning birinchi ta’lim-tarbiya muhitini yaratishda bevosita ishtirok etgani uchun, ularning o‘z-o‘zini anglash va emotsional munosabatlarini samarali boshqarishi maktabdagi ijtimoiy-psixologik muhitning sifatiga ta’sir ko‘rsatadi. Shuningdek, o‘z-o‘zini anglash darajasining pastligi pedagoglarda emotsional zo‘riqish, charchoq va kasbiy burn-out holatlarini kuchaytirishi mumkin. Shu bois, o‘qituvchilarning o‘z-o‘zini anglash va emotsional munosabatlarini uyg‘unlashtirish ustida izlanishlar olib borish, ularni amaliy jihatdan qo‘llab-quvvatlash, ta’lim jarayonining samaradorligini oshirishda dolzarb hisoblanadi. Bu mavzu pedagogika va psixologiya sohalarida yangi tadqiqotlar uchun keng imkoniyat yaratadi.

Adabiyotlar tahlili. So‘nggi yillarda pedagoglarning o‘z-o‘zini anglash va emotsional intellektga oid tadqiqotlar ko‘payib bormoqda. Goleman (1995) emotsional intellekt konsepsiyasini ilgari surib, uning shaxsiy va kasbiy muvaffaqiyatlarda muhim omil ekanligini ta’kidlagan. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘z-o‘zini anglash - bu emotsional intellektning asosiy komponenti bo‘lib, shaxsning o‘z hissiyotlarini idrok etish va nazorat qilish qobiliyatidir (Salovey va Mayer, 1990).

Pedagogika sohasida olib borilgan tadqiqotlar (Boyatzis va boshq., 2002; Karimova, 2018) o‘z-o‘zini anglash pedagoglarning stressga bardosh berishida, sinfdagi psixologik muhitni boshqarishda va o‘quvchilar bilan samarali muloqot o‘rnatishda asosiy ahamiyatga ega ekanligini ko‘rsatadi. Shu bilan birga, O‘zboshimova (2019) o‘qituvchilarning emotsional barqarorligi va o‘z-o‘zini anglash darajasi pedagogik faoliyatdagi yuksak samaradorlikka bog‘liq ekanligini aniqlagan.

Shuningdek, pedagoglarning emotsional munosabatlarini boshqarish ko‘nikmalari sinfda ijtimoiy muhitni ijobiy tomonga o‘zgartirishda, o‘quvchilarning motivatsiyasini oshirishda muhim omil sifatida ko‘riladi. Biroq, mahalliy tadqiqotlarda boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining o‘z-o‘zini anglash va emotsional uyg‘unligi masalasi yetarlicha o‘rganilmaganligi ta’kidlanadi, bu sohada chuqur tahlillar va amaliy tavsiyalar zarur.

Natijada, adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, pedagoglarning o‘z-o‘zini anglash va emotsional munosabatlar uyg‘unligini oshirish pedagogik jarayon sifatini yaxshilash uchun muhim vazifa bo‘lib, bu mavzu dolzarb ilmiy izlanishlarga muhtoj.

Tadqiqotning metodologik asosi. Ushbu tadqiqot psixologiya va pedagogika fanlari kesishmasida olib borilib, o‘qituvchilarning shaxsiy-emotsional rivojlanishi va ularning kasbiy faoliyatiga ta’sirini o‘rganishga qaratilgan. Tadqiqot quyidagi ilmiy-nazariy yondashuvlarga tayanadi:

Shaxsiy rivojlanish nazariyasi

Shaxsning o‘zini anglash qobiliyati uning individual rivojlanishida markaziy o‘rin tutadi. Bu yondashuvga ko‘ra, o‘qituvchining o‘z emotsiyalarini anglay olishi va ularni boshqarishi, kasbiy faoliyatda barqarorlikni ta’minlaydi (Carl Rogers, A. Maslow).

Emotsional intellekt nazariyasi

P. Salovey va J. Mayer (1990), hamda D. Goleman (1995) tomonidan ishlab chiqilgan bu nazariya asosida, emotsional intellekt shaxsning o‘z emotsiyalarini va boshqalarnikini anglab, ulardan to‘g‘ri foydalanish qobiliyati sifatida talqin qilinadi. Mazkur yondashuv o‘qituvchining emotsional holati va munosabatlaridagi uyg‘unlikni o‘rganishda asos bo‘ldi.

Kasbiy refleksiya va o‘z-o‘zini tahlil qilish konsepsiyasi

O‘qituvchilarning o‘z faoliyatini baholashi, his-tuyg‘ularini anglash orqali shaxsiy va kasbiy o‘sishni ta’minlashi mumkinligi ta’kidlanadi. Bu jihat tadqiqotda o‘z-o‘zini anglash darajasini baholashda metodik asos bo‘lib xizmat qildi.

Integrativ yondashuv

Tadqiqotda psixologik, pedagogik va kommunikativ yondashuvlar uyg‘unlashtirilib, o‘qituvchilarning o‘z-o‘zini anglash bilan emotsional munosabatlar o‘rtasidagi bog‘liqlik kompleks tarzda o‘rganildi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining o‘z-o‘zini anglash darajasi ularning emotsional munosabatlarida muhim rol o‘ynashini ko‘rsatdi. O‘z his-tuyg‘ularini anglay olgan va nazorat qilgan o‘qituvchilar sinfda barqaror psixologik muhitni saqlab qolishga, o‘quvchilar va ota-onalar bilan ijobiy muloqot o‘rnatishga moyil bo‘lishdi.

Shuningdek, kuzatuv va suhbat natijalariga ko‘ra, o‘z-o‘zini anglash darajasi yuqori bo‘lgan o‘qituvchilar dars davomida emotsional bosimlarga kamroq tushgan, o‘z munosabatlarini muvozanatda saqlagan va ziddiyatli vaziyatlarni konstruktiv tarzda hal qilishga intilgan. Aksincha, o‘zini anglash darajasi past bo‘lgan pedagoglar emotsional beqarorlik, tushkunlik yoki haddan tashqari hissiy javoblar ko‘rsatgan.

Bu holatlar shuni ko‘rsatadiki, pedagogning emotsional holati nafaqat uning kasbiy samaradorligiga, balki o‘quvchilarning o‘qishga bo‘lgan munosabati va ruhiy holatiga ham bevosita ta’sir ko‘rsatadi. O‘z-o‘zini anglash va emotsional munosabatlar uyg‘unligi - bu zamonaviy pedagogik faoliyatda befarq bo‘lish mumkin bo‘lmagan jihatdir.

Amaliy tavsiyalar:

O‘qituvchilar uchun emotsional intellekt bo‘yicha treninglar tashkil etilsin. Bu ularning o‘zini anglash, emotsiyalarni boshqarish va samarali muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi.

Pedagogik refleksiya (o‘z faoliyatini tahlil qilish) ko‘nikmalarini rivojlantirish maqsadida haftalik psixologik monitoring yoki "shaxsiy kundalik" yuritish tavsiya etiladi.

Maktab psixologi bilan muntazam suhbatlar va maslahatlar o‘qituvchilarning o‘z emotsional holatini nazorat qilishiga va ruhiy sog‘lomligini saqlashga xizmat qiladi.

Stressni boshqarish bo‘yicha amaliy mashg‘ulotlar (nafas olish texnikasi, mindfulness, meditatsiya) kasbiy charchoqni oldini olishga yordam beradi.

O‘qituvchilarning emotsional holatini baholovchi metodik vositalar (so‘rovnomalar, testlar) doimiy ravishda qo‘llanilsin va ularning natijalari asosida individual yondashuvlar ishlab chiqilsin.

Xulosa. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining o‘z-o‘zini anglash darajasi ularning emotsional munosabatlaridagi uyg‘unlik bilan bevosita bog‘liq. O‘zini chuqur anglay olgan pedagoglar o‘z emotsiyalarini samarali boshqaradi, o‘quvchilar va ota-onalar bilan ijobiy muloqot o‘rnatadi hamda kasbiy stresslarni yengib o‘tishda muvaffaqiyatli bo‘ladi. Emotsional uyg‘unlik esa sinfda sog‘lom psixologik muhit shakllanishi, ta’lim sifati va o‘qituvchining ruhiy salomatligi uchun muhim omil hisoblanadi. Shunday ekan, pedagoglarning o‘z-o‘zini anglashini rivojlantirish va emotsional barqarorligini ta’minlash bo‘yicha tizimli yondashuv zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. Imagination, Cognition and Personality, 9(3), 185–211.

2. Bar-On, R. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence. Psichological Inquiry, 15(3), 197–215.

3. Boyatzis, R. E., Goleman, D., & McKee, A. (2002). Primal Leadership: Realizing the Power of Emotional Intelligence. Boston: Harvard Business School Press.

4. Karimova, S. M. (2018). Pedagogik psixologiya asoslari. Toshkent: O‘zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti.

5. O‘zboshimova, N. T. (2019). O‘qituvchilarning emotsional barqarorligi va o‘z-o‘zini anglash darajasi. Pedagogika va psixologiya jurnali, 3(12), 45–52.

6. Kholmurodova, S. R. (2021). Boshlang‘ich ta’limda o‘qituvchining emotsional savodxonligi va shaxsiy o‘sish omillari. Ta’lim va Innovatsiya, 1(5), 30–36.

Axatov Yuldoshjon Xamzayevich
Psixologiya fanlari bo’yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

TALABALARDA IRODAVIY SIFATLARNI SHAKLLANTIRISHDA METAKOGNITIV NAZORAT VA O‘Z-O‘ZINI BOSHQARISH STRATEGIYALARINING PSIXOLOGIK OMILLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada talabalarda irodaviy sifatlarni shakllantirish jarayonida metakognitiv nazorat hamda o‘z-o‘zini boshqarish strategiyalarining psixologik omillari tahlil qilingan. Zamonaviy ta’lim sharoitida talabaning nafaqat bilim va ko‘nikmalarga ega bo‘lishi, balki o‘z faoliyatini rejalashtirish, nazorat qilish va baholash qobiliyatlarini rivojlantirishi ham muhim hisoblanadi. Metakognitiv nazorat shaxsning o‘z fikrlash jarayonini anglash va tartibga solish imkoniyatini beruvchi mexanizm sifatida talqin qilinadi. O‘z-o‘zini boshqarish esa maqsadni belgilash, qaror qabul qilish, emotsional holatni boshqarish hamda faoliyat natijalarini baholash bilan bog‘liq jarayonlarni qamrab oladi. Tadqiqotda ushbu omillarning irodaviy sifatlar, jumladan qat’iyatlilik, mas’uliyatlilik, sabr-toqat va mustaqillikning rivojlanishiga ta’siri yoritilgan. Shuningdek, talabalarda refleksiya, motivatsiya va ichki nazorat mexanizmlarini rivojlantirish orqali o‘quv faoliyati samaradorligini oshirish imkoniyatlari ko‘rib chiqilgan. Natijalar metakognitiv yondashuv asosida tashkil etilgan ta’lim jarayoni talabalarning irodaviy sifatlarini shakllantirishda muhim psixologik omil ekanligini ko‘rsatadi.*

Kalit so'zlar: *metakognitiv nazorat, o'z-o'zini boshqarish, irodaviy sifatlar, refleksiya, motivatsiya, psixologik omillar, talaba shaxsi, o'quv faoliyati.*

Аннотация. *В данной статье рассматриваются психологические факторы формирования волевых качеств студентов на основе метакогнитивного контроля и стратегий саморегуляции. В условиях современного образования важным становится не только усвоение знаний и развитие навыков, но и способность студентов планировать, контролировать и оценивать собственную деятельность. Метакогнитивный контроль рассматривается как механизм осознания и регулирования процессов мышления личности. Саморегуляция включает постановку целей, принятие решений, управление эмоциональным состоянием и оценку результатов деятельности. В исследовании анализируется влияние данных факторов на развитие волевых качеств студентов, таких как целеустремленность, ответственность, выдержка и самостоятельность. Особое внимание уделяется развитию рефлексии, учебной мотивации и внутреннего контроля как условий повышения эффективности учебной деятельности. Полученные результаты показывают, что образовательный процесс, основанный на метакогнитивном подходе, способствует эффективному формированию волевых качеств личности студентов и повышению их способности к самостоятельному обучению и развитию.*

Ключевые слова: *метакогнитивный контроль, саморегуляция, волевые качества, рефлексия, мотивация, психологические факторы, личность студента, учебная деятельность.*

Abstract. *This article examines the psychological factors influencing the development of students' volitional qualities through metacognitive control and self-regulation strategies. In modern educational conditions, it is important not only to acquire knowledge and skills but also to develop students' ability to plan, monitor, and evaluate their own learning activities. Metacognitive control is interpreted as a mechanism that enables individuals to understand and regulate their thinking processes. Self-regulation includes goal setting, decision-making, emotional management, and evaluation of activity outcomes. The study analyzes the influence of these factors on the development of volitional qualities such as determination, responsibility, perseverance, and independence among students. Special attention is paid to the role of reflection, motivation, and internal control mechanisms in improving learning effectiveness. The findings suggest that an educational process based on a metacognitive approach contributes significantly to the development of students' volitional qualities and enhances their capacity for independent learning and personal growth.*

Key words: *metacognitive control, self-regulation, volitional qualities, reflection, motivation, psychological factors, student personality, learning activity.*

Kirish. Zamonaviy jamiyatning jadal rivojlanishi, axborot oqimining keskin ortishi hamda ta'lim tizimida yuz berayotgan transformatsion jarayonlar oliy ta'lim muassasalari oldiga yangi avlod mutaxassislarini tayyorlash bo'yicha murakkab vazifalarni qo'ymoqda. Bugungi kunda talabadan nafaqat nazariy bilimlarni egallash, balki mustaqil fikrlash, murakkab vaziyatlarda oqilona qaror qabul qilish, o'z faoliyatini rejalashtirish, nazorat qilish va baholash kabi shaxsiy hamda kasbiy kompetensiyalarni namoyon etish talab etilmoqda. Mazkur talablarning samarali bajarilishi esa talabaning irodaviy sifatlari va o'z-o'zini boshqarish qobiliyatlari bilan bevosita bog'liqdir.

Irodaviy sifatlar inson shaxsining muhim psixologik komponentlaridan biri bo'lib, maqsadga intilish, qat'iyatlilik, mas'uliyatlilik, sabr-toqat, mustaqillik, tashabbuskorlik, o'zini tuta bilish va qiyinchiliklarni yengib o'tish kabi xususiyatlarni o'z ichiga oladi. Ushbu sifatlar ta'lim jarayonida ayniqsa katta ahamiyat kasb etadi, chunki talabalik davri shaxsning ijtimoiy va kasbiy shakllanish bosqichi hisoblanadi. Aynan shu davrda o'quv yuklamasi, mustaqil ta'lim hajmining ortishi, vaqtni samarali taqsimlash zarurati hamda kasbiy identifikatsiya jarayonlari kuchayadi. Bunday sharoitlarda talabaning faqat intellektual salohiyati emas, balki o'z xatti-harakatlari va psixik jarayonlarini boshqara olish darajasi ham uning ta'limdagi muvaffaqiyatini belgilovchi muhim omillardan biri bo'lib xizmat qiladi.

So‘nggi yillarda psixologiya va pedagogika fanlarida ta’lim samaradorligini oshirishga qaratilgan tadqiqotlarda metakognitiv regulatsiya tushunchasi alohida e’tibor markaziga aylangan. Metakognitiv regulatsiya shaxsning o‘z bilish faoliyatini anglash, nazorat qilish va boshqarish jarayonlarini qamrab oluvchi murakkab psixologik tizim sifatida talqin qilinadi. Ushbu tizim rejalashtirish, monitoring, refleksiya, natijalarni baholash va zaruratga ko‘ra faoliyat strategiyalarini o‘zgartirish kabi tarkibiy elementlarni o‘z ichiga oladi. Metakognitiv yondashuvning asosiy mohiyati shundan iboratki, inson faqat bilimni egallab qolmay, balki qanday o‘rganayotganini ham anglay boshlaydi.

Metakognitiv nazoratning rivojlanganligi talabaning ta’lim faoliyatiga ongli munosabatini shakllantiradi. Talaba o‘zining kuchli va zaif tomonlarini tahlil qiladi, maqsadlarni belgilaydi, faoliyat natijalarini baholaydi va yuzaga keladigan muammolarni bartaraf etish strategiyalarini ishlab chiqadi. Shu jihatdan qaralganda, metakognitiv nazorat irodaviy sifatlarning shakllanishi uchun psixologik asos vazifasini bajaradi. Chunki irodaviy harakatlarning yuzaga kelishi ham insonning vaziyatni baholashi, maqsadni aniqlashi, ichki resurslarini safarbar qilishi va natijaga yo‘naltirilgan faoliyatni davom ettira olishiga bog‘liq.

Talabalik davri yosh psixologiyasi nuqtai nazaridan shaxsning ichki regulyatsiya tizimi faol rivojlanadigan bosqich hisoblanadi. Ushbu davrda tashqi nazoratning bosqichma-bosqich ichki nazorat bilan almashinishi kuzatiladi. Natijada talaba o‘z o‘quv faoliyatining passiv ijrochisi emas, balki faol subyektiga aylanadi. Shu bilan birga, oliy ta’lim tizimida kredit-modul asosidagi ta’limning keng joriy etilishi, mustaqil ta’lim ulushining ortishi va individual ta’lim trayektoriyalarining shakllanishi talabalar oldiga o‘z faoliyatini mustaqil boshqarish talabini yanada kuchaytirmoqda.

Psixologik tadqiqotlar natijalari shuni ko‘rsatadiki, yuqori darajada rivojlangan o‘z-o‘zini boshqarish ko‘nikmalariga ega bo‘lgan talabalar akademik faoliyatda yuqoriroq natijalarga erishadi, murakkab vaziyatlarga moslashuvchan bo‘ladi hamda uzoq muddatli maqsadlarni amalga oshirishda ko‘proq qat’iyat namoyon etadi. Aksincha, metakognitiv nazoratning sust rivojlanganligi vaqtni noto‘g‘ri taqsimlash, motivatsiyaning pasayishi, o‘quv stressining ortishi va o‘z imkoniyatlariga ishonchsizlik kabi holatlarni yuzaga keltirishi mumkin.

Bugungi kunda ta’lim psixologiyasida talabalar irodaviy sifatlarini rivojlantirish bo‘yicha turli yondashuvlar mavjud bo‘lsa-da, metakognitiv nazorat va o‘z-o‘zini boshqarish strategiyalarining ushbu jarayondagi psixologik mexanizmlarini kompleks o‘rganish hali ham dolzarb ilmiy muammo bo‘lib qolmoqda. Ayniqsa, talabalarning ichki resurslarini faollashtirish, reflektiv tafakkurni rivojlantirish va ongli o‘quv faoliyatini tashkil etish orqali irodaviy sifatlarni shakllantirish masalasi alohida ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Shu munosabat bilan mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi talabalarda irodaviy sifatlarni shakllantirish jarayonida metakognitiv nazorat va o‘z-o‘zini boshqarish strategiyalarining psixologik omillarini nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilish, ularning o‘zaro bog‘liqligi hamda ta’lim samaradorligiga ta’sirini aniqlashdan iborat. Mazkur tadqiqot natijalari oliy ta’lim muassasalarida talaba shaxsini rivojlantirish, o‘quv faoliyatini optimallashtirish va psixologik qo‘llab-quvvatlash mexanizmlarini takomillashtirishga xizmat qilishi mumkin.

Adabiyotlar tahlili. Talabalarda irodaviy sifatlarni shakllantirish masalasi zamonaviy psixologiya va pedagogika fanining dolzarb yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, ta’lim jarayonida metakognitiv nazorat va o‘z-o‘zini boshqarish strategiyalarining ahamiyati ortib borayotgan sharoitda irodaviy sifatlarning rivojlanish mexanizmlarini ilmiy asosda tushuntirish zarurati kuchaymoqda. Irodaviy sifatlar shaxsning maqsadga yo‘naltirilgan faoliyatini tashkil etish, qiyinchiliklarni yengib o‘tish, qarorlarni izchil amalga oshirish va o‘z xatti-harakatlarini nazorat qilish qobiliyatini ifodalaydi. Shu nuqtai nazardan, mazkur masala turli davrlarda rus va xorijiy psixologlar tomonidan turlicha yondashuvlar asosida o‘rganilgan.

Irodaviy sifatlarni ilmiy jihatdan tushuntirishga oid dastlabki nazariy qarashlar rus psixologik maktabi vakillari tomonidan ishlab chiqilgan. Xususan, S. L. Rubinshteyn inson faoliyatini ong va faoliyat birligi tamoyili orqali izohlagan holda, irodani shaxsning ichki faolligini boshqaruvchi psixologik mexanizm sifatida tavsiflaydi. Olimning fikricha, iroda insonning tashqi ta’sirlarga passiv moslashuvi emas, balki maqsadni ongli ravishda tanlash va unga erishishga qaratilgan faol

harakatidir. Rubinshteyn irodaviy sifatlarning shakllanishini reflektiv nazorat va shaxsiy mas'uliyat bilan bog‘laydi. Ushbu qarashlar bugungi kunda metakognitiv nazorat nazariyasining ayrim jihatlari bilan uyg‘unlashadi, chunki metakognitiv jarayonlar ham shaxsning o‘z faoliyatini ongli boshqarishiga asoslanadi.

Rus psixologiya maktabining yana bir yirik vakili A. N. Leontyev faoliyat nazariyasi doirasida irodaviy sifatlarni faoliyatning motivatsion tuzilishi bilan bog‘liq holda tushuntiradi. Uning ta'kidlashicha, insonning maqsadga yo‘naltirilgan xatti-harakatlari motivlar va ichki ehtiyojlar tizimi orqali boshqariladi. Leontyev nazariyasida irodaviy rivojlanish tashqi boshqaruvdan ichki boshqaruvga o‘tish jarayoni sifatida talqin etiladi. Aynan shu jihat zamonaviy o‘z-o‘zini boshqarish konsepsiyalarining nazariy negizlaridan biri hisoblanadi. Talabaning o‘quv faoliyatida mustaqil qaror qabul qilishi, o‘z natijalarini baholashi va keyingi faoliyatini rejalashtirishi ichki regulyatsiyaning shakllanganligini ko‘rsatadi.

L. S. Vigotskiy tomonidan ilgari surilgan madaniy-tarixiy rivojlanish nazariyasi ham mazkur muammoni tushunishda muhim o‘rin tutadi. Olim psixik funksiyalar rivojlanishini ijtimoiy muhit va ichkilashtirish jarayonlari bilan bog‘laydi. Vigotskiyga ko‘ra, dastlab tashqi nazorat ostida amalga oshirilgan harakatlar vaqt o‘tishi bilan ichki nazorat tizimiga aylanadi. Ushbu yondashuv metakognitiv regulatsiya nazariyasiga yaqin bo‘lib, talabaning o‘z fikrlash faoliyatini kuzatish va boshqarish qobiliyatining shakllanishini tushuntirish imkonini beradi. Natijada irodaviy sifatlar ham tashqi talablarning ichki qadriyat va nazorat mexanizmlariga aylanishi orqali rivojlanadi.

L. I. Bojovich shaxs rivojlanishi va motivatsion sohani o‘rganish jarayonida irodaviy sifatlarni shaxsning ichki pozitsiyasi bilan bog‘lagan. Unga ko‘ra, insonning maqsad sari intilishi, mas'uliyatni his qilishi va o‘z faoliyatini nazorat qilishi ijtimoiy motivlarning shakllanganlik darajasiga bog‘liq. Talabalik davrida aynan o‘quv motivatsiyasi va o‘zini anglash darajasi irodaviy sifatlarning rivojlanishida muhim omil sifatida namoyon bo‘ladi.

Metakognitsiya tushunchasining ilmiy asoslari xorijiy olim J. Flavell tomonidan ishlab chiqilgan. U metakognitsiyani insonning o‘z bilish jarayonlari haqidagi bilimlari va ularni boshqarish qobiliyati sifatida ta'riflaydi. Flavell metakognitiv nazoratni rejalashtirish, monitoring qilish va baholash bosqichlariga ajratadi. Mazkur model talabaning o‘quv faoliyatida maqsadlarni belgilashi, o‘z natijalarini kuzatishi va zarur hollarda strategiyalarni o‘zgartirishiga xizmat qiladi. Aynan shu jarayonlar irodaviy sifatlarning amaliy namoyon bo‘lish shakli sifatida qaraladi.

Metakognitiv rivojlanishning amaliy jihatlari G. Schraw va R. Dennison tadqiqotlarida yanada kengaytirilgan. Ular metakognitiv xabardorlikni ikki tarkibiy qismga - bilish haqidagi bilim va bilishni boshqarish komponentlariga ajratgan. Ularning tadqiqotlari shuni ko‘rsatadiki, o‘z fikrlash faoliyatini tahlil qila oladigan talabalar murakkab vazifalarni bajarishda qat'iyatliroq bo‘ladi, qiyinchiliklarga bardoshlilik ko‘rsatadi va natijaga yo‘naltirilgan xatti-harakatlarni namoyon etadi. Bu esa metakognitiv nazorat bilan irodaviy sifatlar o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni ilmiy jihatdan asoslaydi.

Talabalarning o‘z-o‘zini boshqarish strategiyalarini o‘rganishda B. Zimmermanning ilmiy ishlari alohida ahamiyat kasb etadi. Olim o‘z-o‘zini boshqarishni rejalashtirish, faoliyatni nazorat qilish va reflektiv baholash bosqichlari orqali tushuntiradi. Zimmerman nazariyasiga ko‘ra, muvaffaqiyatli talaba o‘z o‘quv faoliyatining faol subyekti bo‘lib, maqsad qo‘yadi, natijalarni baholaydi va zarurat tug‘ilganda strategiyalarini o‘zgartiradi. Bunday faoliyat irodaviy sifatlarning - qat'iyat, mustaqillik va javobgarlikning rivojlanishiga olib keladi.

A. Banduraning ijtimoiy-kognitiv nazariyasi ham mazkur muammoni yoritishda muhim metodologik asos bo‘lib xizmat qiladi. Olim “o‘ziga bo‘lgan ishonch” (self-efficacy) tushunchasini ilgari surib, insonning o‘z imkoniyatlariga bo‘lgan ishonchi uning faoliyatdagi qat'iyatini belgilashini ta'kidlaydi. Yuqori darajadagi ichki ishonch talabalarda qiyinchiliklarga chidamlilikni oshiradi va o‘z-o‘zini boshqarish mexanizmlarining samarali ishlashini ta'minlaydi.

Shuningdek, zamonaviy ta'lim psixologiyasi doirasidagi tadqiqotlar metakognitiv regulatsiya va irodaviy rivojlanish o‘rtasida ikki tomonlama bog‘liqlik mavjudligini ko‘rsatmoqda. Metakognitiv nazorat rivojlangan sari talaba o‘z xatti-harakatlarini ongli boshqaradi, bu esa irodaviy sifatlarni

mustahkamlaydi. O‘z navbatida, shakllangan irodaviy sifatlar metakognitiv strategiyalardan izchil foydalanishga yordam beradi.

Tahlil qilingan ilmiy manbalar shuni ko‘rsatadiki, talabalarda irodaviy sifatlarni shakllantirish faqat motivatsion yoki xulqiy omillar bilan emas, balki metakognitiv nazorat, refleksiya va o‘z-o‘zini boshqarish mexanizmlarining integratsiyalashgan tizimi orqali amalga oshadi. Shu sababli zamonaviy oliy ta’lim sharoitida talabalarning o‘z bilish faoliyatini anglash, nazorat qilish va baholash ko‘nikmalarini rivojlantirish irodaviy sifatlarni shakllantirishning muhim psixologik sharti sifatida qaraladi.

Xulosa. Talabalarda irodaviy sifatlarni shakllantirish masalasi zamonaviy ta’lim tizimining muhim psixologik va pedagogik vazifalaridan biri hisoblanadi. Oliy ta’lim sharoitida talabaning muvaffaqiyatli faoliyati faqat akademik bilim va intellektual salohiyat bilan belgilanmaydi, balki uning o‘z xatti-harakatlarini boshqara olish, maqsadlarni mustaqil belgilash, qaror qabul qilish, qiyinchiliklarni yengib o‘tish hamda o‘quv faoliyatini ongli ravishda tashkil eta olish qobiliyatiga ham bevosita bog‘liqdir. Shu sababli irodaviy sifatlarni rivojlantirish jarayonini shaxsning ichki psixologik resurslari va regulyativ mexanizmlari bilan bog‘liq holda o‘rganish alohida ilmiy ahamiyat kasb etadi.

Mazkur tadqiqot doirasida irodaviy sifatlarning shakllanishida metakognitiv nazorat va o‘z-o‘zini boshqarish strategiyalari muhim psixologik omil ekanligi nazariy jihatdan asoslandi. Tahlillar shuni ko‘rsatdiki, metakognitiv nazorat talabaning o‘z fikrlash jarayonini anglash, faoliyatni rejalashtirish, bajarilayotgan harakatlarni monitoring qilish hamda natijalarni baholash imkonini beruvchi ichki boshqaruv tizimi sifatida namoyon bo‘ladi. Bunday nazorat mexanizmlarining rivojlanganligi talabaning o‘quv jarayonida faolligini oshiradi, o‘z imkoniyatlarini real baholashga yordam beradi va maqsadga erishishda izchillikni ta’minlaydi.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, o‘z-o‘zini boshqarish strategiyalari irodaviy sifatlarning amaliy namoyon bo‘lish shakli hisoblanadi. Talaba o‘z faoliyatini rejalashtirganda, ustuvor vazifalarni belgilaganda, vaqt resurslarini taqsimlaganda va natijalarni tahlil qilganda uning ichki regulyatsiya mexanizmlari faollashadi. Natijada qat’iyatlilik, mas’uliyatlilik, sabr-toqat, mustaqillik, o‘zini nazorat qilish va maqsadga yo‘naltirilganlik kabi irodaviy sifatlar izchil rivojlanadi.

Shuningdek, tadqiqot davomida irodaviy sifatlar va metakognitiv regulatsiya o‘rtasida ikki tomonlama bog‘liqlik mavjudligi aniqlandi. Bir tomondan, metakognitiv nazoratning rivojlanishi talabaning irodaviy harakatlarini ongli ravishda tashkil etishiga yordam beradi. Ikkinchi tomondan, shakllangan irodaviy sifatlar talabaning metakognitiv strategiyalardan samarali foydalanishiga, o‘quv jarayonida barqarorlik va ichki motivatsiyani saqlab qolishiga xizmat qiladi. Bu esa ta’lim faoliyatining samaradorligini oshiruvchi muhim psixologik resurs sifatida namoyon bo‘ladi.

Bugungi kunda oliy ta’lim tizimida mustaqil ta’lim ulushining ortishi, o‘quv jarayonining individuallashuvi va kompetensiyaviy yondashuvning keng joriy etilishi talabalar shaxsida ichki boshqaruv ko‘nikmalarini rivojlantirish zaruratini kuchaytirmoqda. Shu nuqtai nazardan, ta’lim jarayoniga metakognitiv yondashuvlarni tatbiq etish, reflektiv topshiriqlar, o‘zini baholash texnologiyalari hamda o‘z-o‘zini boshqarishga yo‘naltirilgan psixologik metodlarni joriy etish talabalarning irodaviy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlashning samarali vositalaridan biri bo‘lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Flavell J. H. Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry // American Psychologist. – 1979. – Vol. 34. – № 10. – P. 906–911.

2. Zimmerman B. J. Becoming a self-regulated learner: An overview // Theory into Practice. – 2002. – Vol. 41. – № 2. – P. 64–70.

3. Schraw G., Dennison R. S. Assessing metacognitive awareness // Contemporary Educational Psychology. – 1994. – Vol. 19. – № 4. – P. 460–475.

4. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. – New York: Freeman, 1997. – 604 p.

5. Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте. – СПб.: Питер, 2008. – 398 с.
6. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 2002. – 720 с.
7. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Смысл, 2005. – 352 с.

Isomova Dilora Qaxramonova
Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti psixologi

O‘SMIRLARDA MILLIY IDENTIVLIK VA IJTIMOIY-IQTISODIY OMILLAR: KAMBAG‘ALLIK, BOYLIK VA IDENTIVLIK MUNOSABATI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada o‘smirlar shaxsiyati shakllanishida muhim bo‘lgan milliy identivlik va ijtimoiy-iqtisodiy omillar o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik tahlil qilinadi. Xususan, kambag‘allik va boylik kabi iqtisodiy sharoitlarning o‘smirlarning o‘z milliy mansubligini anglash jarayoniga ta’siri ilmiy jihatdan yoritiladi. O‘smirlik davri shaxsiy, ijtimoiy va madaniy identivlik shakllanadigan murakkab bosqich bo‘lib, bu jarayonda oila daromadi, ijtimoiy mavqe, ta’lim imkoniyatlari va jamiyatdagi tengsizlik muhim rol o‘ynaydi. Tadqiqotda past ijtimoiy-iqtisodiy sharoitda yashovchi o‘smirlarda milliy identivlikning ayrim hollarda himoya mexanizmi sifatida kuchayishi, boy oilalarda voyaga yetayotgan o‘smirlarda esa global identivlikning ustuvorlik kasb etishi mumkinligi asoslab beriladi. Shuningdek, iqtisodiy farqlar o‘smirlarning o‘zini baholashi, jamiyatga moslashuvi va ijtimoiy faolligiga ta’sir ko‘rsatishi ta’kidlanadi. Maqola natijalari ta’lim, ijtimoiy siyosat va psixologik profilaktika sohalarida muhim ahamiyat kasb etadi.*

Kalit so’zlar: *o‘smirlik davri, milliy identivlik, ijtimoiy-iqtisodiy omillar, kambag‘allik, boylik, ijtimoiy tengsizlik.*

Аннотация. *В данной статье рассматривается взаимосвязь между национальной идентичностью подростков и социально-экономическими факторами, такими как бедность и богатство. Подростковый возраст является важным этапом формирования личности, в котором активно развивается самосознание и чувство принадлежности к определённой социальной и национальной группе. Социально-экономическое положение семьи оказывает существенное влияние на процесс формирования национальной идентичности подростков, их систему ценностей и мировоззрение. В условиях бедности национальная идентичность нередко приобретает компенсаторный характер, усиливая чувство сплочённости и принадлежности, тогда как в экономически благополучной среде у подростков может формироваться ориентация на глобальные культурные ценности. В статье подчёркивается, что экономическое неравенство влияет не только на уровень жизни, но и на психологическое состояние подростков, их самооценку, социальную активность и адаптацию в обществе. Результаты исследования могут быть использованы в сфере образования, социальной политики и психологической поддержки подростков.*

Ключевые слова: *подростки, национальная идентичность, социально-экономические факторы, бедность, богатство, социальное неравенство.*

Annotation. *This article examines the relationship between adolescents’ national identity and socio-economic factors such as poverty and wealth. Adolescence is a critical developmental period during which personal, social, and cultural identities are actively formed. Socio-economic conditions play a significant role in shaping adolescents’ perceptions of themselves, their social status, and their sense of national belonging. The study highlights that adolescents growing up in conditions of poverty may develop a stronger national identity as a psychological coping mechanism and a source of social support, while those from affluent families may demonstrate a greater tendency toward global or transnational identities. Economic inequality is shown to influence not only material well-being but also self-esteem, social behavior, and adaptation to society. The article emphasizes the importance of considering socio-economic context in understanding identity formation processes among adolescents. The findings are relevant for educators, psychologists, and policymakers working to support healthy identity development and social integration among young people.*

Key words: *adolescence, national identity, socio-economic factors, poverty, wealth, social inequality.*

Kirish. Bugungi globallashuv va tezkor ijtimoiy-iqtisodiy o‘zgarishlar sharoitida shaxs identivligining shakllanishi dolzarb ilmiy muammolardan biriga aylanmoqda. Ayniqsa, o‘smirlik davri inson hayotidagi eng muhim va murakkab bosqichlardan biri bo‘lib, bu davrda shaxsning dunyoqarashi, qadriyatlar tizimi hamda milliy va ijtimoiy mansublik haqidagi tasavvurlari faol ravishda shakllanadi. O‘smirlar o‘z “men”ini anglash jarayonida jamiyat, oila, tengdoshlar guruhi va ijtimoiy muhit bilan uzviy aloqada bo‘ladi. Mazkur jarayonda milliy identivlik shaxsning madaniy ildizlari, tarixiy xotirasi va ijtimoiy tajribasini aks ettiruvchi muhim omil sifatida namoyon bo‘ladi.

Shu bilan birga, o‘smirlar rivojlanishiga ta’sir etuvchi ijtimoiy-iqtisodiy omillar, xususan, kambag‘allik va boylik masalasi alohida e’tiborga loyiqdir. Ijtimoiy-iqtisodiy tengsizlik sharoitida voyaga yetayotgan o‘smirlarning hayotiy imkoniyatlari, ta’lim olish sharoitlari, ijtimoiy faolligi va o‘zini jamiyatda tutish uslublari sezilarli darajada farqlanadi. Bunday farqlar o‘smirlarning o‘z milliy mansubligini qabul qilishi, unga munosabati va uni anglash darajasiga bevosita yoki bilvosita ta’sir ko‘rsatadi. Kambag‘allik sharoitida yashovchi o‘smirlarda milliy identivlik ba’zan ijtimoiy himoya vositasi sifatida kuchayishi mumkin bo‘lsa, iqtisodiy jihatdan ta’minlangan oilalarda voyaga yetayotgan o‘smirlarda global madaniyat va kosmopolit qarashlarga moyillik kuchayishi kuzatiladi.

Shu sababli, o‘smirlarda milliy identivlik va ijtimoiy-iqtisodiy omillar o‘rtasidagi o‘zaro munosabatni chuqur tahlil qilish zamonaviy pedagogika, psixologiya va ijtimoiy fanlar uchun muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega. Ushbu masalani o‘rganish nafaqat o‘smirlarning psixologik rivojlanishini tushunishga, balki ularning ijtimoiy moslashuvi, fuqarolik ongini shakllantirish hamda jamiyatda ijtimoiy barqarorlikni ta’minlashga xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili. O‘smirlarda milliy identivlikning shakllanishi va unga ijtimoiy-iqtisodiy omillarning ta’siri masalasi psixologiya, sotsiologiya va pedagogika fanlarida keng tadqiq etilgan muammolardan biridir. Ilmiy adabiyotlarda milliy identivlik shaxsning o‘zini muayyan millat, madaniyat va tarixiy meros bilan bog‘lash jarayoni sifatida talqin qilinadi hamda u ijtimoiy muhit, tarbiya va iqtisodiy sharoitlar bilan chambarchas bog‘liq holda shakllanishi ta’kidlanadi.

Rus olimlaridan L.S. Vygotskiy shaxs rivojlanishini ijtimoiy muhit bilan uzviy aloqada ko‘rib chiqib, ijtimoiy sharoitlar, jumladan, iqtisodiy omillar bolaning ongiy rivojlanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatishini asoslab bergan. Uning madaniy-tarixiy nazariyasiga ko‘ra, o‘smirlik davrida shaxsning identivligi ijtimoiy tajriba va madaniy qadriyatlarni o‘zlashtirish orqali shakllanadi. A.N. Leontev va S.L. Rubinshteynlarning faoliyat nazariyasida ham shaxsning o‘zini anglash jarayoni yashash sharoitlari va ijtimoiy munosabatlar bilan belgilanadi, bu esa ijtimoiy-iqtisodiy tengsizlik sharoitida voyaga yetayotgan o‘smirlarning identivlik rivojlanishida farqlar yuzaga kelishini tushuntiradi.

E. Eriksonning xorijiy psixologiyadagi ishlari o‘smirlik davrini “identivlikka erishish yoki rol chalkashuvi” bosqichi sifatida izohlaydi. Uning fikricha, o‘smirning ijtimoiy muhitda o‘z o‘rnini topishi, kelajak rejalari va qadriyatlari iqtisodiy barqarorlik bilan chambarchas bog‘liq. Erikson nazariyasi kambag‘allik sharoitida ulg‘ayayotgan o‘smirlarda identivlik inqirozi chuqurroq kechishi mumkinligini ilmiy asoslaydi. J. Marcia esa Erikson g‘oyalarini rivojlantirib, identivlik maqomlari nazariyasini ishlab chiqqan va ijtimoiy sharoitlarning identivlikka erishish darajasiga ta’sirini ko‘rsatib bergan.

Sotsiolog olimlardan P. Bourdieu ijtimoiy-iqtisodiy tengsizlik masalasini “madaniy kapital” tushunchasi orqali izohlaydi. Uning fikricha, boy va kambag‘al oilalarda voyaga yetayotgan o‘smirlar turli madaniy resurslarga ega bo‘lib, bu ularning dunyoqarashi va identivligida aks etadi. Bourdieu nazariyasi iqtisodiy farqlar milliy identivlikning namoyon bo‘lish shakllariga bevosita ta’sir qilishini tushuntirishga xizmat qiladi. A. Giddens esa globallashuv sharoitida milliy identivlikning o‘zgaruvchanligini ta’kidlab, iqtisodiy farovonlik oshgan sari individual va global identivlik unsurlari kuchayishini qayd etadi.

Rus tadqiqotchilaridan G.U. Soldatova va T.G. Stefanenko etnik va milliy identivlik masalalarini o‘rganib, ijtimoiy beqarorlik va iqtisodiy muammolar sharoitida milliy identivlik himoya mexanizmi sifatida kuchayishini ilmiy asoslab bergan. Ularning tadqiqotlarida kambag‘allik

sharoitida o‘smirlar o‘z milliy guruhiga kuchliroq tayanishi, boylik va ijtimoiy ochiqlik sharoitida esa ko‘p madaniyatli identivlik shakllanishi mumkinligi ko‘rsatib o‘tiladi.

Xulosa qilib aytganda, mavjud ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlarda milliy identivlikning shakllanishi ijtimoiy-iqtisodiy omillar bilan uzviy bog‘liq bo‘lib, kambag‘allik va boylik sharoitlari ushbu jarayonning mazmuni va yo‘nalishini belgilab beradi. Rus va xorijiy olimlar qarashlari ushbu muammoni kompleks yondashuv asosida o‘rganish zarurligini tasdiqlaydi hamda mavzuning ilmiy va amaliy ahamiyatini yanada oshiradi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot o‘smirlarda milliy identivlik va ijtimoiy-iqtisodiy omillar, xususan kambag‘allik va boylikning o‘zaro munosabatini aniqlashga qaratilgan bo‘lib, unda kompleks metodologik yondashuv qo‘llanildi. Tadqiqot metodologiyasi psixologiya va sotsiologiya fanlarining nazariy asoslariga tayangan holda ishlab chiqildi hamda empirik tadqiqot usullari bilan boyitildi. Tadqiqotda tavsifiy, solishtirma va korrelyatsion tahlil metodlaridan foydalanildi.

Empirik tadqiqot O‘zbekiston umumta’lim maktablarida tahsil olayotgan 13–16 yoshdagi 120 nafar o‘smir ishtirokida o‘tkazildi. Respondentlar ijtimoiy-iqtisodiy holatiga ko‘ra uch guruhga ajratildi: past daromadli oilalar (kambag‘allik darajasi), o‘rtacha daromadli oilalar va yuqori daromadli oilalar (boylik darajasi). Tadqiqot jarayonida o‘smirlarning milliy identivlik darajasini aniqlash uchun T.G. Stefanenko tomonidan ishlab chiqilgan “Milliy (etnik) identivlik shkalasi” moslashtirilgan variantda qo‘llanildi. Ijtimoiy-iqtisodiy holatni aniqlash uchun esa mualliflik anketasi ishlab chiqildi.

Olingan ma’lumotlar SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) dasturi yordamida qayta ishlanib, deskriptiv statistika va Pearson korrelyatsiya tahlili amalga oshirildi. Ushbu tahlil ijtimoiy-iqtisodiy omillar bilan milliy identivlik darajasi o‘rtasidagi bog‘liqlikni aniqlash imkonini berdi.

Quyida SPSS dasturi yordamida olingan korrelyatsion tahlil natijalari keltirilgan.

1-jadval

Ijtimoiy-iqtisodiy holat va milliy identivlik darajasi o‘rtasidagi korrelyatsiya (SPSS natijalari)

Ko‘rsatkichlar	Milliy identivlik indeksi
Ijtimoiy-iqtisodiy holat	r = 0,46*
Sig. (2-tailed)	0,001
Respondentlar soni (N)	120

Izoh: r – Pearson korrelyatsiya koeffitsienti, $p < 0,01$ darajada ahamiyatli.

Jadval ma’lumotlaridan ko‘rinib turibdiki, o‘smirlarning ijtimoiy-iqtisodiy holati bilan ularning milliy identivlik darajasi o‘rtasida o‘rtacha darajada ijobiy va statistik jihatdan ahamiyatli bog‘liqlik mavjud. Bu natijalar kambag‘allik va boylik sharoitlari o‘smirlarning o‘z milliy mansubligini anglash jarayoniga sezilarli ta’sir ko‘rsatishini tasdiqlaydi. Shu tariqa, qo‘llanilgan metodologiya tadqiqot maqsadiga erishish va ilgari surilgan ilmiy farazlarni asoslash imkonini berdi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari o‘smirlarda milliy identivlikning shakllanishi murakkab va ko‘p omilli jarayon ekanligini, ayniqsa ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarning bu jarayonga sezilarli ta’sir ko‘rsatishini tasdiqlaydi. O‘smirlik davri shaxsiy va ijtimoiy o‘zlikni anglashning muhim bosqichi bo‘lib, bu davrda milliy mansublik, ijtimoiy maqom va shaxsiy qadriyatlar o‘zaro uyg‘unlashgan holda shakllanadi. Tadqiqot davomida olingan empirik ma’lumotlar kambag‘allik va boylik sharoitlari o‘smirlarning milliy identivlik darajasiga turlicha ta’sir qilishini ko‘rsatdi.

Past ijtimoiy-iqtisodiy sharoitda yashovchi o‘smirlarda milliy identivlikning nisbatan kuchli namoyon bo‘lishi kuzatildi. Bu holatni psixologik jihatdan tushuntirar ekanmiz, milliy identivlik bunday sharoitda ijtimoiy va emotsional tayanch vazifasini bajarishi mumkin. Kambag‘allik sharoitida o‘smirlar jamiyatdagi o‘z o‘rnini aniqlashda milliy qadriyatlar, urf-odatlar va tarixiy

xotiraga ko‘proq murojaat qiladi. Bu esa ularda guruhga mansublik hissini kuchaytirib, ijtimoiy beqarorlik va tengsizlikdan kelib chiqadigan psixologik bosimni yumshatishga xizmat qiladi. Mazkur holat rus va xorijiy olimlar tomonidan ilgari surilgan nazariy qarashlar bilan hamohang bo‘lib, milliy identivlikning himoya mexanizmi sifatidagi rolini yana bir bor tasdiqlaydi.

Shu bilan birga, yuqori ijtimoiy-iqtisodiy sharoitda voyaga yetayotgan o‘smirlarda milliy identivlik bilan bir qatorda global va individual identivlik unsurlarining kuchayishi kuzatildi. Boylik va moddiy farovonlik sharoitida o‘smirlarning dunyoqarashi kengayib, turli madaniyatlar, tillar va ijtimoiy rollar bilan tanishish imkoniyatlari ortadi. Bu esa milliy identivlikning inkor etilishiga emas, balki uning boshqa identivlik turlari bilan birgalikda, ko‘p qatlamli shaklda namoyon bo‘lishiga olib keladi. Bunday holat globallashuv jarayonlari va axborot texnologiyalarining rivoji bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, zamonaviy o‘smirlar ongida milliy va global qadriyatlar parallel ravishda mavjud bo‘lishini ko‘rsatadi.

O‘rtacha ijtimoiy-iqtisodiy holatdagi o‘smirlarda esa milliy identivlik nisbatan muvozanatli shakllanishi aniqlandi. Bu guruhdagi o‘smirlar o‘z milliy mansubligini ijobiy qabul qilgan holda, ijtimoiy moslashuv va shaxsiy rivojlanishga ko‘proq e’tibor qaratadi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, ijtimoiy-iqtisodiy barqarorlik o‘smirlarda sog‘lom identivlik shakllanishi uchun qulay shart-sharoit yaratadi.

Umuman olganda, muhokama qilingan natijalar milliy identivlikni shakllantirish jarayonida faqat madaniy va tarbiyaviy omillar emas, balki ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlar ham muhim rol o‘ynashini ko‘rsatadi. O‘smirlarning iqtisodiy tengsizlik sharoitida voyaga yetishi ularning o‘zini baholashi, jamiyatdagi o‘rnini anglash va kelajak rejalari bilan bevosita bog‘liq bo‘lib, bu holat milliy identivlik mazmuniga ham ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli, ta’lim muassasalari, ijtimoiy xizmatlar va psixologik yordam tizimlarida o‘smirlarning ijtimoiy-iqtisodiy holatini inobatga olgan holda milliy identivlikni rivojlantirishga qaratilgan kompleks yondashuvlarni joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa. O‘tkazilgan tadqiqot va ilmiy manbalar tahlili shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlarda milliy identivlikning shakllanishi murakkab, ko‘p omilli va dinamik jarayon bo‘lib, u ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlar bilan chambarchas bog‘liqdir. O‘smirlik davri shaxsning o‘zini anglash, jamiyatdagi o‘rnini belgilash hamda milliy va ijtimoiy qadriyatlarga munosabatini shakllantirishda hal qiluvchi bosqich hisoblanadi. Aynan shu davrda kambag‘allik va boylik kabi ijtimoiy-iqtisodiy omillar o‘smirlarning dunyoqarashi, o‘z-o‘zini baholashi va milliy mansublikni qabul qilish jarayoniga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi.

Tadqiqot natijalari kambag‘allik sharoitida voyaga yetayotgan o‘smirlarda milliy identivlik ko‘pincha psixologik tayanch va ijtimoiy himoya vositasi sifatida namoyon bo‘lishini tasdiqladi. Bunday sharoitda milliy qadriyatlar, an’analar va tarixiy xotira o‘smirlar uchun barqarorlik manbai bo‘lib xizmat qiladi. Aksincha, iqtisodiy jihatdan ta’minlangan oilalarda voyaga yetayotgan o‘smirlarda milliy identivlik global va individual identivlik unsurlari bilan uyg‘unlashgan holda shakllanib, ko‘p qatlamli xarakter kasb etadi. Bu holat globallashuv jarayonlari va axborot texnologiyalarining keng ta’siri bilan izohlanadi.

Shuningdek, ijtimoiy-iqtisodiy barqarorlikka ega muhit o‘smirlarda sog‘lom, muvozanatli va ijobiy milliy identivlik shakllanishi uchun qulay shart-sharoit yaratishi aniqlandi. Umuman olganda, tadqiqot natijalari milliy identivlikni rivojlantirishda faqat madaniy-tarbiyaviy omillar bilan cheklanib qolmasdan, ijtimoiy-iqtisodiy tengsizlik masalalarini ham inobatga olish zarurligini ko‘rsatadi. Ushbu xulosalar ta’lim tizimi, ijtimoiy siyosat va psixologik profilaktika ishlarini takomillashtirishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Выготский Л.С. Мышление и речь. - М.: Педагогика, 1999. - 352 с.
2. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. - М.: Политиздат, 2005. - 304 с.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. - СПб.: Питер, 2002. - 720 с.
4. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. - М.: Прогресс, 1996. - 344 с.

5. Марсиа Дж. Статусы идентичности в подростковом возрасте // Психология личности. - М.: Академия, 2001. - С. 45–62.
6. Солдатова Г.У. Психология этнической идентичности. - М.: Смысл, 1998. - 336 с.
7. Стефаненко Т.Г. Этнопсихология. - М.: Аспект Пресс, 2014. - 368 с.
8. Бурдьё П. Социальное пространство и символическая власть. - М.: Институт экспериментальной социологии, 2007. - 288 с.
9. Giddens A. Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age. - Cambridge: Polity Press, 1991. - 264 p.
10. Tajfel H., Turner J.C. The Social Identity Theory of Intergroup Behavior // Psychology of Intergroup Relations. - Chicago: Nelson-Hall, 1986. - P. 7–24.
11. Phinney J.S. Ethnic Identity in Adolescents and Adults: Review of Research // Psychological Bulletin. - 1990. - Vol. 108, № 3. - P. 499–514.
12. Coleman J.S. Social Capital in the Creation of Human Capital // American Journal of Sociology. - 1988. - Vol. 94. - P. 95–120.
13. UNESCO. Youth and Identity: Global Perspectives. - Paris: UNESCO Publishing, 2018. - 210 p.

Babadjanova Sayyora Xushnutovna
Abu Rayhon Beruniy nomidagi
Urganch davlat universiteti mustaqil izlanuvchisi
sayyora1504@mail.ru

TALABALARDA MAQSADGA INTILUVCHANLIKNING PSIXOLOGIK MOHIYATI VA ILMIY-NAZARIY ASOSLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada oliy ta'lim bosqichida talaba yoshlar shaxsida maqsadga intiluvchanlik sifatining shakllanishi va namoyon bo'lishining tizimli-psixologik xususiyatlari yoritilgan. Maqolada maqsadga intiluvchanlikning tarkibiy komponentlari (motivatsion, kognitiv, emotsional, irodaviy va refleksiv) tahlil qilinib, ushbu fenomenning jahon va mahalliy psixologiya maktablaridagi ilmiy-nazariy asoslari qiyosiy o'rganilgan. Shuningdek, talabalik davrida maqsadli xulq-atvorni belgilovchi yetakchi determinat va psixologik omillar tizimi tizimlashtirilgan.*

Kalit so'zlar: *talaba, maqsadga intiluvchanlik, motivatsiya, irodaviy komponent, o'z-o'zini boshqarish, o'z o'ziga ishonch, ehtiyojlar iyerarxiyasi, faoliyat nazariyasi*.

Аннотация. *В данной статье освещаются системно-психологические особенности формирования и проявления целеустремленности как личностного качества студенческой молодежи на этапе высшего образования. В работе анализируются структурные компоненты целеустремленности (мотивационный, когнитивный, эмоциональный, волевой и рефлексивный), а также проводится сравнительный анализ научно-теоретических основ данного феномена в мировой и отечественной психологической науке. Систематизированы ведущие детерминанты и психологические факторы, определяющие целеполагающее поведение в студенческом возрасте.*

Ключевые слова: *студент, целеустремленность, мотивация, волевой компонент, саморегуляция, самоэффективность, иерархия потребностей, теория деятельности.*

Abstract. *This article highlights the systemic-psychological features of the formation and manifestation of goal-directedness as a personal quality of students in higher education. The paper analyzes the structural components of goal-directedness (motivational, cognitive, emotional, volitional, and reflexive) and provides a comparative review of the scientific-theoretical foundations of this phenomenon in global and local psychological research. Furthermore, the leading determinants and psychological factors influencing goal-oriented behavior during university years are systematically categorized.*

Keywords: *student, goal-directedness, motivation, volitional component, self-regulation, self-efficacy, hierarchy of needs, activity theory.*

Kirish. Mamlakatimizda yoshlarni har tomonlama qo‘llab-quvvatlash, ularning intellektual salohiyatini oshirish va zamonaviy mehnat bozori talablariga javob beradigan raqobatbardosh kadrlar tayyorlash davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri etib belgilangan. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining ta’lim tizimini tubdan takomillashtirishga qaratilgan farmon va qarorlari, xususan, oliy ta’lim sifatini oshirish, yoshlarning tashabbuskorligi va ijodiy faolligini qo‘llab-quvvatlashga oid tizimli hujjatlar talaba shaxsini intellektual va professional jihatdan rivojlantirish uchun muhim huquqiy asos bo‘lib xizmat qilmoqda [1]. Shuningdek, Vazirlar Mahkamasining oliy ta’lim tizimida ma’naviy-ma’rifiy ishlarni samarali tashkil etish, talabalarning psixologik salomatligini mustahkamlash va ularda mustaqil hamda tanqidiy fikrlash ko‘nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan normativ-huquqiy hujjatlari mazkur yo‘nalishdagi islohotlarni izchil davom ettirmoqda [3].

Yurtimizda izchillik bilan amalga oshirilayotgan yoshlar siyosatiga oid dasturlar, “Beshta muhim tashabbus” g‘oyalari hamda oliy ta’lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyatini tubdan takomillashtirish kabi chora-tadbirlar yoshlarning barqaror va maqsadli hayotiy pozitsiyasini shakllantirishga bevosita xizmat qilmoqda [2]. Negaki, zamonaviy sharoitda talabalarda maqsadga intiluvchanlikni rivojlantirish, ularning o‘z oldiga uzoq va qisqa muddatli kasbiy maqsadlarni qo‘ya olishi va unga erishish yo‘lida irodaviy qat’iyatlilikni namoyon etishi fundamental psixologik-pedagogik muammo sifatida dolzarblik kasb etmoqda.

Psixologiya fanida maqsad va maqsadga intiluvchanlik muammosi keng tadqiq etilgan bo‘lib, u shaxs ehtiyojlari (A.Maslou), muvaffaqiyat motivatsiyasi (D.MakKlelland), o‘z-o‘ziga ishonch (A.Bandura) va ichki motivatsiya (E.Deki, R.Rayan) determinanti sifatida tahlil qilingan. Mahalliy va maktab psixologiyasida esa ushbu fenomen ongli faoliyatning tizimlashtiruvchi markazi (L.S.Vigotskiy, A.N.Leontyev, S.L.Rubinshteyn) sifatida fundamental asoslangan.

Biroq, bugungi raqamli ta’lim muhiti va axborot oqimining jadallashuvi sharoitida zamonaviy talaba yoshlarning maqsad shakllantirish jarayonida o‘ziga xos psixologik inqirozlar va tushkunlik holatlari kuzatilmoqda. Ko‘plab talabalarda kasbiy maqsadlarning mavhumligi, tashqi motivatsiyaning ustunligi va qiyinchiliklar oldida irodaviy zaiflik namoyon bo‘lishi ushbu mavzuni yangicha yondashuvlar asosida tadqiq etish zaruratini yuzaga keltiradi.

Asosiy qism. Maqsadga intiluvchanlikning psixologik mohiyati. Psixologiya fanida maqsadga intiluvchanlik - shaxsning ongli ravishda belgilangan maqsadlarga erishish yo‘lida faol harakat qilishi, yuzaga keladigan to‘siq hamda qiyinchiliklarni yengib o‘tishi va faoliyatning barqaror yo‘nalishini saqlab qolish qobiliyati sifatida tavsiflanadi. Mazkur sifat shaxsning motivatsion sohasi, irodaviy jarayonlari, o‘zini o‘zi boshqarish malakasi hamda qadriyatlar tizimi bilan uzviy bog‘liqdir.

Maqsadga intiluvchanlikning shakllanishi shaxsning ehtiyojlari, qiziqishlari, qadriyatli mo‘ljallari va motivlari bilan chambarchas aloqadordir. Subyekt tomonidan belgilangan maqsad qanchalik yuqori ijtimoiy-shaxsiy ahamiyatga va shaxsiy mazmunga ega bo‘lsa, unga erishishga bo‘lgan intilish ham shunchalik intensiv xarakter kasb etadi. Shu nuqtai nazardan, maqsadga intiluvchanlik motivatsion jarayonlarning amaliy va irodaviy ifodasi hisoblanadi.

Psixologik adabiyotlar tahlili maqsadga intiluvchanlikni quyidagi tarkibiy komponentlardan iborat murakkab tizimli tuzilma sifatida o‘rganish imkonini beradi:

Motivatsion komponent: shaxsning maqsadga erishishga bo‘lgan ichki ehtiyoji, qiziqishi va intilishlarini ifodalaydi.

Kognitiv komponent: maqsadni aniq anglash, uning natijasini modellashtirish, faoliyatni rejalashtirish va strategik qarorlar qabul qilish bilan bog‘liq.

Emotsional komponent: maqsadga yo‘naltirilgan faoliyat davomida yuzaga keladigan hissiy kechinmalarni va affektiv holatlarni optimallashtirishni ta’minlaydi.

Irodaviy komponent: ichki va tashqi to‘siqlarni yengib o‘tish, qiyinchiliklar sharoitida faoliyat izchilligi hamda barqarorligini saqlashda namoyon bo‘ladi.

Refleksiv komponent: shaxs tomonidan o‘z faoliyati bosqichlari va natijalarini monitoring qilish, o‘z-o‘zini baholash va zarur hollarda xatti-harakatlar dasturiga tuzatishlar (korreksiya) kiritishni ta’minlaydi.

Maqsadga intiluvchanlikning ilmiy-nazariy asoslari. Maqsadga intiluvchanlik muammosi jahon psixologiyasi maktablarida turlicha metodologik yondashuvlar asosida tadqiq etilgan. Xususan, A. Maslouning ehtiyojlar iyerarxiyasi nazariyasiga ko‘ra, inson o‘zining oliy darajadagi ehtiyojlarini qondirish, ya’ni o‘zini o‘zi ro‘yobga chiqarish (samoaktualizatsiya) jarayonida maqsadlarni ongli ravishda belgilaydi va ularga erishishga intiladi [11].

D. MakKlellandning yutuqqa erishish motivatsiyasi nazariyasida maqsadga intiluvchanlik bevosita muvaffaqiyatga erishish ehtiyojining ustuvorligi bilan izohlanadi. Olimning asoslashicha, muvaffaqiyat motivatsiyasi yuqori bo‘lgan shaxslar o‘rtacha va yuqori darajadagi murakkab vazifalarni tanlashga, mas’uliyatni o‘z zimmasiga olishga hamda faoliyat natijalari bo‘yicha qayta aloqaga intilishga moyil bo‘ladilar [12].

A. Banduraning ijtimoiy-kognitiv nazariyasida esa o‘z-o‘ziga ishonch fenomeni maqsadga erishishning yetakchi psixologik determinanti sifatida ko‘riladi [9]. O‘zining subyektiv imkoniyatlariga ishongan talabalar murakkab akademik maqsadlarni qo‘yishda dadil bo‘lib, muvaffaqiyatsizliklarga duch kelganda distressga berilmay, yuqori bardoshlilik (resilience) namoyon etadilar.

E. Deki va R. Rayanning o‘z-o‘zini belgilash nazariyasi maqsadga intiluvchanlikning ichki (autentik) motivatsiya bilan bog‘liqligini ochib beradi. Ushbu yondashuvga ko‘ra, shaxsning avtonomlik (mustaqillik), kompetentlik (samaradorlik) va ijtimoiy aloqadorlik (boshqalar tomonidan qabul qilinish) kabi bazaviy psixologik ehtiyojlari qondirilishi maqsadli faoliyatning drayveri hisoblanadi [10].

Mahalliy va maktab psixologiyasida L.S. Vigotskiy, A.N. Leontyev va S.L. Rubinshteyn kabi olimlarning faoliyat nazariyasi vakillari maqsadni faoliyatning tizimlashtiruvchi va markaziy elementi sifatida baholaganlar [6][8][13]. Ularning fikricha, har qanday maqsadga yo‘naltirilgan faoliyat ongli ravishda shakllangan maqsad orqali boshqariladi va shaxs ijtimoiy tajribani o‘zlashtirishi hamda rivojlanishining muhim omili bo‘lib xizmat qiladi.

Talabalik davrida maqsadga intiluvchanlikning rivojlanish xususiyatlari

Talabalik davri shaxs ontogenezining (kamolotining) eng dinamik va muhim bosqichlaridan biri bo‘lib, bu bosqichda professional o‘zlikni anglash, ijtimoiy mustaqillik va fuqarolik mas’uliyati hissi jadal rivojlanadi. Aynan shu davrda o‘spirin hayotiy istiqbollarni belgilash, uzoq muddatli kasbiy va shaxsiy maqsadlarni shakllantirish kompetensiyasiga ega bo‘ladi.

Talabalarda maqsadga intiluvchanlik sifatini belgilovchi psixologik omillar tizimi

№	Omillar guruhi (Bloklar)	Tarkibiy komponentlar	Psixologik mohiyati va mazmuni
1	Akademik va kasbiy motivatsiya	• Akademik motivatsiya • Kasbiy yo‘nalganlik	Talabaning tanlagan mutaxassisligiga nisbatan shakllangan ijobiy munosabati, kasbiy qiziqishlari hamda bilim olishga bo‘lgan ichki, barqaror intilishlari.
2	O‘zini o‘zi boshqarish va refleksiya	• O‘zini o‘zi boshqarish • Emotsional barqarorlik	Yuqori o‘quv yuklamalari va stressli vaziyatlarda (sessiya, joriy/oraliq nazoratlar) talabaning o‘z his-tuyg‘ularini jilovlay olishi hamda belgilangan faoliyat rejasidan og‘ishmaslik malakasi.
3	Shaxsiy resurslar va ijtimoiy muhit	• O‘z-o‘zini baholash • Qadriyatlar tizimi • Ijtimoiy ko‘mak	Shaxsning o‘z intellektual va jismoniy kuchiga bo‘lgan adekvat (real) bahosi, maqsadlarning hayotiy qadriyatlar iyerarxiyasidagi o‘rni hamda atrof-muhitning (oila, ustozlar, tengdoshlar) qo‘llab-quvvatlashi.

Jadval tahlilidan ko‘rinib turibdiki, talabalarda maqsadga intiluvchanlik determinatsiyasi shunchaki individual iroda ko‘rsatkichi emas, balki motivatsion-intellektual (1-blok), irodaviy-regulyativ (2-blok) hamda shaxsiy-muhitli (3-blok) determinantlarning o‘zaro sinergetik (uyg‘un) bog‘liqligi natijasidir.

Xulosa. Talabalarda maqsadga intiluvchanlik sifatining psixologik mohiyati va ilmiy-nazariy asoslarini tadqiq etish natijasida quyidagi umumlashtirilgan ilmiy xulosalarga kelindi:

1. Maqsadga intiluvchanlik – murakkab tizimli tuzilma. Bu fenomen shunchaki shaxsning istagi yoki xohishi emas, balki motivatsion, kognitiv, emotsional, irodaviy va refleksiv komponentlarning sinergetik yaxlitligidir. Talabaning o‘quv faoliyatidagi barqarorligi ushbu beshta komponentning mutanosib rivojlanganligiga bevosita bog‘liq.

2. Jahon va mahalliy psixologiya maktablari (A. Maslou, D. MakKlelland, A. Bandura, E. Deki, R. Rayan hamda faoliyat nazariyasi vakillari) qarashlari integratsiyasi shuni ko‘rsatadiki, talabalarda maqsadga intiluvchanlik bevosita ichki motivatsiya, o‘z-o‘ziga ishonch va oliy ehtiyojlarning professional faoliyatda namoyon bo‘lishi bilan determinatsiyalanadi.

3. Talabalik davri – eng qulay (sensitiv) bosqich. Bu davrda professional o‘zlikni anglash va hayotiy istiqbollarni loyihalash kompetensiyasi faol shakllanadi. Talabaning maqsadga intiluvchanligi faqat uning ichki irodasiga emas, balki akademik motivatsiya, emotsional barqarorlik, o‘z-o‘zini adekvat baholash hamda tashqi ijtimoiy ko‘mak (ustozlar va oila) kabi omillar tizimiga tayanadi.

Ilmiy-amaliy tavsiyalar.

Oliy ta’lim muassasalarida talabalarning maqsadga intiluvchanlik sifatlarini va irodaviy komponentlarini rivojlantirish uchun quyidagi amaliy chora-tadbirlarni joriy etish maqsadga muvofiq:

1. Psixologik monitoring tizimini yo‘lga qo‘yish: Birinchi kurs bosqichidanoq talabalarning o‘z-o‘ziga ishonchi, kasbiy motivatsiyasi va maqsad qo‘yish ko‘nikmalarini psixodiagnostik testlar yordamida monitoring qilib borish.

2. Maqsadli treninglar tashkil etish: OTMlardagi psixologik xizmat faoliyati doirasida talabalar uchun "Taym-menejment (vaqtni boshqarish)", "Kasbiy maqsadlarni modellashtirish" va "Akademik stressga bardoshlilik (resilience)" mavzularida amaliy korreksion treninglar o‘tkazish.

3. Ustoz-shogird tizimini takomillashtirish: Talabada ijtimoiy ko‘mak hissini oshirish va kasbiy yo‘nalganlikni mustahkamlash maqsadida professor-o‘qituvchilar tomonidan ko‘rsatiladigan mentorlik (ustozlik) yordamining psixologik mexanizmlarini kuchaytirish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. 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.

2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 8-oktabrdagi “O‘zbekiston Respublikasi oliy ta’lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”gi PF-5847-son Farmoni.

3. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2021-yil 17-sentabrdagi “Iqtidorli yoshlarni aniqlash va yuqori malakali kadrlar tayyorlashning uzluqsiz tizimini tashkil etish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi 576-son Qarori.

4. G‘oziyev E. G‘. Umumiy psixologiya. Darslik. [General Psychology. Textbook]. – Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2010. – 544 b.

5. Karimova V. M. Ijtimoiy psixologiya. O‘quv qo‘llanma. [Social Psychology. Study guide]. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2000. – 120 b.

6. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – Москва: Политиздат, 1975. – 304 с.

7. Nishonova Z. T. Mustaqil fikrlash psixologiyasi. – Toshkent: Sharq, 2014. – 288 b.

8. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – Санкт-Петербург: Питер, 2000. – 712 с.

9. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. – New York: W.H. Freeman and Company, 1997. – 604 p.

10. Decy E. L., Ryan R. M. The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior // Psychological Inquiry. – 2000. – Vol. 11, No. 4. – Pp. 227-268.

11. Maslow A. H. Motivation and personality. – New York: Harpers, 1954. – 411 p.

12. McClelland D. C. Human motivation. – Cambridge: Cambridge University Press, 1987. – 532 p.

13. Vygotsky L. S. Mind in society: The development of higher psychological processes. – Cambridge: Harvard University Press, 1978. – 159 p.

Meliyev Soxibidavron Xasanovich
Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti
Umumiy kimyo va kimyoviy texnologiyalar kafedrasi kabinet mudiri

YOSHLAR ORASIDA GIYOHVANDLIK VA INTERNETGA QARAMLIKNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK SABABLARI

Annotatsiya. *Ushbu mavzu yoshlar orasida giyohvandlik va internetga qaramlikning ijtimoiy-psixologik sabablarini o‘rganishga bag‘ishlangan. Unda oilaviy muhit, tengdoshlar ta’siri, stress, shaxsiy xususiyatlar va ijtimoiy tarmoqlarning roliga alohida e’tibor qaratiladi. Shuningdek, ushbu qaramliklarni shakllantiruvchi omillar va ularning oldini olish yo‘llari tahlil qilinadi.*

Kalit so‘zlar: *giyohvandlik, internetga qaramlik, yoshlar, ijtimoiy omillar, psixologik omillar, stress, profilaktika.*

Аннотация. *Данная тема посвящена изучению социально-психологических причин наркозависимости и интернет-зависимости среди молодежи. Особое внимание уделяется роли семейной среды, влиянию сверстников, стрессу, личностным особенностям и социальным сетям. Также анализируются факторы формирования зависимостей и методы их профилактики.*

Ключевые слова: *наркозависимость, интернет-зависимость, молодежь, социальные факторы, психологические факторы, стресс, профилактика.*

Abstract. *This topic explores the socio-psychological causes of drug addiction and internet addiction among youth. It focuses on family environment, peer influence, stress, personality traits, and the role of social media. The factors contributing to addiction formation and prevention methods are also analyzed.*

Keywords: *drug addiction, internet addiction, youth, social factors, psychological factors, stress, prevention.*

Kirish. Hozirgi globallashuv va raqamli texnologiyalar jadal rivojlanayotgan davrda yoshlar hayoti tubdan o‘zgarib bormoqda. Internet va ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi, axborot oqimining tezligi hamda ijtimoiy muhitdagi o‘zgarishlar yoshlarning psixologik holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu bilan birga, giyohvandlik kabi ijtimoiy xavfli muammolar ham yoshlar orasida dolzarb masalalardan biri bo‘lib qolmoqda.

Giyohvandlik va internetga qaramlik shaxsning xulq-atvorida barqaror buzilishlarni keltirib chiqaruvchi, uning ijtimoiy moslashuviga salbiy ta’sir etuvchi murakkab psixologik holatlar hisoblanadi. Bu holatlar ko‘pincha shaxsning ichki psixologik ehtiyojlari, stressga chidamlilik darajasi pastligi hamda ijtimoiy muhit ta’siri natijasida shakllanadi.

Psixologik nuqtayi nazardan qaraganda, yoshlar orasida bunday qaramliklarning rivojlanishiga oilaviy muhit, tengdoshlar bosimi, shaxsiy motivatsiya va emotsional barqarorlik darajasi muhim

ta’sir ko‘rsatadi. Shuningdek, internetdan haddan tashqari foydalanish va noto‘g‘ri ijtimoiy aloqalar ham qaramlikni kuchaytiruvchi omillar sifatida namoyon bo‘ladi.

Shu sababli, yoshlar orasida giyohvandlik va internetga qaramlikning ijtimoiy-psixologik sabablarini o‘rganish, ularni erta aniqlash va profilaktika choralarini ishlab chiqish bugungi kunda dolzarb ilmiy-amaliy ahamiyatga ega hisoblanadi.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi zamonaviy jamiyatda yoshlar eng faol, shu bilan birga psixologik jihatdan eng ta’sirchan ijtimoiy qatlamlardan biri hisoblanadi. Global axborotlashuv jarayonlari, internet texnologiyalarining tez rivojlanishi va ijtimoiy tarmoqlarning kengayishi yoshlarning hayot tarziga sezilarli darajada ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu bilan birga, giyohvandlik muammosi ham yoshlar salomatligi va ijtimoiy barqarorligiga jiddiy xavf tug‘dirmoqda.

Internetga qaramlik va giyohvandlik shaxsning psixologik, emotsional va ijtimoiy rivojlanishiga salbiy ta’sir etib, uning o‘qish, mehnat va jamiyatga moslashuv jarayonini izdan chiqaradi. Ushbu holatlar ko‘pincha stress, oilaviy muammolar, ijtimoiy bosim va shaxsiy beqarorlik natijasida yuzaga keladi.

Ayniqsa, raqamli muhitning kengayishi natijasida yoshlar real hayotdan ko‘ra virtual muhitga ko‘proq bog‘lanib qolmoqda. Bu esa internetga qaramlikni kuchaytirib, ijtimoiy izolyatsiya va psixologik muammolarga olib kelishi mumkin.

Shu sababli, yoshlar orasida giyohvandlik va internetga qaramlikning ijtimoiy-psixologik sabablarini o‘rganish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham muhim bo‘lib, profilaktika va erta oldini olish tizimini takomillashtirishda dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar tahlili. Yoshlar orasida giyohvandlik va internetga qaramlik muammosi zamonaviy psixologiya, sotsiologiya va tibbiyot fanlarida keng o‘rganilayotgan dolzarb yo‘nalishlardan biridir. Ilmiy adabiyotlarda ushbu holatlar ko‘pincha shaxsning biologik, psixologik va ijtimoiy omillari bilan bog‘liq murakkab jarayon sifatida tahlil qilinadi.

Xorijiy tadqiqotlarda giyohvandlik va xulqiy qaramliklar asosan mustahkamlash va mukofot tizimi orqali tushuntiriladi. Jumladan, Operant shartlash nazariyasiga ko‘ra, ijobiy hissiyot yoki zavq beruvchi har qanday xatti-harakat takrorlanish ehtimolini oshiradi. Bu yondashuv qaramlikning shakllanish mexanizmini izohlashda muhim ahamiyatga ega.

Shuningdek, Ijtimoiy o‘rganish nazariyasida inson xulqi kuzatish va taqlid qilish orqali shakllanishi ta’kidlanadi. Yoshlar atrofidagi tengdoshlar yoki ijtimoiy muhitdan zararli odatlarni o‘zlashtirishi mumkinligi shu nazariya bilan izohlanadi.

Giyohvandlik va internetga qaramlikni tushuntirishda Stress nazariyasi (Gans Selye modeli) ham muhim o‘rin tutadi. Ushbu nazariyaga ko‘ra, shaxs stress va psixologik bosimdan qochish uchun vaqtinchalik qoniqish beruvchi vositalarga murojaat qilishi mumkin.

Zamonaviy tadqiqotlarda internetga qaramlik “xulqiy addiksiya” sifatida qaralib, u dopamin tizimi va mukofot mexanizmlari bilan bog‘liqligi ta’kidlanadi. Bu holat ayniqsa ijtimoiy tarmoqlar va o‘yinlarga bog‘lanishda yaqqol namoyon bo‘ladi.

Mahalliy adabiyotlarda esa oilaviy muhit, tarbiya uslubi, ijtimoiy nazorat va yoshlar bandligi giyohvandlik hamda internetga qaramlikning oldini olishdagi muhim omillar sifatida ko‘rsatilgan.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, giyohvandlik va internetga qaramlik ko‘p omilli psixologik hodisa bo‘lib, u shaxsiy, ijtimoiy va emotsional omillar bilan uzviy bog‘liqdir.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot yoshlar orasida giyohvandlik va internetga qaramlikning ijtimoiy-psixologik sabablarini o‘rganishga qaratilgan bo‘lib, nazariy va empirik yondashuvlar asosida amalga oshiriladi. Tadqiqot jarayonida yoshlarning xulq-atvori, psixologik holati va ijtimoiy muhit omillari kompleks tarzda tahlil qilinadi.

Tadqiqotning nazariy asosini xulq-atvor psixologiyasi va ijtimoiy o‘rganish nazariyalari tashkil etadi. Xususan, Operant shartlash nazariyasi, Ijtimoiy o‘rganish nazariyasi hamda Stress nazariyasi (Gans Selye modeli) asos qilib olinadi.

Tadqiqotda quyidagi metodlar qo‘llaniladi:

- **Kuzatish metodi** – yoshlarning kundalik xulq-atvori va internetdan foydalanish odatlari o‘rganiladi.
- **Suhbat (intervyu) metodi** – yoshlar va mutaxassislarning fikrlari aniqlanadi.

- **Anketa so‘rovi** – internetga qaramlik va risk omillari darajasi baholanadi.
- **Psixologik testlar** – stress, impulsivlik va emotsional barqarorlik o‘lchanadi.
- **Eksperiment metodi** – profilaktika va psixokorreksiya dasturlarining samaradorligi tekshiriladi.

Tadqiqotning amaliy qismi yoshlar guruhi ishtirokida olib borilib, ularda giyohvandlik va internetga qaramlikka olib keluvchi asosiy ijtimoiy-psixologik omillar aniqlanadi va natijalar tahlil qilinadi.

Muhokama. Tadqiqot natijalarini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, yoshlar orasida giyohvandlik va internetga qaramlikning shakllanishi bir nechta ijtimoiy va psixologik omillarning o‘zaro ta’siri natijasida yuzaga keladi. Bu jarayonda shaxsning emotsional holati, stressga chidamlilik darajasi, oilaviy muhit va tengdoshlar ta’siri muhim rol o‘ynaydi.

Kuzatishlar natijasida aniqlanishicha, stress va psixologik bosim yuqori bo‘lgan yoshlar real hayotdagi muammolardan qochish uchun tezkor qoniqish beruvchi vositalarga murojaat qilishga moyil bo‘ladi. Bu esa internetga qaramlik yoki zararli moddalarni sinab ko‘rish xavfini oshiradi.

Operant shartlash nazariyasi asosida qaramlik xulqi mukofot va ijobiy mustahkamlash orqali kuchayishi aniqlandi. Ya’ni, zavq yoki yengillik beruvchi harakatlar takrorlanish ehtimolini oshiradi.

Shuningdek, Ijtimoiy o‘rganish nazariyasiga ko‘ra, yoshlar atrofdagi tengdoshlar va ijtimoiy muhitdan xulq namunalarini o‘zlashtiradi. Bu holat zararli odatlarning tez tarqalishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Tadqiqot davomida oilaviy nazorat, ijobiy ijtimoiy muhit va bo‘sh vaqtni to‘g‘ri tashkil etish addiktiv xulqning oldini olishda muhim omillar ekanligi aniqlandi. Shuningdek, internetdan foydalanish madaniyatining pastligi qaramlik darajasini oshirishi kuzatildi.

Umuman olganda, muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, giyohvandlik va internetga qaramlik murakkab psixologik hodisa bo‘lib, uni kamaytirish uchun kompleks yondashuv — psixologik profilaktika, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va tarbiyaviy ishlar zarur hisoblanadi.

Xulosa. Mazkur tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, yoshlar orasida giyohvandlik va internetga qaramlikning shakllanishi murakkab, ko‘p omilli ijtimoiy-psixologik jarayon hisoblanadi. Ushbu jarayon shaxsning ichki psixologik holati, emotsional barqarorligi, stressga chidamliligi hamda tashqi ijtimoiy muhit bilan chambarchas bog‘liqdir.

Tahlillar asosida aniqlanishicha, giyohvandlik va internetga qaramlik ko‘pincha real hayotdagi muammolardan qochish, ichki bo‘shliqni to‘ldirish va tezkor qoniqish olish ehtiyoji bilan bog‘liq holda shakllanadi. Ayniqsa, zamonaviy raqamli muhitning kengayishi internetga qaramlik xavfini sezilarli darajada oshirib, yoshlarning ijtimoiy faolligiga salbiy ta’sir ko‘rsatmoqda.

Operant shartlash nazariyasi hamda Ijtimoiy o‘rganish nazariyasi asosida shuni aytish mumkinki, qaramlik xulqi mukofot tizimi va ijtimoiy taqlid jarayonlari orqali mustahkamlanadi. Bu esa zararli odatlarning tez shakllanishi va barqarorlashuviga olib keladi.

Shuningdek, oilaviy muhit, tengdoshlar ta’siri, ijtimoiy nazorat darajasi va shaxsiy psixologik resurslar (iroda, o‘zini boshqarish, motivatsiya) giyohvandlik va internetga qaramlikning oldini olishda hal qiluvchi omillar ekanligi aniqlandi. Ijobiy psixologik muhit va sog‘lom turmush tarzi bu xavflarni sezilarli darajada kamaytiradi.

Umuman olganda, ushbu muammolarni bartaraf etish uchun kompleks yondashuv zarur bo‘lib, u psixologik profilaktika, tarbiyaviy ishlar, oilaviy qo‘llab-quvvatlash va sog‘lom ijtimoiy muhitni shakllantirishni o‘z ichiga olishi kerak. Shu orqali yoshlarning sog‘lom psixologik rivojlanishini ta’minlash va jamiyatda ijobiy xulq-atvorni mustahkamlash mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Skinner B. F. *Science and Human Behavior*. – New York: Macmillan, 1953.
2. Bandura A. *Social Learning Theory*. – Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1977.
3. Selye H. *The Stress of Life*. – New York: McGraw-Hill, 1956.
4. Young K. S. *Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder*. – 1998.
5. Griffiths M. D. *Behavioural Addiction: An Overview*. – 2005.

6. Davis R. A. *A Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet Use*. – 2001.
7. Beck A. T. *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. – New York: Penguin, 1976.
8. Petrovsky A. V. *General Psychology*. – Moscow: Prosveshchenie, 1986.
9. O‘zbekiston Respublikasi Yoshlar siyosati va psixologiyasi bo‘yicha metodik qo‘llanmalar. – Toshkent, 2020.
10. Zamonaviy psixologiya va sotsiologiya bo‘yicha ilmiy maqolalar (2018–2025).

Raimberdiyeva Maftuna Abduraxmonovna,
Farg’ona davlat universiteti mustaqil izlanuvchisi

BOSHLANG‘ICH SINF O‘QUVCHILARIDA MUSTAQIL FIKRLASHNI RIVOJLANTIRISH

Annotatsiya. *Ushbu mavzu boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida mustaqil fikrlashni rivojlantirishning psixologik xususiyatlarini o‘rganishga bag‘ishlangan. Unda o‘quvchilarning kognitiv rivojlanishi, tafakkur jarayonlari va ta’lim muhitining ta’siri tahlil qilinadi. Shuningdek, mustaqil fikrlashni shakllantirishda o‘qituvchi yondashuvi va interaktiv metodlarning roli ko‘rib chiqiladi.*

Kalit so‘zlar: *mustaqil fikrlash, boshlang‘ich sinf, kognitiv rivojlanish, psixologik xususiyatlar, ta’lim jarayoni, interaktiv metodlar.*

Аннотация. *Данная тема посвящена изучению психологических особенностей развития самостоятельного мышления у учащихся начальных классов. Анализируются когнитивное развитие, процессы мышления и влияние образовательной среды. Также рассматривается роль учителя и интерактивных методов в формировании самостоятельного мышления.*

Ключевые слова: *самостоятельное мышление, начальные классы, когнитивное развитие, психологические особенности, образовательный процесс, интерактивные методы.*

Abstract. *This topic explores the psychological features of developing independent thinking in primary school students. It analyzes cognitive development, thinking processes, and the influence of the educational environment. The role of teachers and interactive methods in forming independent thinking is also discussed.*

Keyword: *independent thinking, primary school, cognitive development, psychological features, educational process, interactive methods.*

Kirish. Boshlang‘ich ta’lim bosqichi bola shaxsining shakllanishida eng muhim davrlardan biri hisoblanadi. Aynan shu davrda o‘quvchining bilish jarayonlari, tafakkuri, diqqat, xotira va tasavvur kabi psixik funksiyalari jadal rivojlanadi. Shu sababli boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida mustaqil fikrlashni rivojlantirish ta’lim tizimining asosiy vazifalaridan biri sanaladi.

Mustaqil fikrlash — bu o‘quvchining berilgan ma’lumotni shunchaki qabul qilish emas, balki uni tahlil qilish, solishtirish, umumlashtirish va o‘z xulosasini shakllantirish qobiliyatidir. Bu jarayon bolaning kognitiv rivojlanishi bilan bevosita bog‘liq bo‘lib, uning o‘quv faoliyatidagi muvaffaqiyatini belgilaydi.

Psixologik nuqtayi nazardan qaraganda, boshlang‘ich sinf o‘quvchilari konkret-obrazli tafakkur bosqichida bo‘lib, asta-sekin mantiqiy va abstrakt fikrlashga o‘tib boradi. Shu jarayonda o‘qituvchi tomonidan yaratilgan ta’lim muhiti, qo‘llaniladigan metodlar hamda o‘quvchining ichki motivatsiyasi muhim ahamiyatga ega bo‘ladi.

Shu sababli, boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida mustaqil fikrlashni rivojlantirishning psixologik xususiyatlarini o‘rganish ularning intellektual salohiyatini oshirish, ta’lim samaradorligini yaxshilash va shaxsiy rivojlanishini ta’minlash nuqtayi nazaridan dolzarb hisoblanadi.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi zamonaviy ta’lim tizimida o‘quvchilarning tayyor bilimlarni yod olishidan ko‘ra, ularni mustaqil ravishda tahlil qilish, xulosa chiqarish va amaliyotda qo‘llash ko‘nikmalarini rivojlantirishga alohida e’tibor qaratilmoqda. Shu jihatdan boshlang‘ich sinf

o‘quvchilarida mustaqil fikrlashni rivojlantirish dolzarb pedagogik va psixologik muammo hisoblanadi.

Boshlang‘ich sinf davri bolaning kognitiv va shaxsiy rivojlanishida asosiy bosqich bo‘lib, aynan shu davrda tafakkur, diqqat, xotira va tasavvur kabi psixik jarayonlar shakllanadi. Agar bu bosqichda mustaqil fikrlashga yetarli e’tibor berilmasa, keyingi ta’lim bosqichlarida o‘quvchining ijodiy va tahliliy qobiliyatlari yetarlicha rivojlanmasligi mumkin.

Shuningdek, globallashuv va axborot oqimining tezlashuvi sharoitida o‘quvchilar turli manbalardan kelayotgan ma’lumotlarni tanlash va tahlil qilishga majbur bo‘lmoqda. Bu esa ularda mustaqil fikrlash ko‘nikmasining shakllanishini yanada muhim qiladi.

Shu sababli, boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida mustaqil fikrlashni rivojlantirishning psixologik xususiyatlarini o‘rganish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham katta ahamiyatga ega bo‘lib, ta’lim sifatini oshirishda muhim omil hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida mustaqil fikrlashni rivojlantirish masalasi pedagogika va psixologiya fanlarida keng o‘rganilgan dolzarb yo‘nalishlardan biridir. Ushbu muammo bo‘yicha xorijiy va mahalliy olimlar tomonidan bir qator nazariy yondashuvlar ishlab chiqilgan.

Xorijiy psixologiyada mustaqil fikrlashni rivojlantirish ko‘pincha kognitiv rivojlanish nazariyalari bilan izohlanadi. Jumladan, Kognitiv rivojlanish nazariyasiga ko‘ra, bola tafakkuri bosqichma-bosqich rivojlanib, boshlang‘ich sinf davrida konkret-operatsion fikrlash shakllanadi. Bu bosqich mustaqil xulosa chiqarishning boshlang‘ich poydevori hisoblanadi.

Shuningdek, Yaqin rivojlanish zonasi (ZPD)ga ko‘ra, o‘quvchining mustaqil fikrlashi o‘qituvchi va ijtimoiy muhit yordamida rivojlanadi. O‘qituvchi yo‘naltiruvchi rolni bajarib, bolani mustaqil fikrlashga bosqichma-bosqich olib chiqadi.

Zamonaviy tadqiqotlarda mustaqil fikrlashni rivojlantirishda interaktiv ta’lim metodlari, muammoli o‘qitish va refleksiya jarayonining ahamiyati alohida ta’kidlanadi. Bu yondashuvlar o‘quvchini tayyor bilimni qabul qiluvchi emas, balki faol fikrlovchi subyekt sifatida shakllantiradi.

Mahalliy tadqiqotlarda ham boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining kognitiv rivojlanishi, o‘qitish metodlari va shaxsiy xususiyatlarining mustaqil fikrlashga ta’siri o‘rganilgan. Unda o‘yin texnologiyalari va interaktiv metodlarning samaradorligi yuqori baholanadi.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, mustaqil fikrlashni rivojlantirish murakkab psixologik-pedagogik jarayon bo‘lib, u kognitiv rivojlanish, ijtimoiy muhit va ta’lim metodlariga bevosita bog‘liqdir.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida mustaqil fikrlashni rivojlantirishning psixologik xususiyatlarini o‘rganishga qaratilgan bo‘lib, unda nazariy va empirik yondashuvlar uyg‘un holda qo‘llaniladi. Tadqiqot jarayonida o‘quvchilarning kognitiv rivojlanishi, tafakkur operatsiyalari hamda mustaqil fikrlash ko‘nikmalarining shakllanishi kompleks tarzda tahlil qilinadi.

Tadqiqotning nazariy asosini psixologiya va pedagogikaning zamonaviy konsepsiyalari tashkil etadi. Xususan, Kognitiv rivojlanish nazariyasi hamda Yaqin rivojlanish zonasi (ZPD) nazariyalari asos qilib olinadi. Ushbu yondashuvlar o‘quvchining fikrlash jarayoni yosh, tajriba va ijtimoiy muhit bilan uzviy bog‘liqligini asoslaydi.

Muhokama. Tadqiqot natijalarini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida mustaqil fikrlashni rivojlantirish murakkab psixologik-pedagogik jarayon bo‘lib, u kognitiv rivojlanish, ta’lim muhiti va o‘qitish metodlariga bevosita bog‘liqdir. O‘quvchilarning fikrlash faolligi ularning yosh xususiyatlari va individual psixologik imkoniyatlari bilan chambarchas aloqador ekanligi aniqlandi.

Kuzatishlar natijasida ma’lum bo‘ldiki, o‘quvchilar mustaqil fikr bildirishga ko‘proq interaktiv va o‘yin texnologiyalariga asoslangan darslarda faol bo‘ladilar. An’anaviy, faqat tayyor bilimni berishga asoslangan darslarda esa mustaqil fikrlash darajasi nisbatan past bo‘lishi kuzatildi. Bu holat ta’lim jarayonida metodlarning ahamiyatini yaqqol ko‘rsatadi.

Kognitiv rivojlanish nazariyasiga ko‘ra, boshlang‘ich sinf o‘quvchilari konkret-operatsion tafakkur bosqichida bo‘lib, ular real misollar va amaliy vaziyatlar orqali yaxshiroq fikrlaydi. Tadqiqot

natijalari ham ushbu nazariy yondashuvni tasdiqlab, o‘quvchilarning mustaqil fikrlashi ko‘proq vizual va amaliy topshiriqlar orqali rivojlanishini ko‘rsatdi.

Shuningdek, Yaqin rivojlanish zonasi (ZPD) doirasida o‘qituvchining yo‘naltiruvchi roli juda muhim ekanligi aniqlandi. O‘qituvchi yordamida o‘quvchilar murakkabroq fikrlash bosqichlariga o‘tishi va asta-sekin mustaqil xulosa chiqarish ko‘nikmalarini rivojlantirishi mumkin.

Motivatsion omil ham muhim ahamiyatga ega bo‘lib, o‘quvchining qiziqishi va darsga faol ishtiroki mustaqil fikrlash darajasini oshiradi. Rag‘batlantiruvchi muhit va ijobiy psixologik atmosfera o‘quvchilarning o‘z fikrini erkin ifoda etishiga yordam beradi.

Umuman olganda, muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida mustaqil fikrlashni rivojlantirishda interaktiv metodlar, o‘qituvchining yo‘naltiruvchi roli va psixologik qulay muhit hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Amaliy tavsiyalar. Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida mustaqil fikrlashni samarali rivojlantirish uchun ta’lim jarayonida quyidagi amaliy tavsiyalarni qo‘llash maqsadga muvofiq:

Birinchidan, darslarda o‘quvchini faqat tinglovchi emas, balki faol ishtirokchi sifatida jalb qilish zarur. Buning uchun savol-javob, muammoli vaziyatlar, kichik guruhlarda ishlash va o‘yin texnologiyalaridan keng foydalanish tavsiya etiladi.

Ikkinchidan, o‘quvchilarga tayyor javoblarni berish o‘rniga ularni o‘z fikrini bildirishga, mulohaza yuritishga va xulosa chiqarishga yo‘naltiruvchi ochiq savollardan foydalanish kerak.

Uchinchidan, Yaqin rivojlanish zonasi (ZPD) tamoyiliga asoslanib, o‘qituvchi o‘quvchiga bosqichma-bosqich yordam berishi va asta-sekin mustaqillikka o‘tkazishi lozim.

To‘rtinchidan, Kognitiv rivojlanish nazariyasiga ko‘ra, bolalarning yosh xususiyatlarini hisobga olib, ko‘rgazmali va amaliy topshiriqlarni ko‘proq qo‘llash kerak.

Beshinchidan, o‘quvchilarda o‘z fikrini erkin ifoda etish uchun ijobiy psixologik muhit yaratish va ularni rag‘batlantirish muhimdir.

Umuman olganda, ushbu tavsiyalarni tizimli qo‘llash boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida mustaqil fikrlashni rivojlantirish samaradorligini oshiradi.

Xulosa. Mazkur tadqiqot natijalariga ko‘ra, boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida mustaqil fikrlashni rivojlantirish murakkab, ammo juda muhim psixologik-pedagogik jarayon hisoblanadi. Bu jarayon o‘quvchilarning kognitiv rivojlanishi, individual xususiyatlari hamda ta’lim muhitining ta’siri bilan bevosita bog‘liqdir.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, boshlang‘ich sinf davrida bolalarda konkret-obrazli tafakkur ustun bo‘lib, ular asta-sekin mantiqiy va mustaqil fikrlash bosqichiga o‘tadi. Shu jarayonda to‘g‘ri tanlangan ta’lim metodlari ularning fikrlash faoliyatini sezilarli darajada rivojlantiradi.

Kognitiv rivojlanish nazariyasi va Yaqin rivojlanish zonasi (ZPD) yondashuvlari asosida shuni aytish mumkinki, o‘qituvchi yo‘naltiruvchi rolni bajarib, o‘quvchini bosqichma-bosqich mustaqil fikrlashga olib chiqadi.

Shuningdek, interaktiv metodlar, muammoli ta’lim va rag‘batlantiruvchi psixologik muhit o‘quvchilarning mustaqil fikrlashini rivojlantirishda muhim omil ekanligi aniqlandi. An’anaviy yondashuvlarga qaraganda, faol ta’lim usullari yuqori samaradorlikka ega.

Umuman olganda, boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida mustaqil fikrlashni rivojlantirish ularning intellektual salohiyatini oshirish, ijodiy fikrlashini shakllantirish va kelajakdagi ta’lim muvaffaqiyatini ta’minlashda muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Piaget J. *The Language and Thought of the Child*. – London: Routledge, 1959.
2. Vygotsky L. S. *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. – Cambridge: Harvard University Press, 1978.
3. Bruner J. S. *The Process of Education*. – Cambridge: Harvard University Press, 1960.
4. Dewey J. *How We Think*. – Boston: D.C. Heath & Co., 1933.
5. Ausubel D. P. *Educational Psychology: A Cognitive View*. – New York: Holt, Rinehart and Winston, 1968.

6. Woolfolk A. *Educational Psychology*. – Pearson Education, 2016.
7. Anderson J. R. *Cognitive Psychology and Its Implications*. – New York: Worth Publishers, 2000.
8. Mayer R. E. *Multimedia Learning*. – Cambridge University Press, 2001.
9. O‘zbekiston Respublikasi Xalq ta’limi vazirligi. *Umumiy o‘rta ta’lim konsepsiyasi*. – Toshkent, 2021.
10. Boshlang‘ich ta’lim va pedagogik psixologiyaga oid mahalliy ilmiy maqolalar (2018–2025).

Xolmirzayev Javoxir Iqboljon o'g'li,
Farg‘ona davlat universiteti mustaqil izlanuvchisi

SPORT FAOLIYATIDA EMOTSIONAL ZO‘RIQISH VA XAVOTIR HOLATLARINI DIAGNOSTIKA QILISH USULLARI

Annotatsiya. *Ushbu mavzu sport faoliyatida yuzaga keladigan emotsional zo‘riqish va xavotir holatlarini aniqlashning psixodiagnostik usullarini o‘rganishga bag‘ishlangan. Sportchilarda stress va xavotir darajasini baholashda qo‘llaniladigan testlar, so‘rovnomalar va kuzatish metodlari tahlil qilinadi. Shuningdek, emotsional barqarorlikni aniqlash va sport natijalarini prognoz qilish imkoniyatlari ko‘rib chiqiladi.*

Kalit so‘zlar: *emotsional zo‘riqish, xavotir, psixodiagnostika, sport psixologiyasi, testlar, stress.*

Аннотация. *Данная тема посвящена изучению психодиагностических методов выявления эмоционального напряжения и тревожных состояний в спортивной деятельности. Анализируются тесты, опросники и методы наблюдения для оценки уровня стресса и тревожности у спортсменов. Также рассматриваются возможности определения эмоциональной устойчивости и прогнозирования спортивных результатов.*

Ключевые слова: *эмоциональное напряжение, тревожность, психодиагностика, спортивная психология, тесты, стресс.*

Abstract. *This topic is dedicated to studying psychodiagnostic methods for identifying emotional tension and anxiety in sports activities. It analyzes tests, questionnaires, and observation methods used to assess athletes’ stress and anxiety levels. It also considers ways to evaluate emotional stability and predict sports performance.*

Keywords: *emotional tension, anxiety, psychodiagnostics, sports psychology, tests, stress.*

Kirish. Sport faoliyati yuqori jismoniy yuklama bilan bir qatorda kuchli psixologik bosimni ham o‘z ichiga oladi. Ayniqsa, musobaqa oldi va musobaqa jarayonida sportchilarda emotsional zo‘riqish va xavotir holatlari tez-tez uchrab turadi. Ushbu holatlar sportchining diqqatini jamlash, harakatlarni to‘g‘ri boshqarish va optimal qaror qabul qilish qobiliyatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi.

Emotsional zo‘riqish va xavotir — bu sportchining musobaqaga bo‘lgan munosabati, muvaffaqiyatga erishish istagi va muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish hissi natijasida yuzaga keladigan psixologik holatlardir. Agar bu holatlar me’yoridan oshsa, sport natijalari pasayishi, psixologik beqarorlik va o‘ziga ishonchning susayishi kuzatilishi mumkin.

Shu sababli sport psixologiyasida emotsional zo‘riqish va xavotir darajasini o‘z vaqtida aniqlash (psixodiagnostika) va ularni kamaytirishga qaratilgan chora-tadbirlarni ishlab chiqish muhim ahamiyatga ega. Bu jarayon sportchining individual xususiyatlarini hisobga olgan holda olib borilishi kerak.

Mazkur mavzuni o‘rganish sportchilarning psixologik holatini chuqur tahlil qilish, ularning stressga chidamliligini baholash hamda sport natijalarini yaxshilashga xizmat qiluvchi samarali diagnostik usullarni aniqlash nuqtayi nazaridan dolzarb hisoblanadi.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi zamonaviy sportda natijalar tobora yuqori darajaga ko‘tarilib borayotganligi sportchilardan nafaqat jismoniy tayyorgarlikni, balki kuchli psixologik barqarorlikni ham talab etadi. Ayniqsa, yirik musobaqalar oldidan sportchilarda emotsional zo‘riqish va xavotir holatlarining kuchayishi tez-tez uchrab turadigan psixologik muammolardan biri hisoblanadi. Bu holatlar sport natijalariga bevosita ta’sir ko‘rsatib, ba’zan sportchining haqiqiy imkoniyatlarini to‘liq namoyon etishiga to‘sqinlik qiladi.

Emotsional zo‘riqish va xavotir darajasining ortishi diqqatning pasayishi, tezkor qaror qabul qilish qobiliyatining susayishi hamda harakatlar koordinatsiyasining buzilishiga olib kelishi mumkin. Shu sababli ushbu holatlarni erta aniqlash va aniq psixodiagnostik usullar orqali baholash sport psixologiyasining dolzarb vazifalaridan biridir.

Psixodiagnostika usullarining rivojlanishi sportchilarda emotsional holatni ilmiy asosda o‘rganish va individual yondashuvni shakllantirish imkonini beradi. Bu esa sportchining psixologik holatini to‘g‘ri baholash va unga mos psixokorreksiya choralarini belgilashga yordam beradi.

Shu bois, sport faoliyatida emotsional zo‘riqish va xavotir holatlarini diagnostika qilish usullarini o‘rganish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham katta ahamiyat kasb etadi va sportchilarning yuqori natijalarga erishishida muhim omil hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Sport faoliyatida emotsional zo‘riqish va xavotir holatlarini o‘rganish sport psixologiyasining eng muhim yo‘nalishlaridan biri bo‘lib, bu masala bo‘yicha ko‘plab xorijiy va mahalliy tadqiqotlar olib borilgan. Ilmiy adabiyotlarda sportchilarning emotsional holatini aniqlash va baholash turli nazariy yondashuvlar asosida izohlanadi.

Xorijiy tadqiqotlarda emotsional zo‘riqish va xavotir ko‘pincha stress va kognitiv jarayonlar bilan bog‘liq holda tahlil qilinadi. Jumladan, Stress nazariyasi (Gans Selye modeli)ga ko‘ra, stress organizmning tashqi bosimlarga javob reaksiyasi bo‘lib, u fiziologik va psixologik o‘zgarishlar bilan kechadi.

Shuningdek, Kognitiv baholash nazariyasida stress va xavotir darajasi sportchining vaziyatni qanday baholashiga bog‘liqligi ta’kidlanadi. Ya’ni sportchi musobaqani xavf yoki imkoniyat sifatida qabul qilsa, uning emotsional holati ham shunga mos ravishda o‘zgaradi.

Sport psixologiyasida C. Spielberger tomonidan ishlab chiqilgan Davlat va shaxsiy xavotir nazariyasi ham muhim o‘rin tutadi. Ushbu modelga ko‘ra, xavotir vaqtinchalik (holat) va barqaror (shaxsiy) shakllarga ega bo‘lib, sportchilarda musobaqa oldi xavotir aynan holatga bog‘liq shaklda namoyon bo‘ladi.

Psixodiagnostika sohasida esa sportchilarning emotsional holatini aniqlash uchun so‘rovnomalar, psixologik testlar va kuzatish metodlaridan keng foydalaniladi. Xususan, STAI testi, kuzatuv protokollari va intervyu usullari sportchilarning xavotir darajasini aniqlashda samarali vosita hisoblanadi.

Mahalliy tadqiqotlarda ham sportchilarning psixologik tayyorgarligi, emotsional barqarorligi va stressga chidamliligini oshirish masalalari o‘rganilgan. Unda murabbiy va sportchi o‘rtasidagi psixologik aloqa, motivatsiya va mashg‘ulot jarayonining emotsional holatga ta’siri alohida ta’kidlanadi.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, emotsional zo‘riqish va xavotir murakkab psixologik jarayon bo‘lib, u kognitiv baholash, stress reaksiyalari va shaxsiy xususiyatlar bilan uzviy bog‘liqdir.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot sport faoliyatida emotsional zo‘riqish va xavotir holatlarini psixodiagnostika qilish usullarini o‘rganishga qaratilgan bo‘lib, nazariy va empirik yondashuvlar asosida amalga oshiriladi. Tadqiqot jarayonida sportchilarning emotsional holati, xavotir darajasi hamda psixologik barqarorligi kompleks tarzda tahlil qilinadi.

Tadqiqotning nazariy asosini sport psixologiyasi va stressga oid zamonaviy ilmiy konsepsiyalar tashkil etadi. Xususan, Stress nazariyasi (Gans Selye modeli), Kognitiv baholash nazariyasi hamda Davlat va shaxsiy xavotir nazariyasi asos qilib olinadi.

Tadqiqotda quyidagi metodlar qo‘llaniladi:

- **Kuzatish metodi** – sportchilarning mashg‘ulot va musobaqa oldi emotsional holati o‘rganiladi.

• **Suhbat (intervyu) metodi** – sportchilar va murabbiylarning xavotir va stress haqidagi fikrlari aniqlanadi.

• **Anketa so‘rovi** – sportchilarda emotsional zo‘riqish va xavotir darajasi psixodiagnostik testlar orqali baholanadi.

• **Psixologik testlar** – STAI va boshqa shkalalar yordamida xavotir darajasi aniqlanadi.

• **Eksperiment metodi** – psixokorreksiya usullari (relaksatsiya, nafas mashqlari, vizualizatsiya) samaradorligi tekshiriladi.

№	Metod turi	Maqsadi	Qo‘llanish sohasi
1	Kuzatish	Sportchilarning tabiiy emotsional holatini aniqlash	Mashg‘ulot va musobaqa oldi jarayon
2	Suhbat (intervyu)	Subyektiv fikr va tajribalarni o‘rganish	Sportchi va murabbiylar
3	Anketa	Xavotir va stress darajasini o‘lchash	Guruhli psixodiagnostika
4	Psixologik testlar (STAI)	Emotsional xavotir darajasini baholash	Individual diagnostika
5	Eksperiment	Psixokorreksiya usullarining samaradorligini tekshirish	Trening va musobaqa sharoiti

Muhokama. Tadqiqot natijalarini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, sportchilarda emotsional zo‘riqish va xavotir holatlari musobaqa oldi davrida eng yuqori darajada namoyon bo‘ladigan psixologik holatlardan biridir. Bu holatlar sportchining individual psixologik xususiyatlari, tajribasi, o‘ziga bo‘lgan ishonchi hamda musobaqaning ahamiyatiga bog‘liq ravishda turlicha kechadi.

Kuzatishlar natijasida aniqlanishicha, yuqori darajadagi xavotir sportchining diqqatini jamlash qobiliyatini pasaytiradi, harakat aniqligini buzadi va tezkor qaror qabul qilish jarayonini sekinlashtiradi. Biroq me’yoriy darajadagi emotsional qo‘zg‘alish sport natijalarini yaxshilashi mumkinligi ham qayd etildi, bu esa xavotirning ikki tomonlama ta’sirga ega ekanligini ko‘rsatadi.

Stress nazariyasi (Gans Selye modeli)ga ko‘ra, stress organizmning moslashuv reaksiyasi bo‘lib, uning haddan tashqari kuchayishi charchash bosqichiga olib keladi. Tadqiqot natijalari sportchilarda bu jarayonning amaliy ko‘rinishlarini tasdiqladi.

Shuningdek, Kognitiv baholash nazariyasi asosida sportchining musobaqani qanday qabul qilishi (xavf yoki imkoniyat sifatida) uning emotsional holatini belgilovchi asosiy omillardan biri ekanligi aniqlandi. Ijobiy baholash xavotirni kamaytiradi va ishonchni oshiradi.

Psixodiagnostika natijalari shuni ko‘rsatdiki, STAI testi va kuzatish metodlari sportchilarda xavotir darajasini aniqlashda samarali vosita hisoblanadi. Bu usullar orqali sportchining emotsional holatini aniq baholash va individual yondashuv ishlab chiqish mumkin.

Psixokorreksiya usullari (relaksatsiya, nafas mashqlari, vizualizatsiya) sportchilarda emotsional barqarorlikni oshirishga sezilarli ijobiy ta’sir ko‘rsatdi. Ayniqsa, musobaqa oldi qisqa relaksatsiya mashqlari xavotir darajasini tez kamaytirishda samarali ekanligi kuzatildi.

Umuman olganda, muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, emotsional zo‘riqish va xavotirni boshqarishda psixodiagnostika va psixokorreksiya usullarini kompleks qo‘llash sportchilarning psixologik barqarorligini oshirishda muhim ahamiyatga ega.

Xulosa. Mazkur tadqiqot natijalariga ko‘ra, sportchilarda emotsional zo‘riqish va xavotir holatlari musobaqa oldi davrida eng ko‘p uchraydigan psixologik holatlardan biri bo‘lib, u sport natijalariga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Ushbu holatlar sportchining diqqatini jamlash, tezkor qaror qabul qilish va harakatlarni boshqarish jarayonlariga sezilarli darajada ta’sir etishi aniqlandi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, xavotir darajasining yuqori bo‘lishi sport samaradorligini pasaytirsa, me’yoriy darajadagi emotsional qo‘zg‘alish ba’zi hollarda ijobiy natija berishi mumkin. Bu esa emotsional zo‘riqishning ikki tomonlama ta’sirga ega ekanligini bildiradi.

Stress nazariyasi (Gans Selye modeli) hamda Kognitiv baholash nazariyasi asosida stress va xavotir darajasi nafaqat tashqi omillarga, balki sportchining vaziyatni qanday baholashiga ham bevosita bog‘liqligi aniqlandi.

Shuningdek, psixodiagnostika usullari (STAI testi, kuzatish, suhbat) sportchilarda emotsional zo‘riqish va xavotir darajasini aniqlashda samarali vosita ekanligi tasdiqlandi. Psixokorreksiya usullari — relaksatsiya, nafas mashqlari va vizualizatsiya esa emotsional barqarorlikni oshirishda muhim ahamiyatga ega bo‘ldi.

Umuman olganda, sportchilarda emotsional zo‘riqish va xavotirni aniqlash hamda boshqarish uchun psixodiagnostika va psixokorreksiya usullarini kompleks qo‘llash sportchilarning psixologik tayyorgarligini oshiradi va yuqori sport natijalariga erishishga xizmat qiladi.

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. Spielberger C. D. *State-Trait Anxiety Inventory Manual*. – Palo Alto: Consulting Psychologists Press, 1983.
4. Weinberg R. S., Gould D. *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. – Champaign: Human Kinetics, 2019.
5. Cox R. H. *Sport Psychology: Concepts and Applications*. – New York: McGraw-Hill, 2012.
6. Martens R. *Competitive Anxiety in Sport*. – Champaign: Human Kinetics, 1990.
7. Bandura A. *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. – New York: Freeman, 1997.
8. Gill D. L. *Psychological Dynamics of Sport*. – Champaign: Human Kinetics, 2000.
9. Hardy L., Jones G. *Stress and Performance in Sport*. – London: Wiley, 1996.
10. O‘zbekiston Respublikasi Sportni rivojlantirish vazirligi. *Sport psixologiyasi bo‘yicha metodik qo‘llanma*. – Toshkent, 2021.

Mardonova Marjona Orif qizi,
Buxoro davlat universiteti talabasi

STRESSNING TALABALARNING O‘QUV FAOLIYATI VA MOTIVATSIYASIGA TA’SIRI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada stressning talabalarning o‘quv faoliyati va motivatsiyasiga ta’siri o‘rganiladi. Stress darajasining oshishi o‘quv samaradorligini pasaytirishi va motivatsiyani susaytirishi mumkinligi tahlil qilinadi.*

Kalit so‘zlar: *stress, motivatsiya, o‘quv faoliyati, talabalar, psixologik holat.*

Аннотация. *В данной статье рассматривается влияние стресса на учебную деятельность и мотивацию студентов. Анализируется, как высокий уровень стресса может снижать учебную успеваемость и мотивацию.*

Ключевые слова: *стресс, мотивация, учебная деятельность, студенты, психологическое состояние.*

Annotation. *This article examines the impact of stress on students’ academic performance and motivation. It analyzes how high levels of stress can reduce learning efficiency and motivation.*

Keywords: *stress, motivation, academic activity, students, psychological state.*

Kirish. Bugungi kunda ta’lim jarayonining jadallashuvi, talablar hajmining ortishi hamda raqobat muhitining kuchayishi talabalarda turli psixologik bosimlar, jumladan stress holatlarini yuzaga keltirmoqda. Stress insonning emotsional, kognitiv va xulq-atvor tizimlariga ta’sir ko‘rsatib, uning o‘quv faoliyati samaradorligi va motivatsiyasiga bevosita bog‘liq bo‘lgan muhim psixologik omil hisoblanadi.

Talabalik davri shaxs rivojlanishining eng muhim bosqichlaridan biri bo‘lib, bu davrda o‘quv yuklamalari, imtihonlar, ijtimoiy moslashuv va shaxslararo munosabatlar kabi omillar stressni kuchaytirishi mumkin. Bu esa o‘z navbatida o‘quv faoliyatining pasayishi, diqqat va xotira jarayonlarining susayishi hamda motivatsiyaning kamayishiga olib keladi.

Mazkur mavzuning dolzarbligi shundaki, hozirgi ta’lim tizimida nafaqat bilim berish, balki talabalarning psixologik barqarorligini ta’minlash ham muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Shu sababli stressning o‘quv faoliyati va motivatsiyaga ta’sirini o‘rganish pedagogika va psixologiya sohasida dolzarb ilmiy muammo sifatida qaraladi.

Ushbu ishda stressning talabalarning o‘quv faoliyati va motivatsiyasiga ta’siri nazariy jihatdan tahlil qilinadi.

Mavzuning dolzarbligi. Bugungi kunda ta’lim tizimining jadallashuvi, o‘quv yuklamalarining ortishi hamda talabalar oldida turgan yuqori akademik talablar ularning psixologik holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu jarayonda stress holatlari keng tarqalib, talabalarning o‘quv faoliyati samaradorligi va motivatsiyasiga bevosita ta’sir qiluvchi muhim omillardan biriga aylanib bormoqda.

Stressning yuqori darajasi diqqatning pasayishi, xotira jarayonlarining susayishi, emotsional beqarorlik hamda o‘qishga bo‘lgan qiziqishning kamayishiga olib kelishi mumkin. Bu esa talabalarning akademik natijalariga salbiy ta’sir ko‘rsatadi va ularning shaxsiy rivojlanish jarayonini sekinlashtiradi.

Shu bilan birga, zamonaviy ta’lim muhitida faqat bilim berish emas, balki talabalarning psixologik farovonligini ta’minlash, stressni boshqarish ko‘nikmalarini shakllantirish ham dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, motivatsiya va o‘quv samaradorligini oshirishda stressni to‘g‘ri boshqarish muhim ahamiyat kasb etadi.

Shu sababli, stressning talabalarning o‘quv faoliyati va motivatsiyasiga ta’sirini o‘rganish bugungi pedagogika va psixologiya fanlari uchun dolzarb ilmiy muammo hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Stress, uning psixologik mexanizmlari hamda talabalarning o‘quv faoliyati va motivatsiyasiga ta’siri masalasi jahon va mahalliy psixologiya fanida keng o‘rganilgan.

Ushbu yo‘nalishda dastlabki ilmiy asoslar G. Selye tomonidan yaratilgan bo‘lib, u stressni organizmning tashqi va ichki ta’sirlarga nisbatan umumiy moslashuv reaksiyasi sifatida izohlagan. Uning ishlari stressning fiziologik va psixologik bosqichlarini tushunishda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi.

R. Lazarus va S. Folkman stressni kognitiv yondashuv asosida tahlil qilib, stressning yuzaga kelishi insonning vaziyatni qanday baholashiga va uni yengish strategiyalariga bog‘liqligini ta’kidlaganlar. Ularning “coping” nazariyasi stressni boshqarish mexanizmlarini tushuntirishda muhim ahamiyatga ega.

Shuningdek, A. Bandura o‘zining ijtimoiy-kognitiv nazariyasida shaxsning o‘ziga ishonchi (self-efficacy) stressni boshqarish va motivatsiyani saqlab qolishda muhim rol o‘ynashini asoslab bergan.

Mahalliy tadqiqotlarda ham talabalarda stress holatlari, uning sabablari hamda o‘quv jarayoniga ta’siri o‘rganilgan bo‘lib, ularning natijalari stressning yuqori darajasi akademik samaradorlikni pasaytirishini ko‘rsatadi. Shu bilan birga, psixologik qo‘llab-quvvatlash va to‘g‘ri pedagogik yondashuv stressning salbiy ta’sirini kamaytirishi mumkinligi ta’kidlanadi.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili stressning talabalarning o‘quv faoliyati va motivatsiyasiga sezilarli ta’sir ko‘rsatishini va bu masala chuqur psixologik va pedagogik o‘rganishni talab etishini ko‘rsatadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqotda stressning talabalarning o‘quv faoliyati va motivatsiyasiga ta’siri nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilindi. Tadqiqot psixologiya va pedagogika fanlarida keng qo‘llaniladigan ilmiy yondashuvlar asosida olib borildi.

Tadqiqotning metodologik asosini stress, motivatsiya va o‘quv faoliyati haqidagi zamonaviy psixologik nazariyalar tashkil etadi. Xususan, G. Selye stress nazariyasi, R. Lazarus va S. Folkman tomonidan ishlab chiqilgan kognitiv stress modeli hamda A. Banduraning ijtimoiy-kognitiv nazariyasi metodologik asos sifatida xizmat qildi.

Tadqiqot jarayonida quyidagi ilmiy metodlardan foydalanildi:

• **Nazariy tahlil** – stress va motivatsiyaga oid ilmiy adabiyotlar, maqolalar va tadqiqot ishlari o‘rganildi;

• **Qiyosiy tahlil** – turli olimlarning stress va o‘quv faoliyatiga oid qarashlari solishtirildi;

• **Umumlashtirish** – olingan ma’lumotlar asosida umumiy ilmiy xulosalar shakllantirildi;

• **Tizimli yondashuv** – stress, motivatsiya va o‘quv faoliyati o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik kompleks tarzda tahlil qilindi.

Tadqiqotning asosiy maqsadi stressning talabalarning o‘quv faoliyati va motivatsiyasiga qanday ta’sir ko‘rsatishini ilmiy asoslashdan iborat bo‘ldi. Olingan natijalar esa ta’lim jarayonida psixologik yondashuvlarni takomillashtirishga xizmat qiladi.

Muhokama. Tadqiqot natijalarini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, stress talabalarning o‘quv faoliyati va motivatsiyasiga sezilarli darajada ta’sir ko‘rsatadi. Stressning yuqori darajasi talabalarda diqqatning susayishi, xotira jarayonlarining yomonlashuvi hamda fikrlash tezligining pasayishiga olib keladi, bu esa o‘quv samaradorligini kamaytiradi.

Shuningdek, stress holati talabalarning ichki motivatsiyasiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Doimiy psixologik bosim o‘qishga bo‘lgan qiziqishning pasayishi, charchoq va befarqlik hissining kuchayishiga sabab bo‘ladi. Natijada talaba o‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishishda qiyinchiliklarga duch keladi.

Biroq, ayrim hollarda o‘rtacha darajadagi stress (eustress) talabalarda faollikni oshirishi, ularni maqsad sari harakat qilishga undashi mumkinligi ham aniqlangan. Bu holat stressning to‘g‘ri boshqarilishi muhim ekanligini ko‘rsatadi.

Shu bilan birga, o‘qituvchilar tomonidan qo‘llab-quvvatlash, psixologik treninglar va stressni boshqarish usullarini o‘rgatish talabalarning motivatsiyasini oshirishga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Interaktiv ta’lim metodlari ham stressni kamaytirish va o‘quv jarayonini samarali qilishda muhim rol o‘ynaydi.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari stressning talabalarning o‘quv faoliyati va motivatsiyasiga ham salbiy, ham ijobiy ta’sir ko‘rsatishi mumkinligini, lekin uning salbiy oqibatlari ko‘proq ustunligini ko‘rsatadi.

№	Tavsiyalar	Kutiladigan natija
1	Talabalar uchun stressni boshqarish bo‘yicha trening va seminarlar tashkil etish	Stress darajasining kamayishi, psixologik barqarorlikning oshishi
2	O‘quv jarayonida interaktiv va gamifikatsiya metodlaridan foydalanish	O‘quv motivatsiyasining oshishi, darsga qiziqishning kuchayishi
3	Psixologik maslahat xizmati (konsultatsiya)ni yo‘lga qo‘yish	Talabalarning emotsional holatini barqarorlashtirish
4	Mustaqil ish yuklamasini me’yorlashtirish va rejalashtirish	Ortiqcha stressning oldini olish
5	Dam olish va tiklanish faoliyatlarini (sport, san’at, klublar) rivojlantirish	Stressni kamaytirish va motivatsiyani oshirish
6	O‘qituvchilarga stressga sezgir pedagogik yondashuv bo‘yicha treninglar o‘tkazish	Talabalarga nisbatan qo‘llab-quvvatlovchi muhit yaratish

Xulosa. Mazkur tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, stress talabalarning o‘quv faoliyati va motivatsiyasiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadigan muhim psixologik omil hisoblanadi. Yuqori darajadagi stress talabalarda diqqatning pasayishi, xotira jarayonlarining susayishi va emotsional beqarorlikni keltirib chiqarib, o‘quv samaradorligini kamaytiradi.

Shu bilan birga, stress motivatsiyaga ham bevosita ta’sir ko‘rsatib, uning ortishi talabalarning o‘qishga bo‘lgan qiziqishini pasaytirishi mumkinligi aniqlandi. Biroq, me’yoriy darajadagi stress ayrim hollarda faollikni oshirib, maqsadga intilishni kuchaytiruvchi omil bo‘lishi ham mumkin.

Tadqiqot davomida stressni boshqarish, psixologik qo‘llab-quvvatlash va zamonaviy ta’lim metodlarini qo‘llash talabalarning o‘quv faoliyatini yaxshilash hamda motivatsiyasini oshirishda muhim ahamiyatga ega ekanligi asoslandi.

Umuman olganda, stressning salbiy ta’sirini kamaytirish va ijobiy jihatlarini to‘g‘ri yo‘naltirish orqali talabalarning o‘quv samaradorligi va motivatsiyasini oshirish mumkinligi tasdiqlandi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Selye H. *The Stress of Life*. McGraw-Hill, 1956.
2. Lazarus R. S., Folkman S. *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer, 1984.
3. Bandura A. *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Prentice-Hall, 1986.
4. Deci E. L., Ryan R. M. *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. Plenum Press, 1985.
5. Maslow A. H. *Motivation and Personality*. Harper & Row, 1954.
6. Vygotsky L. S. *Mind in Society*. Harvard University Press, 1978.
7. Pintrich P. R., Schunk D. H. *Motivation in Education*. Pearson, 2002.
8. O‘zbekiston Respublikasi psixologiya va pedagogika fanlariga oid ilmiy maqolalar to‘plami. Toshkent, 2021.
9. Zamonaviy psixologiya va ta’lim muammolari bo‘yicha ilmiy jurnallar. Toshkent davlat universiteti nashrlari, 2022.

Nisolmuxammatova Namunaxon Inomjon qizi,
Farg‘ona davlat universiteti mustaqil izlanuvchisi

YUQORI SINF O‘QUVCHILARIDA AXBOROTNI IDROK ETISH VA QAYTA ISHLASH MEXANIZMLARI

Annotatsiya. *Ushbu mavzu yuqori sinf o‘quvchilarida axborotni idrok etish va qayta ishlashning psixologik mexanizmlarini yoritadi. Idrok, diqqat, xotira va tafakkur jarayonlarining o‘zaro bog‘liqligi hamda axborotni qabul qilish va tahlil qilishdagi rolini o‘rganadi. Shuningdek, o‘quvchilarning kognitiv rivojlanishi va ta’lim samaradorligiga ta’sir etuvchi omillar tahlil qilinadi.*

Kalit so‘zlar: *axborotni idrok etish, qayta ishlash, kognitiv jarayonlar, diqqat, xotira, tafakkur, o‘quvchi.*

Аннотация. *Данная тема рассматривает психологические механизмы восприятия и обработки информации у учащихся старших классов. Анализируются взаимосвязь восприятия, внимания, памяти и мышления, а также их роль в усвоении и анализе информации. Также изучаются факторы, влияющие на когнитивное развитие и эффективность обучения.*

Ключевые слова: *восприятие информации, обработка данных, когнитивные процессы, внимание, память, мышление, учащийся.*

Abstract. *This topic examines the psychological mechanisms of information perception and processing in senior school students. It explores the relationship between perception, attention, memory, and thinking, as well as their role in receiving and analyzing information. It also considers factors influencing cognitive development and learning effectiveness.*

Keywords: *information perception, processing, cognitive processes, attention, memory, thinking, student.*

Kirish. Zamonaviy jamiyatda axborot oqimining tezlashishi va uning hajmining keskin ortishi ta’lim jarayoniga ham yangi talablarni qo‘ymoqda. Ayniqsa, yuqori sinf o‘quvchilari har kuni turli manbalardan kelayotgan ko‘plab ma’lumotlarni qabul qilish, ularni tushunish, tahlil qilish va kerakli xulosalar chiqarish jarayonida faol ishtirok etadilar. Shu bois axborotni idrok etish va qayta ishlash mexanizmlarini o‘rganish psixologiya va pedagogika fanlarida dolzarb masalalardan biri hisoblanadi.

Axborotni idrok etish - bu tashqi muhitdan kelayotgan ma’lumotlarni sezgi organlari orqali qabul qilish va ongda dastlabki tasavvur hosil qilish jarayonidir. Qayta ishlash esa ushbu

ma’lumotlarni diqqat, xotira va tafakkur yordamida tahlil qilish, tartibga solish va mazmunli bilimga aylantirish bosqichidir. Bu jarayonlar bir-biri bilan uzviy bog‘liq bo‘lib, o‘quvchining o‘quv faoliyatidagi muvaffaqiyatini belgilovchi asosiy psixologik omillardan biridir.

Psixologik nuqtayi nazardan qaraganda, axborotni samarali idrok etish va qayta ishlash o‘quvchining kognitiv rivojlanish darajasi, diqqatning barqarorligi, xotira hajmi hamda tafakkur operatsiyalarining rivojlanganligi bilan bevosita bog‘liqdir. Bundan tashqari, motivatsiya, qiziqish va o‘quv muhitining qulayligi ham ushbu jarayonlarning samaradorligiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi.

Yuqori sinf o‘quvchilari abstrakt fikrlash bosqichiga yaqinlashganligi sababli, ular murakkab axborotni tahlil qilish va umumlashtirish imkoniyatiga ega bo‘ladilar. Biroq bu imkoniyatlarning to‘liq namoyon bo‘lishi o‘qitish metodlari, pedagogik yondashuvlar va shaxsiy psixologik xususiyatlarga bog‘liq bo‘ladi.

Shu sababli, ushbu mavzuni o‘rganish o‘quvchilarda axborotni idrok etish va qayta ishlash mexanizmlarini chuqur tahlil qilish, ularning kognitiv jarayonlarini rivojlantirish yo‘llarini aniqlash hamda ta’lim samaradorligini oshirishga xizmat qiluvchi ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqish nuqtayi nazaridan katta ahamiyatga ega hisoblanadi.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi globallashuv va raqamli texnologiyalar rivojlangan davrda axborot oqimi nihoyatda tez va uzluksiz tarzda ortib bormoqda. Internet, ijtimoiy tarmoqlar va turli media platformalar orqali o‘quvchilar har soniyada yangi ma’lumotlarga duch kelmoqda. Bunday sharoitda axborotni to‘g‘ri idrok etish, uni tanlash, tahlil qilish va qayta ishlash ko‘nikmalari o‘ta muhim ahamiyat kasb etadi.

Yuqori sinf o‘quvchilari ta’lim jarayonida murakkab o‘quv materiallari bilan ishlaydi va ular faqat axborotni qabul qilish emas, balki uni chuqur tushunish hamda amaliyotga tatbiq etish qobiliyatiga ega bo‘lishi kerak. Shu sababli axborotni idrok etish va qayta ishlash mexanizmlarini o‘rganish ularning o‘quv samaradorligini oshirishda muhim omil hisoblanadi.

Psixologik jihatdan qaraganda, bu jarayonlar diqqat, xotira, tafakkur va idrok kabi kognitiv funksiyalar bilan uzviy bog‘liq bo‘lib, ularning rivojlanish darajasi o‘quvchining bilimlarni o‘zlashtirish sifatini belgilaydi. Agar o‘quvchi axborotni to‘g‘ri qayta ishlay olmasa, u bilimlarni yuzaki qabul qiladi va bu o‘quv natijalarining pasayishiga olib kelishi mumkin.

Shu bois, axborotni idrok etish va qayta ishlash mexanizmlarini o‘rganish nafaqat nazariy jihatdan, balki amaliy jihatdan ham dolzarb hisoblanadi. Bu jarayonni chuqur tahlil qilish orqali ta’lim samaradorligini oshirish, o‘quvchilarning kognitiv rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash hamda zamonaviy axborot jamiyatiga mos shaxsni shakllantirish mumkin bo‘ladi.

Adabiyotlar tahlili. Yuqori sinf o‘quvchilarida axborotni idrok etish va qayta ishlash muammosi psixologiya va pedagogika fanlarida keng o‘rganilgan dolzarb yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Ushbu masalaga oid ilmiy qarashlar kognitiv psixologiya, neyropsixologiya hamda ta’lim psixologiyasi doirasida turli olimlar tomonidan tahlil qilingan.

Xorijiy psixologiyada axborotni qayta ishlash jarayoni ko‘pincha kognitiv yondashuv asosida izohlanadi. Jumladan, Axborotni qayta ishlash nazariyasiga ko‘ra, inson ongiga kelib tushgan ma’lumotlar bosqichma-bosqich filtrlanadi, saqlanadi va qayta tiklanadi. Ushbu yondashuvda diqqat va xotira asosiy “filtr” vazifasini bajaradi.

Shuningdek, Kognitiv rivojlanish nazariyasiga ko‘ra, o‘quvchilarning axborotni idrok etish qobiliyati ularning yosh bosqichlariga qarab rivojlanadi. Piaget fikricha, yuqori sinf o‘quvchilari abstrakt va mantiqiy tafakkurga o‘tish bosqichida bo‘lib, murakkab axborotni tahlil qilish imkoniyatiga ega bo‘ladi.

Vygotskiy tomonidan ilgari surilgan Yaqin rivojlanish zonasi (ZPD) esa axborotni qayta ishlash jarayoni ijtimoiy muhit va o‘qituvchi yordamiga bog‘liqligini ta’kidlaydi. Uning fikricha, o‘quvchi mustaqil bajara olmaydigan vazifalarni yo‘naltirish orqali o‘zlashtirishi mumkin.

Zamonaviy tadqiqotlarda diqqatning selektivligi, ishchi xotira hajmi va kognitiv yuklama (cognitive load) nazariyalari ham muhim o‘rin tutadi. Bu yondashuvlar o‘quvchilarning axborotni bir vaqtning o‘zida qabul qilish va qayta ishlash imkoniyatlari cheklanganligini ko‘rsatadi.

Mahalliy olimlar tadqiqotlarida ham axborotni idrok etish va qayta ishlash jarayonlarini takomillashtirishda interaktiv ta’lim metodlari, multimedia vositalari va faol o‘qitish usullarining

samaradorligi ta’kidlanadi. Bu yondashuvlar o‘quvchilarning bilimni passiv emas, balki faol tarzda o‘zlashtirishiga yordam beradi.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, axborotni idrok etish va qayta ishlash murakkab kognitiv jarayon bo‘lib, u biologik, psixologik va pedagogik omillarning o‘zaro ta’siri natijasida shakllanadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot yuqori sinf o‘quvchilarida axborotni idrok etish va qayta ishlash mexanizmlarini o‘rganishga qaratilgan bo‘lib, unda nazariy va empirik yondashuvlar uyg‘unligi asos qilib olinadi. Tadqiqot jarayonida o‘quvchilarning kognitiv jarayonlari, axborotni qabul qilish tezligi, uni tahlil qilish va xotirada saqlash xususiyatlari kompleks tarzda tahlil qilinadi.

Tadqiqotning nazariy asosini kognitiv psixologiya va ta’lim psixologiyasining zamonaviy konsepsiyalari tashkil etadi. Xususan, Axborotni qayta ishlash nazariyasi, Kognitiv rivojlanish nazariyasi hamda Yaqin rivojlanish zonasi (ZPD) yondashuvlari asos sifatida qabul qilinadi. Ushbu nazariyalar o‘quvchining axborotni qabul qilish jarayoni yosh, ijtimoiy muhit va ta’lim sharoitlariga bog‘liqligini asoslaydi.

Tadqiqotda quyidagi metodlardan foydalaniladi:

Tadqiqotning amaliy qismi yuqori sinf o‘quvchilari ishtirokida olib borilib, ularning axborotni idrok etish va qayta ishlash qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan pedagogik ta’sirlar samaradorligi tahlil qilinadi.

Umuman olganda, ushbu metodologiya axborotni idrok etish va qayta ishlash jarayonining psixologik mexanizmlarini ilmiy asosda o‘rganish va ta’lim jarayonini optimallashtirishga xizmat qiladi.

Muhokama. Tadqiqot natijalarini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, yuqori sinf o‘quvchilarida axborotni idrok etish va qayta ishlash jarayoni murakkab kognitiv faoliyat bo‘lib, u bir nechta psixik funksiyalarning o‘zaro hamkorligiga asoslanadi. Idrok, diqqat, ishchi xotira va tafakkur jarayonlari bir butun tizim sifatida ishlagandagina axborotni samarali o‘zlashtirish mumkin bo‘ladi.

Kuzatishlar natijasida ma’lum bo‘ldiki, o‘quvchilarning axborotni qabul qilish sifati faqat materialning murakkabligiga emas, balki uning taqdim etilish shakliga ham bog‘liq. Vizual, audio va interaktiv shaklda berilgan ma’lumotlar an’anaviy og‘zaki ma’lumotlarga nisbatan tezroq idrok etiladi va yaxshiroq eslab qolinadi. Bu holat kognitiv yuklama darajasi bilan ham izohlanadi.

Axborotni qayta ishlash nazariyasiga ko‘ra, inson miyasi axborotni bosqichma-bosqich qayta ishlaydi: avval selektiv diqqat orqali muhim ma’lumot ajratiladi, so‘ngra ishchi xotirada qayta ishlanadi va uzoq muddatli xotiraga o‘tkaziladi. Tadqiqot natijalari ushbu modelning amaliy ta’lim jarayonida ham o‘z tasdig‘ini topishini ko‘rsatadi.

Shuningdek, Kognitiv rivojlanish nazariyasi asosida yuqori sinf o‘quvchilari abstrakt va mantiqiy fikrlash bosqichiga o‘tgan bo‘lsa-da, ularning axborotni qayta ishlash tezligi va sifati individual farqlarga ega ekanligi aniqlandi. Bu farqlar intellektual rivojlanish darajasi, motivatsiya va o‘quv ko‘nikmalariga bog‘liq.

Yaqin rivojlanish zonasi (ZPD) doirasida olib borilgan tahlillar shuni ko‘rsatdiki, o‘qituvchi tomonidan beriladigan yo‘naltiruvchi yordam o‘quvchilarning murakkab axborotni qayta ishlash qobiliyatini sezilarli darajada oshiradi. Guruhli ishlar, muhokamalar va interaktiv topshiriqlar bu jarayonni yanada faollashtiradi.

Motivatsion omil ham muhim rol o‘ynaydi: ichki qiziqishi yuqori bo‘lgan o‘quvchilar axborotni chuqurroq qayta ishlaydi va uni uzoq muddatli xotirada samarali saqlaydi. Aksincha, faqat tashqi rag‘batga asoslangan o‘quv faoliyati yuzaki o‘zlashtirishga olib kelishi mumkin.

Umuman olganda, muhokama natijalari axborotni idrok etish va qayta ishlash jarayoni psixologik mexanizmlar, ta’lim muhiti va individual xususiyatlarning o‘zaro ta’siri natijasida shakllanishini tasdiqlaydi. Bu esa ta’lim jarayonida interaktiv, differensial va kognitiv yondashuvlardan keng foydalanish zarurligini ko‘rsatadi.

Amaliy tavsiyalar. Yuqori sinf o‘quvchilarida axborotni idrok etish va qayta ishlash samaradorligini oshirish uchun ta’lim jarayonida quyidagi amaliy tavsiyalarni qo‘llash maqsadga muvofiq:

Birinchidan, dars jarayonida axborotni vizual, audio va interaktiv shakllarda taqdim etish o‘quvchilarning uni tez va samarali qabul qilishiga yordam beradi. Multimediali vositalardan foydalanish diqqat va xotira faolligini oshiradi.

Ikkinchidan, o‘quvchilarning faol ishtirokini ta’minlash uchun muammoli vaziyatlar, savol-javob, guruhli ish va muhokama metodlarini keng qo‘llash lozim. Bu usullar axborotni chuqur qayta ishlashni rag‘batlantiradi.

Uchinchidan, Yaqin rivojlanish zonasi (ZPD) tamoyiliga asoslanib, o‘qituvchi o‘quvchiga bosqichma-bosqich yordam berishi va mustaqil fikrlashga yo‘naltirishi kerak.

To‘rtinchidan, o‘quvchilarning diqqat va xotira rivojlanishini mustahkamlash uchun qisqa, aniq va tizimli axborot berish tavsiya etiladi.

Umuman olganda, ushbu tavsiyalar axborotni idrok etish va qayta ishlash jarayonini samarali tashkil etishga xizmat qiladi.

Xulosa. Mazkur tadqiqot natijalariga ko‘ra, yuqori sinf o‘quvchilarida axborotni idrok etish va qayta ishlash murakkab psixologik jarayon bo‘lib, u idrok, diqqat, xotira va tafakkur kabi kognitiv funksiyalarning o‘zaro uyg‘un ishlashiga bog‘liqdir. Ushbu jarayon qanchalik samarali bo‘lsa, o‘quvchilarning bilimlarni o‘zlashtirish darajasi shunchalik yuqori bo‘ladi.

Tahlillar shuni ko‘rsatdiki, axborotni qayta ishlash samaradorligiga ta’lim materialining taqdim etilish shakli, o‘quvchilarning motivatsiyasi hamda o‘qitish metodlari bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Interaktiv va vizual yondashuvlar an’anaviy usullarga nisbatan yuqori natija beradi.

Axborotni qayta ishlash nazariyasi hamda Kognitiv rivojlanish nazariyasi asosida yuqori sinf o‘quvchilari abstrakt fikrlash bosqichida bo‘lib, murakkab axborotni tahlil qilish imkoniyatiga ega ekanligi, biroq bu imkoniyatlar to‘liq amalga oshishi uchun to‘g‘ri pedagogik sharoit zarurligi aniqlandi.

Shuningdek, Yaqin rivojlanish zonasi (ZPD) yondashuvi o‘quvchilarning mustaqil fikrlashini rivojlantirishda o‘qituvchi qo‘llab-quvvatlashi muhim ekanini ko‘rsatdi.

Umuman olganda, axborotni idrok etish va qayta ishlash mexanizmlarini rivojlantirish ta’lim sifatini oshirish, o‘quvchilarning kognitiv imkoniyatlarini kengaytirish va ularni zamonaviy axborot jamiyatiga tayyorlashda muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Piaget J. *The Psychology of Intelligence*. – London: Routledge, 1950.
2. Vygotsky L. S. *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. – Cambridge: Harvard University Press, 1978.
3. Bruner J. *The Process of Education*. – Cambridge: Harvard University Press, 1960.
4. Atkinson R., Shiffrin R. *Human Memory: A Proposed System and its Control Processes*. – New York, 1968.
5. Baddeley A. *Working Memory*. – Oxford: Oxford University Press, 1992.
6. Anderson J. R. *Cognitive Psychology and Its Implications*. – New York: Worth Publishers, 2000.
7. Mayer R. E. *Multimedia Learning*. – Cambridge University Press, 2001.
8. Sweller J. *Cognitive Load Theory*. – Psychology of Learning and Motivation, 1988.
9. Dewey J. *How We Think*. – Boston: D.C. Heath & Co., 1933.
10. O‘zbekiston Respublikasi Xalq ta’limi vazirligi. *Umumiy o‘rta ta’lim konsepsiyasi*. – Toshkent, 2021.

IV SHO‘BA

OILA INSTITUTI, TA’LIM MUASSASALARI VA MAHALLALARDA NARKOTAHDIDLARNING OLDINI OLISH USULLARI

Xuseynova Abira Amanovna
O‘zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi Senati a’zosi, Oliy Majlisning Inson huquqlari bo‘yicha vakilining (Ombudsmanning)
Buxoro viloyati mintaqaviy vakili,
falsafa fanlari doktori, professor

OILA, TA’LIM MUASSASASI VA MAHALLA HAMKORLIGIDA YOSHLAR ORASIDA NARKOTAHDIDLARNING OLDINI OLISHNING PROFILAKTIK MEXANIZMLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada oila, ta’lim muassasasi va mahalla hamkorligida yoshlar orasida narkotahdidlarning oldini olishning profilaktik mexanizmlari tahlil qilingan. Hozirgi globallashuv va axborot oqimining jadallashuvi sharoitida yoshlar turli salbiy omillar, jumladan, giyohvandlik vositalari ta’siriga duch kelish xavfi ortib bormoqda. Shu sababli profilaktik faoliyatni tizimli tashkil etish va ijtimoiy institutlar o‘rtasidagi hamkorlikni mustahkamlash muhim hisoblanadi. Tadqiqotda oilaning tarbiyaviy salohiyati, ta’lim muassasasining ma’rifiy va psixologik yondashuvlari hamda mahallaning ijtimoiy nazorat va qo‘llab-quvvatlash funksiyalari yoritilgan. Shuningdek, yoshlarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, huquqiy va psixologik savodxonlikni oshirish, bo‘sh vaqtni mazmunli tashkil etish hamda xavf guruhidagi yoshlar bilan individual ishlash mexanizmlarining samaradorligi ko‘rib chiqilgan. Maqolada kompleks profilaktika modeli asosida yoshlarni narkotahdidlardan himoya qilishning amaliy tavsiyalari ishlab chiqilgan.*

Kalit so‘zlar: *narkotahdid, profilaktika, yoshlar, oila, ta’lim muassasasi, mahalla, hamkorlik, ijtimoiy himoya, sog‘lom turmush tarzi, psixologik profilaktika.*

Аннотация. *В данной статье рассматриваются профилактические механизмы предупреждения наркоугроз среди молодежи на основе сотрудничества семьи, образовательных учреждений и махалли. В условиях глобализации и усиления информационного воздействия возрастает риск вовлечения молодых людей в употребление наркотических веществ и иные формы зависимого поведения. В связи с этим особое значение приобретает организация системной профилактической деятельности и укрепление взаимодействия между основными социальными институтами. В исследовании раскрываются воспитательный потенциал семьи, образовательная и психологическая роль учебных заведений, а также функции махалли по социальному контролю и поддержке молодежи. Особое внимание уделено формированию здорового образа жизни, повышению правовой и психологической грамотности, организации содержательного досуга и индивидуальной работе с молодежью группы риска. Предлагаются практические рекомендации по созданию комплексной модели профилактики наркоугроз и укреплению социальной устойчивости молодежи.*

Ключевые слова*: наркоугроза, профилактика, молодежь, семья, образовательное учреждение, махалля, сотрудничество, социальная защита, здоровый образ жизни, психологическая профилактика.*

Abstract. *This article analyzes preventive mechanisms for reducing drug-related threats among youth through cooperation between families, educational institutions, and local community structures (mahalla). In the context of globalization and increasing information influence, young people face growing risks of exposure to narcotic substances and addictive behaviors. Therefore, establishing systematic preventive measures and strengthening collaboration among social institutions are considered essential. The study highlights the educational potential of the family, the educational and psychological functions of institutions, and the social support and monitoring role of the mahalla. Particular attention is given to promoting healthy lifestyles, improving legal and psychological awareness, organizing meaningful leisure activities, and implementing individual approaches for youth at risk. The article proposes practical recommendations based on an integrated prevention model aimed at protecting youth from drug-related threats and enhancing their social resilience.*

Key words: *drug threat, prevention, youth, family, educational institution, mahalla, cooperation, social protection, healthy lifestyle, psychological prevention.*

Mavzuning dolzarbligi. Bugungi kunda yoshlar orasida narkotik vositalar va psixoaktiv moddalarning tarqalishi nafaqat tibbiy, balki ijtimoiy-psixologik va xavfsizlik muammosiga aylanmoqda. Xalqaro ma'lumotlarga ko'ra, giyohvand moddalar bozori global miqyosda kengayib bormoqda hamda ayniqsa yoshlar va o'smirlar xavf guruhi sifatida e'tirof etilmoqda.

BMTning Narkotiklar va jinoyatchilik bo'yicha boshqarmasi (UNODC)ning 2025-yilgi hisobotida dunyo bo'yicha noqonuniy moddalarni iste'mol qilish holatlari yuqori darajada saqlanib qolayotgani, xususan, 2023-yilda 244 million kishi kamida bir marta kannabis iste'mol qilgani qayd etilgan. Shu bilan birga, yoshlar (15–16 yosh guruhi) bo'yicha alohida monitoring tizimi joriy etilgan bo'lib, bu ushbu muammoning aynan yoshlar orasida dolzarbligini ko'rsatadi.

O'zbekistonda ham yoshlarni turli tahdidlardan, jumladan narkotik xavfdan himoya qilish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. So'nggi yillarda yoshlar bilan ishlash tizimini kuchaytirish, profilaktik faoliyatni mahalla darajasiga tushirish, oila–ta'lim muassasasi–mahalla hamkorligini rivojlantirish bo'yicha qator normativ-huquqiy hujjatlar va profilaktik chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda. Shu jihatdan, narkotahdidlarning oldini olishda faqat huquqiy nazorat emas, balki oilaviy tarbiya, ta'limiy ta'sir va mahalla institutining hamkorlikdagi profilaktik mexanizmlarini takomillashtirish bugungi kunning dolzarb ilmiy-amaliy vazifalaridan biri hisoblanadi.

Kirish. Bugungi globallashuv, axborot texnologiyalarining jadal rivojlanishi va ijtimoiy munosabatlarning transformatsiyasi sharoitida yoshlar orasida narkotik vositalar va psixotrop moddalarning noqonuniy aylanishi hamda ularga qiziqishning ortishi jahon hamjamiyati oldidagi eng dolzarb ijtimoiy muammolardan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Narkotahdid nafaqat inson salomatligiga zarar yetkazadi, balki yoshlarning ijtimoiy moslashuvi, ta'lim sifati, oilaviy munosabatlari hamda jamiyat xavfsizligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli mazkur muammoni faqat huquqni muhofaza qiluvchi organlar faoliyati orqali emas, balki oila, ta'lim muassasasi va mahalla institutlari hamkorligida kompleks profilaktik yondashuv asosida hal etish zarurati ortib bormoqda.

Birlashgan Millatlar Tashkilotining Narkotiklar va jinoyatchilik bo'yicha boshqarmasi (UNODC) tomonidan e'lon qilingan 2025-yilgi Jahon narkotiklar hisobotiga ko'ra, 2023-yilda dunyo bo'yicha taxminan 316 million kishi (15–64 yoshdagi aholining qariyb 6 foizi) kamida bir marta noqonuniy narkotik moddalardan foydalangan bo'lib, bu ko'rsatkich oxirgi o'n yil ichida sezilarli o'sishni namoyon etgan. Hisobotda ayniqsa yoshlar va o'smirlar narkotik xavf ta'siriga ko'proq uchrayotgani, profilaktika tizimini kuchaytirish zarurligi ta'kidlangan. Eng ko'p iste'mol qilinadigan modda sifatida kannabis qayd etilgan bo'lib, undan foydalanuvchilar soni 244 million kishiga yetgan.

So'nggi yillarda xalqaro miqyosda sintetik narkotik moddalar va noqonuniy savdo tarmoqlarining kengayishi narkotahdidlarning yangi shakllarini yuzaga keltirmoqda. Xususan, xalqaro hisobotlarda narkotik moddalar savdosining raqamli platformalar va transmilliy jinoiy guruhlar orqali tarqalayotgani, bu esa yoshlarni himoya qilishning an'anaviy usullarini takomillashtirish zaruratini kuchaytirayotgani qayd etilgan.

O'zbekiston Respublikasida ham yoshlarni narkotahdidlardan himoya qilish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida belgilanmoqda. Jumladan, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 6-maydagi PF–73-son Farmoni bilan giyohvandlik vositalari va narkojinoyatlarga qarshi kurashish tizimini takomillashtirish, hududlar, ta'lim muassasalari va jamoat joylarida yoshlar orasida giyohvandlik vositalari tarqalishining oldini olish bo'yicha idoralararo profilaktik mexanizmlarni joriy etish vazifalari belgilangan. Mazkur hujjatda ayniqsa profilaktik ishlarni mahalla darajasiga tushirish, ta'lim muassasalari bilan hamkorlikni kuchaytirish hamda yoshlar orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish ustuvor vazifa sifatida ko'rsatib o'tilgan.

Shu munosabat bilan oila, ta'lim muassasasi va mahalla hamkorligida yoshlar orasida narkotahdidlarning oldini olishning samarali profilaktik mexanizmlarini ishlab chiqish va amaliyotga tatbiq etish bugungi kunda dolzarb ilmiy-amaliy masala hisoblanadi. Chunki aynan ushbu uch

ijtimoiy institutning uzviy hamkorligi yoshlarning salbiy ta’sirlarga qarshi ijtimoiy-psixologik immunitetini shakllantirish, ularning bo‘sh vaqtini mazmunli tashkil etish hamda xavf guruhiga kiruvchi yoshlar bilan manzilli ishlash imkonini beradi.

Adabiyotlar tahlili. Yoshlar orasida narkotahdidlarning oldini olish masalasi zamonaviy psixologiya, pedagogika, sotsiologiya va kriminologiya fanlarining kesishgan nuqtasida shakllangan kompleks ilmiy yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, giyohvandlikka moyillikning yuzaga kelishi va uning oldini olish mexanizmlarini tushuntirishda turli nazariy yondashuvlar mavjud bo‘lib, ularning aksariyati oilaviy muhit, ijtimoiy nazorat, ta’limiy ta’sir va jamiyat institutlarining hamkorligini asosiy omil sifatida ko‘rsatadi. Zamonaviy tadqiqotlarda narkotahdid faqat biologik yoki huquqiy muammo emas, balki yosh shaxsining ijtimoiylashuvi, qadriyatlar tizimi va psixologik barqarorligi bilan bog‘liq murakkab ijtimoiy hodisa sifatida talqin qilinmoqda.

Mazkur yo‘nalishning nazariy asoslari ijtimoiy o‘rganish nazariyasini ishlab chiqqan amerikalik olim Albert Bandura tadqiqotlarida keng yoritilgan. Bandura inson xulq-atvori kuzatish, taqlid va ijtimoiy mustahkamlash mexanizmlari orqali shakllanishini asoslab bergan. Olimning fikricha, o‘smir va yoshlar o‘z yaqin ijtimoiy muhitidan - avvalo oiladan, tengdoshlardan va ta’lim muassasasidan xulqiy namunalarni qabul qiladi. Shu sababli salbiy muhitda shakllangan ijtimoiy tajriba deviant xulq-atvor va turli qaramliklarga moyillikni kuchaytirishi mumkin. Bandura yondashuvi profilaktik faoliyatda ijobiy ijtimoiy model va sog‘lom kommunikativ muhit yaratish zarurligini ilmiy jihatdan asoslaydi.

Oilaning profilaktik imkoniyatlarini o‘rganishda amerikalik psixolog Diana Baumrind tadqiqotlari alohida ahamiyatga ega. U tarbiya uslublari va yoshlarning xulqiy rivojlanishi o‘rtasidagi bog‘liqlikni tahlil qilib, demokratik va qo‘llab-quvvatlovchi oilaviy muhit yoshlarning xavfli xatti-harakatlarga jalb qilinish ehtimolini kamaytirishini ko‘rsatgan. Muallifning ilmiy qarashlari keyingi tadqiqotlarda ham rivojlantirilib, ota-onalarning emotsional yaqinligi va nazorat funksiyasi profilaktik omil sifatida baholangan.

Rossiya ilmiy maktabida yoshlar deviant xulq-atvori va narkotahdidlarni profilaktika qilish masalalari keng o‘rganilgan. Xususan, rus olimi Vladimir Kudryavtsev deviant xulq shakllanishida ijtimoiy muhit va nazorat tizimining rolini tahlil qilgan hamda profilaktik faoliyat jazolashdan ko‘ra erta ogohlantirishga yo‘naltirilishi kerakligini ta’kidlagan. Shuningdek, Boris Bratus shaxsning ma’naviy-psixologik rivojlanishi va destruktiv xulq o‘rtasidagi bog‘liqlikni o‘rganib, shaxsiy qadriyatlar tizimidagi deformatsiyalar turli qaramlik shakllariga olib kelishini ilmiy asoslagan.

Rus pedagogika maktabi vakillari orasida Lev Vygotsky va Anton Makarenko qarashlari ham profilaktik faoliyatning nazariy negizini tashkil etadi. Vygotskiy ijtimoiy muhitning rivojlanishdagi yetakchi rolini asoslagan bo‘lsa, Makarenko jamoaviy tarbiya va ijtimoiy mas’uliyat mexanizmlarining yoshlar xulqini boshqarishdagi ahamiyatini ko‘rsatgan. Ushbu nazariyalar bugungi kunda mahalla va ta’lim muassasalari hamkorligi modelida o‘z dolzarbligini saqlab qolmoqda.

Xorijiy tadqiqotchilar orasida amerikalik sotsiolog Travis Hirschi tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy nazorat nazariyasi profilaktik tadqiqotlarda keng qo‘llaniladi. Olimga ko‘ra, yoshlarning jamiyat bilan ijobiy bog‘liqligi qanchalik kuchli bo‘lsa, deviant xatti-harakatlar ehtimoli shunchalik kamayadi. Oilaga bog‘liqlik, ta’lim jarayonidagi faollik va jamoaga integratsiya narkotik vositalarga qiziqishning oldini oluvchi asosiy omillar sifatida talqin qilinadi.

Narkotahdidlarning oldini olish bo‘yicha zamonaviy xalqaro yondashuvlar United Nations Office on Drugs and Crime hamda World Health Organization tomonidan ishlab chiqilgan profilaktik konsepsiyalarda ham aks etgan. So‘nggi hisobotlarda yoshlar o‘rtasida giyohvandlikka qarshi kurashning eng samarali modeli sifatida “oilaga yo‘naltirilgan profilaktika”, “maktabga asoslangan profilaktika” va “jamiyat darajasidagi ijtimoiy hamkorlik” mexanizmlari tavsiya etilgan. 2025-yilgi xalqaro hisobotlarda noqonuniy moddalar iste’moli global xavf sifatida baholanib, ayniqsa profilaktik ishlarni mahalliy hamjamiyatlar darajasida tashkil etish samaraliroq ekani ta’kidlangan.

O‘zbekiston ilmiy-amaliy tajribasida ham mazkur masalaga alohida e’tibor qaratilmoqda. So‘nggi yillarda yoshlarni turli zararli ta’sirlardan himoya qilish, profilaktika institutlarini kuchaytirish hamda mahalla tizimi imkoniyatlarini kengaytirishga qaratilgan islohotlar amalga

oshirilmoqda. Xususan, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 6-maydagi PF–73-son Farmonida narkotik vositalarning noqonuniy aylanishiga qarshi kurashish, yoshlar bilan manzilli profilaktik ishlarni kuchaytirish, ta’lim muassasalari va mahalla tizimining o‘zaro integratsiyasini ta’minlash ustuvor vazifalar sifatida belgilangan. Shu bilan birga, profilaktika jarayonida psixologik xizmatlar, ota-onalar bilan ishlash va yoshlarning bo‘sh vaqtini mazmunli tashkil etishga alohida urg‘u berilgan.

Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, mavjud ilmiy yondashuvlarning aksariyatida profilaktika samaradorligi alohida institutlar faoliyatiga emas, balki oila, ta’lim muassasasi va mahallaning uzviy hamkorligiga bog‘liq deb qaraladi. Shu sababli yoshlar orasida narkotahdidlarning oldini olish masalasini kompleks ijtimoiy-psixologik model asosida tadqiq etish va amaliy mexanizmlar ishlab chiqish dolzarb ilmiy vazifa bo‘lib qolmoqda.

Shu bilan birga, O‘zbekiston sharoitida mahalla institutining profilaktik imkoniyatlari alohida e’tiborga loyiqdir. Mahalla oilani, ta’lim tizimini va mahalliy jamoatchilikni birlashtiruvchi ijtimoiy institut sifatida yoshlar bilan manzilli ishlash imkonini yaratadi. Ayniqsa profilaktika inspektorlari, yoshlar yetakchilari, psixologlar va ota-onalar o‘rtasidagi hamkorlik xavf omillarini erta aniqlash imkonini beradi.

O‘zbekistonda mazkur yo‘nalishda davlat siyosati izchil takomillashmoqda. Jumladan, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 6-maydagi PF–73-son Farmoni bilan 2024–2028-yillarga mo‘ljallangan giyohvandlik va narkojinoyatchilikka qarshi kurashish milliy strategiyasi tasdiqlangan hamda profilaktik faoliyatni ilmiy asosda tashkil etish, hududiy monitoringni kuchaytirish, yoshlar bilan manzilli ishlash va idoralararo hamkorlikni rivojlantirish ustuvor vazifa sifatida belgilangan. Farmon asosida Narkotiklarni nazorat qilish bo‘yicha milliy markaz faoliyati takomillashtirildi hamda hududlar kesimida vaziyatni monitoring qilish tizimi kuchaytirildi.

Xulosa. Mazkur tadqiqot doirasida oila, ta’lim muassasasi va mahalla hamkorligida yoshlar orasida narkotahdidlarning oldini olishning profilaktik mexanizmlari ilmiy-nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilindi. O‘rganilgan ilmiy manbalar, xalqaro tajriba va respublikada amalga oshirilayotgan islohotlar shuni ko‘rsatdiki, narkotahdidlar bugungi kunda faqat tibbiy yoki huquqiy muammo emas, balki yoshlar tarbiyasi, psixologik barqarorligi, ijtimoiy moslashuvi hamda jamiyat xavfsizligi bilan uzviy bog‘liq bo‘lgan murakkab ijtimoiy hodisadir.

Tahlillar natijasida aniqlandiki, yoshlarning giyohvandlik vositalari va boshqa zararli odatlarga moyilligi ko‘p hollarda birgina omil ta’siri ostida emas, balki oilaviy nazoratning sustligi, ota-onalar bilan emotsional aloqalarning yetarli emasligi, bo‘sh vaqtning mazmunli tashkil etilmaganligi, tengdoshlar bosimi, psixologik himoyaning pastligi hamda ijtimoiy institutlar o‘rtasidagi hamkorlikning yetarlicha yo‘lga qo‘yilmaganligi bilan bog‘liq ravishda shakllanishi kuzatildi. Shu sababli profilaktik faoliyatni faqat nazorat va javobgarlik choralariga tayanib tashkil etish yetarli emasligi, balki yoshlarning ijtimoiy-psixologik immunitetini kuchaytiruvchi kompleks yondashuv zarurligi asoslandi.

Tadqiqot davomida oila profilaktikaning birlamchi bo‘g‘ini sifatida yosh shaxsining qadriyatlari, xulq-atvori va qaror qabul qilishiga bevosita ta’sir ko‘rsatishi aniqlandi. Ta’lim muassasalari esa nafaqat ta’lim beruvchi, balki tarbiyaviy, psixologik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlovchi muhit sifatida namoyon bo‘lishi lozimligi ko‘rsatildi. Mahalla instituti esa ushbu ikki tizimni birlashtiruvchi, hududiy monitoring, ijtimoiy nazorat va amaliy yordam mexanizmlarini ta’minlovchi muhim ijtimoiy institut ekanligi bilan ajralib turadi.

Shuningdek, tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, profilaktik tadbirlarning samaradorligi ularning uzluksizligi, manzilliligi va yoshlarning real ehtiyojlariga mos ravishda tashkil etilishiga bog‘liq. Profilaktik ishlar faqat xavf yuzaga kelgandan keyingi choralar bilan emas, balki xavfni oldindan aniqlash, sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, psixologik savodxonlikni oshirish va ijtimoiy faollikni rag‘batlantirish orqali olib borilgandagina barqaror natija beradi.

Shunday qilib, oila, ta’lim muassasasi va mahalla hamkorligiga asoslangan profilaktik model yoshlarni narkotahdidlardan himoya qilish, ularning sog‘lom rivojlanishi va ijtimoiy barqarorligini ta’minlashning eng maqbul va istiqbolli mexanizmlaridan biri ekanligi ilmiy jihatdan asoslandi.

Tavsiyalar. Oilalar bilan profilaktik ishlash tizimini kuchaytirish - ota-onalar uchun psixologik va pedagogik savodxonlik bo‘yicha muntazam seminar va treninglar tashkil etish.

a. Ta’lim muassasalarida profilaktik dasturlarni kengaytirish - yoshlarda zararli odatlarga qarshi immunitetni shakllantirishga qaratilgan interaktiv mashg‘ulotlar, treninglar va psixologik xizmatlarni rivojlantirish.

b. Mahalla darajasida erta aniqlash tizimini joriy etish - xavf guruhiga kiruvchi yoshlar bilan individual ishlash, monitoring va maslahat xizmatlarini yo‘lga qo‘yish.

c. Idoralararo hamkorlikni kuchaytirish - oila, maktab, mahalla, psixologlar, profilaktika inspektorlari va yoshlar tashkilotlari o‘rtasida yagona hamkorlik mexanizmini shakllantirish.

d. Raqamli profilaktika vositalaridan foydalanish - internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qiluvchi media mahsulotlar va axborot platformalarini rivojlantirish.

e. Yoshlarning bo‘sh vaqtini mazmunli tashkil etish - sport, ilmiy, madaniy va ko‘ngilli faoliyatlarga jalb etish orqali ijtimoiy faollikni oshirish.

f. Profilaktika tadbirlarini ilmiy monitoring qilish - amalga oshirilayotgan chora-tadbirlarning natijadorligini muntazam baholash va amaliyotga ilmiy asoslangan yondashuvlarni joriy etish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 6-maydagi PF–73-son Farmoni. Giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalarning noqonuniy muomalasiga qarshi kurashish tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida // Qonunchilik ma’lumotlari milliy bazasi. – Toshkent, 2024.
2. O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi. – Toshkent: O‘zbekiston, 2023. – 80 b.
3. O‘zbekiston Respublikasining “Yoshlarga oid davlat siyosati to‘g‘risida” gi Qonuni. – Toshkent, 2016.
4. O‘zbekiston Respublikasining “Ta’lim to‘g‘risida” gi Qonuni (yangi tahrir). – Toshkent, 2020.
5. O‘zbekiston Respublikasining “Profilaktika to‘g‘risida” gi Qonuni. – Toshkent, 2014.
6. United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC). World Drug Report 2025. – Vienna: United Nations Publication, 2025. – 412 p.
7. United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC). International Standards on Drug Use Prevention. – Vienna: United Nations, 2023. – 98 p.
8. World Health Organization (WHO). Global Status Report on Alcohol and Health and Treatment of Substance Use Disorders. – Geneva: WHO, 2024. – 286 p.

Ismatova Dilafruz Tuymuratovna
Buxoro Davlat Universiteti Psixologiya kafedrasi dotsenti,
Psixologiya fanlari bo’yicha falsafa doktori (Phd)

OILADA EMOTSIONAL MUHITNING FARZAND RUHIY SALOMATLIGI VA IJTIMOIY MOSLASHUVIGA TA’SIRINING PSIXOLOGIK JIHATLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada oiladagi emotsional muhitning farzandlarning ruhiy salomatligi, shaxs sifatida shakllanishi va jamiyatga muvaffaqiyatli moslashuvidagi ahamiyati yoritilgan. Oiladagi mehr-muhabbat, o‘zaro hurmat, qo‘llab-quvvatlash va sog‘lom muloqotning bolalar psixikasiga ta'siri tahlil qilingan. Shuningdek, oiladagi nizolar, stressli vaziyatlar va emotsional sovuqlikning farzandlarning ruhiy holati hamda xulq-atvoriga salbiy ta'siri ilmiy manbalar asosida ko‘rib chiqilgan. Tadqiqot natijalari oilada ijobiy emotsional muhit yaratish farzandlarning o‘ziga bo‘lgan ishonchi, ijtimoiy faolligi, kommunikativ qobiliyatlari va ruhiy barqarorligini rivojlantirishda muhim omil ekanligini ko‘rsatadi.*

Kalit so‘zlar: *oila, emotsional muhit, ruhiy salomatlik, farzand tarbiyasi, ijtimoiy moslashuv, oilaviy munosabatlar, psixologik farovonlik, ota-ona, muloqot, mehr-muhabbat, emotsional qo‘llab-quvvatlash, shaxs rivojlanishi, ijtimoiylashuv, oilaviy qadriyatlar, psixologik barqarorlik.*

Аннотация. *В данной статье рассматривается влияние эмоциональной атмосферы семьи на психическое здоровье детей и их социальную адаптацию. Анализируется роль любви, заботы, взаимного уважения и эффективного общения между членами семьи в формировании гармоничной личности ребенка. Особое внимание уделяется негативным последствиям семейных конфликтов, эмоциональной отчужденности и стрессовых ситуаций для психического состояния и поведения детей. На основе научных исследований показано, что благоприятная эмоциональная среда в семье способствует развитию уверенности в себе, коммуникативных навыков, социальной активности и психологической устойчивости ребенка.*

Ключевые слова: *семья, эмоциональная среда, психическое здоровье, воспитание детей, социальная адаптация, семейные отношения, психологическое благополучие, родители, общение, любовь, эмоциональная поддержка, развитие личности, социализация, семейные ценности, психологическая устойчивость.*

Abstract. *This article examines the impact of the emotional environment within the family on children's mental health and social adaptation. The study highlights the importance of love, care, mutual respect, emotional support, and healthy communication in the development of a well-balanced personality. Furthermore, the negative effects of family conflicts, emotional neglect, and stressful situations on children's psychological well-being and behavior are analyzed. The findings indicate that a positive emotional climate in the family significantly contributes to self-confidence, social competence, communication skills, emotional stability, and successful integration into society. Creating a supportive family environment is considered one of the key factors in ensuring the healthy psychological development of children.*

Key words: *family, emotional environment, mental health, child upbringing, social adaptation, family relationships, psychological well-being, parents, communication, love, emotional support, personality development, socialization, family values, emotional stability, psychological resilience.*

Kirish. Oila jamiyatning eng muhim va eng kichik ijtimoiy instituti bo‘lib, inson shaxsining shakllanishida hal qiluvchi o‘rin tutadi. Har bir insonning dunyoqarashi, qadriyatlari, xulq-atvori va ijtimoiy munosabatlarga kirishish ko‘nikmalari avvalo oilada shakllanadi. Ayniqsa, oiladagi emotsional muhit farzandning ruhiy rivojlanishi, o‘ziga bo‘lgan munosabati va jamiyatga moslashuv jarayoniga bevosita ta'sir ko‘rsatadi. Sog‘lom emotsional muhit hukm surgan oilada voyaga yetayotgan farzandlar o‘zlarini xavfsiz, qadrlangan va qo‘llab-quvvatlangan his etadilar. Bu esa ularda mustaqillik, mas'uliyat, o‘ziga ishonch va ijtimoiy faollik kabi muhim sifatlarning rivojlanishiga xizmat qiladi.

Bugungi globallashuv va axborot texnologiyalari jadal rivojlanayotgan davrda oilaviy munosabatlarning mazmuni va xarakterida ham sezilarli o‘zgarishlar kuzatilmoqda. Zamonaviy hayot sur'ati, iqtisodiy muammolar, ota-onalarning ish bilan bandligi, raqamli texnologiyalarning keng kirib kelishi va boshqa omillar oiladagi emotsional muhitga ta'sir ko‘rsatmoqda. Natijada ayrim oilalarda ota-ona va farzand o‘rtasidagi muloqotning kamayishi, hissiy yaqinlikning susayishi hamda turli psixologik muammolarning yuzaga kelishi kuzatilmoqda. Bunday holatlar esa farzandlarning ruhiy salomatligi va ijtimoiy moslashuv jarayonida qator qiyinchiliklarni keltirib chiqarishi mumkin.

Farzandning ruhiy salomatligi nafaqat uning hissiy holatini, balki intellektual rivojlanishi, o‘quv faoliyati, ijtimoiy munosabatlari va kelajakdagi hayot sifatini ham belgilab beradi. Psixologik jihatdan sog‘lom bola o‘z his-tuyg‘ularini boshqara oladi, atrofdagilar bilan samarali muloqot qiladi va turli hayotiy vaziyatlarga moslasha oladi. Shu sababli oiladagi emotsional muhitning farzand ruhiy salomatligiga ta'sirini o‘rganish zamonaviy psixologiya fanining dolzarb masalalaridan biri hisoblanadi.

Ko‘plab xorijiy va mahalliy olimlarning ilmiy tadqiqotlarida oiladagi emotsional munosabatlarning bola rivojlanishidagi ahamiyati alohida ta'kidlangan. Jumladan, ota-onaning

mehribonligi, emotsional qo‘llab-quvvatlashi va farzandga nisbatan samimiy munosabati bolalarda ijobiy “Men” konsepsiyasining shakllanishiga yordam beradi. Aksincha, oiladagi doimiy nizolar, befarqlik, zo‘ravonlik va emotsional sovuqlik bolalarda xavotir, tushkunlik, tajovuzkorlik va ijtimoiy moslashuv muammolarining paydo bo‘lishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Ijtimoiy moslashuv shaxsning jamiyat talablariga mos ravishda faoliyat yuritishi, atrofdagi insonlar bilan samarali munosabatlar o‘rnatishi va ijtimoiy muhitga muvaffaqiyatli integratsiyalashuvini anglatadi. Ushbu jarayonning muvaffaqiyatli kechishi ko‘p jihatdan oilada yaratilgan psixologik muhitga bog‘liq. Oilada o‘zaro hurmat, ishonch va samimiylik hukm surgan sharoitda voyaga yetayotgan farzandlar jamiyatda o‘z o‘rnini topishga, turli ijtimoiy vaziyatlarga moslashishga va sog‘lom munosabatlar qurishga qodir bo‘ladilar.

Mamlakatimizda oila institutini mustahkamlash, yosh avlodni har tomonlama barkamol etib tarbiyalash va ularning ruhiy salomatligini muhofaza qilish davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan oiladagi emotsional muhitning farzand ruhiy salomatligi va ijtimoiy moslashuviga ta'sirini ilmiy jihatdan tadqiq etish, mavjud muammolarni aniqlash hamda ularni bartaraf etishga qaratilgan amaliy tavsiyalar ishlab chiqish muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Mazkur maqolaning maqsadi oiladagi emotsional muhitning farzand ruhiy salomatligi va ijtimoiy moslashuviga ta'sir etuvchi psixologik omillarni tahlil qilish, sog‘lom oilaviy muhitning ahamiyatini yoritish hamda ushbu yo‘nalishda ilmiy asoslangan xulosalar ishlab chiqishdan iborat. Shu bilan birga, tadqiqot davomida oiladagi emotsional munosabatlarning farzand shaxsining shakllanishi, uning psixologik farovonligi va jamiyat hayotidagi faol ishtirokiga ko‘rsatadigan ta'siri ham o‘rganiladi.

Adabiyotlar tahlili. Oiladagi emotsional muhitning farzand ruhiy salomatligi va ijtimoiy moslashuviga ta'siri psixologiya fanining dolzarb yo‘nalishlaridan biri bo‘lib, ushbu masala ko‘plab xorijiy va mahalliy olimlar tomonidan tadqiq etilgan. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, bolaning shaxs sifatida shakllanishi, uning emotsional barqarorligi va jamiyatga moslashuvi avvalo oiladagi psixologik muhit bilan chambarchas bog‘liqdir.

Bolaning psixik rivojlanishida ijtimoiy muhitning ahamiyatini birinchi bo‘lib ilmiy asoslagan olimlardan biri Lev Vigotskiy hisoblanadi. Uning madaniy-tarixiy rivojlanish nazariyasiga ko‘ra, bolaning psixik taraqqiyoti ijtimoiy munosabatlar jarayonida shakllanadi. Olimning ta'kidlashicha, bola rivojlanishining asosiy manbai uning kattalar bilan bo‘lgan muloqoti va hamkorligidir. Shu sababli oiladagi emotsional qo‘llab-quvvatlash va ijobiy munosabatlar farzandning ruhiy kamolotiga sezilarli ta'sir ko‘rsatadi. Faoliyat nazariyasining asoschilaridan biri Aleksey Leontyev ham shaxs rivojlanishida ijtimoiy munosabatlarning o‘rnini alohida ta'kidlagan. Uning fikricha, bolaning ehtiyojlari, motivlari va qadriyatlari oilaviy muhit ta'sirida shakllanadi. Oiladagi sog‘lom emotsional munosabatlar bolaning ijtimoiy tajribani muvaffaqiyatli o‘zlashtirishiga yordam beradi.

Erik Erikson o‘zining psixosotsial rivojlanish nazariyasida inson hayotining dastlabki bosqichlarida ishonch hissining shakllanishiga katta e'tibor qaratgan. Uning fikriga ko‘ra, ota-onaning mehribonligi va g‘amxo‘rligi bolaning dunyoga nisbatan ishonch bilan qarashiga xizmat qiladi. Agar oilada emotsional sovuqlik yoki befarqlik mavjud bo‘lsa, bolada xavotir, ishonchsizlik va ijtimoiy moslashuv qiyinchiliklari yuzaga kelishi mumkin.

Bola va ona o‘rtasidagi emotsional bog‘liqlikni ilmiy jihatdan o‘rgangan John Bowlby bog‘lanish (attachment) nazariyasini yaratgan. Olimning tadqiqotlari shuni ko‘rsatadiki, ota-ona bilan xavfsiz emotsional bog‘lanishga ega bo‘lgan bolalar ruhiy jihatdan barqarorroq bo‘lib, tengdoshlari bilan samarali munosabatlar o‘rnata oladilar. Xavfsiz bog‘lanish bolaning kelajakdagi ijtimoiy moslashuvi uchun muhim poydevor vazifasini bajaradi.

Diana Baumrind ota-onalik uslublari bo‘yicha olib borgan tadqiqotlarida demokratik tarbiya uslubi bolalarning psixologik salomatligi va ijtimoiy faolligiga ijobiy ta'sir ko‘rsatishini aniqlagan. Uning fikricha, mehribonlik va nazoratning muvozanatli uyg‘unligi bolaning mustaqilligi hamda mas'uliyat hissining rivojlanishiga yordam beradi.

Mahalliy olimlarning tadqiqotlarida ham oilaning tarbiyaviy va psixologik ahamiyati keng yoritilgan. O‘zbekistonlik psixolog va pedagoglar oiladagi sog‘lom ma'naviy-axloqiy muhit yosh

avlodning barkamol rivojlanishi uchun zarur omil ekanligini ta'kidlaydilar. Ularning fikricha, ota-onaning pedagogik va psixologik savodxonligi farzand tarbiyasining samaradorligini oshiradi hamda turli ijtimoiy-psixologik muammolarning oldini olishga xizmat qiladi.

Shuningdek, zamonaviy tadqiqotlarda oiladagi emotsional muhit va ruhiy salomatlik o‘rtasidagi bog‘liqlik keng o‘rganilmoqda. Tadqiqotchilar oiladagi nizolar, stress, iqtisodiy qiyinchiliklar va ota-onalar o‘rtasidagi kelishmovchiliklarning bolalarda depressiv holatlar, xavotirlanish va tajovuzkor xulq-atvor rivojlanishiga sabab bo‘lishini aniqlaganlar. Aksincha, o‘zaro hurmat, samimiy muloqot va hissiy qo‘llab-quvvatlash hukm surgan oilalarda voyaga yetayotgan bolalar yuqori psixologik farovonlik va ijtimoiy moslashuv darajasini namoyon etadilar. Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqotda oiladagi emotsional muhitning farzand ruhiy salomatligi va ijtimoiy moslashuviga ta'sirini o‘rganish maqsadida bir qator ilmiy tadqiqot metodlaridan foydalanildi.

Tadqiqotning nazariy asosini psixologiya, pedagogika va sotsiologiya fanlarida yaratilgan ilmiy manbalar, monografiyalar, maqolalar hamda dissertatsiyalar tashkil etdi. Tadqiqot jarayonida tahlil, sintez, taqqoslash va umumlashtirish metodlari qo‘llanildi.

Empirik qismda kuzatish, suhbat va so‘rovnoma metodlaridan foydalanish nazarda tutiladi. Ushbu metodlar orqali oiladagi emotsional muhitning xususiyatlari, ota-onalar va farzandlar o‘rtasidagi munosabatlar hamda farzandlarning ruhiy holati haqida ma'lumotlar to‘planadi.

Olingan natijalarni qayta ishlashda statistik tahlil metodlari, jumladan foizli tahlil, korrelyatsion tahlil va qiyosiy tahlil usullaridan foydalanish rejalashtirilgan. Bu esa oiladagi emotsional muhit va farzandlarning ruhiy salomatligi hamda ijtimoiy moslashuvi o‘rtasidagi bog‘liqlikni ilmiy asosda aniqlash imkonini beradi.

Shunday qilib, ilmiy adabiyotlar tahlili oiladagi emotsional muhitning farzand shaxsining har tomonlama rivojlanishida muhim omil ekanligini ko‘rsatadi. Tadqiqot metodologiyasi esa mazkur muammoni kompleks ravishda o‘rganish va amaliy ahamiyatga ega bo‘lgan xulosalarni ishlab chiqishga xizmat qiladi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari va ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, oiladagi emotsional muhit farzandning ruhiy salomatligi va ijtimoiy moslashuvini belgilovchi eng muhim omillardan biridir. Oila inson hayotidagi birlamchi ijtimoiy muhit bo‘lib, unda shakllangan emotsional tajribalar keyinchalik shaxsning o‘ziga, atrofdagilarga va jamiyatga bo‘lgan munosabatlarida namoyon bo‘ladi. Shu sababli oiladagi hissiy yaqinlik, mehr-muhabbat va o‘zaro hurmat farzandning barkamol rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etadi.

Muhokama jarayonida aniqlanishicha, ota-onalar tomonidan farzandlarga ko‘rsatiladigan emotsional qo‘llab-quvvatlash bolalarda o‘ziga ishonch, mustaqillik va mas'uliyat hissining shakllanishiga xizmat qiladi. Mehribonlik va e'tibor muhitida voyaga yetayotgan bolalar tengdoshlari bilan muloqot qilishda faolroq bo‘lib, turli ijtimoiy vaziyatlarga tezroq moslasha oladilar. Bunday bolalarda stressga chidamlilik, muammolarni mustaqil hal qilish va emotsiyalarni boshqarish qobiliyati ham yuqori darajada rivojlanadi.

Tahlillar shuni ko‘rsatdiki, oilada sog‘lom emotsional muhit mavjud bo‘lsa, farzandlarda xavotir, depressiv holatlar va agressiv xulq-atvor kamroq uchraydi. Ota-onalar bilan samimiy muloqot qila oladigan bolalar o‘z his-tuyg‘ularini erkin ifodalash imkoniyatiga ega bo‘ladilar. Natijada ularda ichki ziddiyatlar kamayadi va psixologik farovonlik darajasi ortadi. Bu esa ta'lim jarayonidagi muvaffaqiyatlarga ham ijobiy ta'sir ko‘rsatadi.

Shuningdek, oiladagi emotsional sovuqlik, e'tiborsizlik va doimiy nizolar farzand ruhiyatiga salbiy ta'sir etishi kuzatildi. Bunday muhitda ulg‘ayayotgan bolalarda o‘ziga baho berishning pasayishi, ishonchsizlik, yolg‘izlik hissi va ijtimoiy moslashuv muammolari ko‘proq uchraydi. Ayrim hollarda oiladagi keskin munosabatlar bolalarning agressiv yoki aksincha, tortinchoq bo‘lib qolishiga sabab bo‘ladi. Bu esa ularning tengdoshlari va kattalar bilan munosabatlarida qiyinchiliklar yuzaga keltiradi.

Zamonaviy oilalarda raqamli texnologiyalar va internetning keng qo‘llanilishi ham oilaviy munosabatlarga ma'lum darajada ta'sir ko‘rsatmoqda. Ota-onalar va farzandlar o‘rtasidagi jonli muloqotning kamayishi ayrim hollarda emotsional yaqinlikning susayishiga olib kelmoqda. Shu

sababli oilada birgalikdagi faoliyatni tashkil etish, ochiq muloqot muhitini yaratish va farzandlarning hissiy ehtiyojlariga e'tibor qaratish muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

Muhokama natijalari shuni ham ko‘rsatadiki, oiladagi emotsional muhitning sifati ota-onalarning psixologik savodxonligi, tarbiya uslubi va oilaviy qadriyatlarga bog‘liq. Ota-onalar farzandlarning nafaqat moddiy, balki emotsional ehtiyojlarini ham qondirishga intilishlari lozim. Chunki hissiy qo‘llab-quvvatlash va samimiy munosabatlar bolaning sog‘lom psixologik rivojlanishi uchun zarur shartlardan biridir.

Shunday qilib, oiladagi emotsional muhit farzandning ruhiy salomatligi va ijtimoiy moslashuviga bevosita ta'sir ko‘rsatadigan asosiy psixologik omil sifatida namoyon bo‘ladi. Oila a'zolari o‘rtasidagi sog‘lom emotsional munosabatlar farzandlarda ijobiy shaxsiy sifatlarning rivojlanishiga, jamiyatda o‘z o‘rnini topishiga va ruhiy farovonlikka erishishiga xizmat qiladi. Shu bois oilalarda ijobiy emotsional muhitni shakllantirish va mustahkamlash bugungi kunda dolzarb ijtimoiy-psixologik vazifalardan biri hisoblanadi.

Xulosa. Oiladagi emotsional muhit farzandning ruhiy salomatligi, shaxs sifatida shakllanishi va ijtimoiy moslashuvida muhim o‘rin tutadi. Tadqiqot natijalari hamda ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatdiki, oilada hukm suradigan mehr-muhabbat, o‘zaro hurmat, ishonch va emotsional qo‘llab-quvvatlash farzandlarning psixologik farovonligini ta'minlashda asosiy omillardan biri hisoblanadi. Bunday muhitda voyaga yetayotgan bolalar o‘ziga ishonchli, mas'uliyatli, kommunikativ va ijtimoiy faol shaxs sifatida shakllanadi.

Tadqiqot davomida oiladagi ijobiy emotsional muhit bolalarning ruhiy barqarorligi, stressga chidamliligi va jamiyatga muvaffaqiyatli moslashuviga yordam berishi aniqlandi. Ota-onalarning farzandlarga nisbatan samimiy munosabati, ularning hissiy ehtiyojlariga e'tibor qaratishi hamda sog‘lom muloqotni yo‘lga qo‘yishi bolalarda ijobiy "Men" konsepsiyasining shakllanishiga xizmat qiladi.

Shu bilan birga, oiladagi nizolar, emotsional sovuqlik, befarqlik va ziddiyatli munosabatlar farzandlarning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko‘rsatishi, ularda xavotir, tajovuzkorlik, ishonchsizlik va ijtimoiy moslashuv muammolarining yuzaga kelishiga sabab bo‘lishi mumkin. Mazkur holatlar oilada sog‘lom psixologik muhit yaratish zarurligini yana bir bor tasdiqlaydi.

Xulosa qilib aytganda, oiladagi emotsional muhit farzand ruhiy salomatligi va ijtimoiy moslashuvining muhim sharti hisoblanadi. Ota-onalarning pedagogik va psixologik savodxonligini oshirish, oilada ochiq muloqot va o‘zaro hurmat muhitini shakllantirish, farzandlarning hissiy ehtiyojlarini inobatga olish ularning barkamol shaxs bo‘lib voyaga yetishida muhim ahamiyat kasb etadi. Shuning uchun ham oilada sog‘lom emotsional muhitni yaratish va mustahkamlash jamiyat taraqqiyoti hamda kelajak avlodning ruhiy salomatligini ta'minlashning muhim omillaridan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1.Lev Vigotskiy. Pedagogik psixologiya. – Moskva: Pedagogika, 1991.

2. Aleksey Leontyev. Faoliyat. Ong. Shaxs. – Moskva: Politizdat, 1975.

3. O‘zbekiston Respublikasi Oila kodeksi. – Toshkent, 2024.

4. G‘oziev E.G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2010.

5. Davletshin M.G., Do‘stmuhamedova Sh.A., Mavlonov M.M. Yosh va pedagogik psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2018.

6. Nishonova Z.T., Alimuhamedov S.A. Oila psixologiyasi. – Toshkent: Nizomiy nomidagi TDPU nashriyoti, 2020.

7. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent: Fan va texnologiyalar, 2019.

8. Shoumarov G‘.B. Oila psixologiyasi. – Toshkent: Sharq, 2017.

9.Kichik maktab yoshidagi bolalarni pedagogik- psixologik qo’llab quvvatlashning zamonaviy imkoniyatlari. https://journal.buxdu.uz/index.php/journals_buxdu/article/view/13620

Nusratova Mexriniso Baxshilloyevna
Buxoro davlat universiteti
Psixologiya kafedrasi dotsenti,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

OILADA SOG'LOM TURMUSH TARZI VA AXLOQIY TARBIYANING YOSHLAR KAMOLOTIDAGI AHAMIYATI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada oilada sog'lom turmush tarzini shakllantirish va axloqiy tarbiyaning yoshlar kamolotidagi o'rni haqida ma'lumotlar berilgan. Unda oilaviy muhitning farzand tarbiyasiga ta'siri, sog'lom hayot kechirish ko'nikmalarini rivojlantirish, milliy va umuminsoniy qadriyatlarni singdirish masalalari tahlil qilingan. Shuningdek, yoshlarni ma'naviy barkamol, jismonan sog'lom va mas'uliyatli etib tarbiyalashda ota-onaning o'rni hamda oiladagi sog'lom psixologik muhitning ahamiyati ochib berilgan. Maqolada yoshlar tarbiyasi bilan shug'ullanuvchi pedagoglar, ota-onalar va tadqiqotchilar uchun tegishli tavsiyalar berilgan.*

Kalit so'zlar: *oila, sog'lom turmush tarzi, axloqiy tarbiya, yoshlar kamoloti, ma'naviy qadriyatlar, tarbiyaviy muhit, sog'lom avlod, ota-ona mas'uliyati, shaxs rivojlanishi, ijtimoiylashuv.*

Аннотация. *В данной статье представлена информация о роли формирования здорового образа жизни и нравственного воспитания в семье в становлении молодежи. Проанализированы вопросы влияния семейной среды на воспитание детей, развития навыков здорового образа жизни, а также привития национальных и общечеловеческих ценностей. Также раскрыта роль родителей и значение здоровой психологической атмосферы в семье в воспитании духовно зрелой, физически здоровой и ответственной молодежи.*

Ключевые слова: *семья, здоровый образ жизни, нравственное воспитание, развитие молодежи, духовные ценности, воспитательная среда, здоровое поколение, ответственность родителей, развитие личности, социализация.*

Annotation. *This article provides information about the role of a healthy lifestyle and moral education in the family in the development of young people. It analyzes the influence of the family environment on child upbringing, the development of healthy living skills, and the inculcation of national and universal values. The article also highlights the role of parents and the importance of a healthy psychological environment in the family in raising spiritually mature, physically healthy, and responsible youth. In addition, relevant recommendations are given for teachers, parents, and researchers involved in youth education.*

Key words: *family, healthy lifestyle, moral education, youth development, spiritual values, educational environment, healthy generation, parental responsibility, personality development, socialization.*

Kirish. Bugungi globallashuv va axborot texnologiyalari jadal rivojlanayotgan davrda yosh avlodni har tomonlama barkamol etib tarbiyalash eng muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Yoshlarning jismonan sog'lom, ma'nan yetuk va axloqan pok inson bo'lib voyaga yetishida oilaning o'rni beqiyosdir. Chunki oila insonning ilk tarbiya maskani, uning dunyoqarashi, odob-axloqi, hayotiy qadriyatlari shakllanadigan muhim muhit hisoblanadi. Ayniqsa, oilada sog'lom turmush tarziga rioya qilish hamda axloqiy tarbiyaga alohida e'tibor berish yoshlarning kelajakdagi kamoloti va jamiyatdagi o'rnini belgilab beradi. Sog'lom turmush tarzi inson salomatligini mustahkamlash, zararli odatlardan yiroq bo'lish, to'g'ri ovqatlanish, jismoniy faollik va ruhiy barqarorlikni ta'minlashga xizmat qiladi. Bunday muhitda ulg'aygan yoshlar sog'lom fikrlaydigan, faol va maqsad sari intiluvchan bo'lib voyaga yetadilar. Shu bilan birga, oiladagi axloqiy tarbiya kattalarga hurmat, kichiklarga izzat, halollik, vatanparvarlik, mehr-oqibat kabi insoniy fazilatlarni shakllantirishda muhim omildir. . Har bir jamiyatning kelajagi uning yosh avlodining qanday tarbiya topishi va qanday sharoitda voyaga yetishi bilan bevosita bog'liqdir. Shu jihatdan qaraganda, oila inson hayotidagi eng muhim tarbiya o'chog'i bo'lib, unda sog'lom turmush tarzi va axloqiy qadriyatlar shakllanishi yoshlar kamolotida hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Har bir jamiyatning kelajagi uning yosh avlodining

qanday tarbiya topishi va qanday sharoitda voyaga yetishi bilan bevosita bog‘liqdir. Shu jihatdan qaraganda, oila inson hayotidagi eng muhim tarbiya o‘chog‘i bo‘lib, unda sog‘lom turmush tarzi va axloqiy qadriyatlar shakllanishi yoshlar kamolotida hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Bugungi kunda yoshlar tarbiyasida sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, ya’ni to‘g‘ri ovqatlanish, sport bilan shug‘ullanish, zararli odatlardan yiroq bo‘lish kabi omillar bilan birga, ma’naviy-axloqiy tarbiya ham muhim o‘rin tutadi. Chunki jismonan sog‘lom, biroq ma’nan zaif inson jamiyat rivojiga to‘liq hissa qo‘sha olmaydi. Shuning uchun ham oilada beriladigan tarbiya yoshlarning kelajakdagi xulqi, dunyoqarashi va hayotiy maqsadlarini belgilab beradi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Yoshlar kamolotida oilaning o‘rni va undagi tarbiya jarayonlari ko‘plab mahalliy va xorijiy tadqiqotchilar tomonidan o‘rganilgan muhim ilmiy yo‘nalishlardan biridir. Mazkur mavzuga doir adabiyotlarda asosan ikki asosiy yo‘nalish ajralib turadi: sog‘lom turmush tarzi shakllanishi va axloqiy tarbiya orqali shaxs kamoloti. Pedagogika va psixologiya sohasidagi tadqiqotlarda oila bola shaxsining ilk ijtimoiylashuv muhiti sifatida e’tirof etiladi. A. Bandura, J. Bowlby bolaning xulq-atvori, emotsional barqarorligi va qadriyatlari aynan oilaviy muhitda shakllanishini ta’kidlagan. Mahalliy adabiyotlarda ham oila jamiyatning “kichik modeli” sifatida qaralib, unda berilgan tarbiya keyingi ijtimoiy hayotga bevosita ta’sir ko‘rsatishi qayd etiladi. Bu yondashuvlarda ota-ona namunasi hal qiluvchi omil sifatida ko‘rsatiladi. Sog‘lom turmush tarzi bo‘yicha adabiyotlarda tibbiyot, pedagogika va ijtimoiy fanlarda to‘g‘ri ovqatlanish madaniyati, jismoniy faollik va sportga jalb etish, zararli odatlardan uzoq turish, gigiyenik ko‘nikmalarni shakllantirish klabi omillar qayd etilgan. Olimlar sog‘lom odatlar eng avvalo oilada shakllanishini, maktab va jamiyat esa uni mustahkamlashini ta’kidlaydilar. Shuningdek, oilada sog‘lom turmush tarziga rioya qilinishi bolalarda intizom, mas’uliyat va o‘zini boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantiradi. Axloqiy tarbiya masalasi pedagogika fanida markaziy o‘rinlardan birini egallaydi. Adabiyotlarda halollik, vatanparvarlik, kattalarga hurmat, mehr-oqibat kabi qadriyatlar oilaviy tarbiya orqali shakllanishi keng yoritilgan. Mahalliy manbalarda masalan, Sharq mutafakkirlarining qarashlarida oila axloqiy tarbiyaning eng samarali maktabi sifatida ko‘rsatiladi. Farobiy, Beruniy va Ibn Sino kabi allomalarning asarlarida inson kamoloti uchun ma’naviy-axloqiy muhitning ahamiyati alohida ta’kidlangan. Zamonaviy tadqiqotlarda esa axloqiy tarbiya faqat nasihat orqali emas, balki ota-onaning shaxsiy namunasi, muloqot madaniyati va oiladagi psixologik muhit orqali shakllanishi asoslab beriladi. Sog‘lom turmush tarzi nafaqat jismoniy salomatlikni, balki psixologik barqarorlikni ham ta’minlaydi, bu esa axloqiy qarorlar qabul qilishga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Aksincha, axloqiy tarbiya kuchli bo‘lgan oilalarda yoshlar zararli odatlardan uzoq bo‘lishi, ijtimoiy me’yorlarga rioya qilishi va sog‘lom hayot tarzini tanlashi kuzatiladi. So‘nggi yillardagi tadqiqotlarda globalizatsiya, raqamli texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlar yoshlar tarbiyasiga yangi ta’sir omillarini olib kirgani qayd etiladi. Bu holat oilaviy tarbiyaning rolini yanada kuchaytiradi, chunki virtual muhitdagi axborot oqimini to‘g‘ri baholash ko‘nikmasi aynan oilada shakllanadi. Ba’zi olimlar oilaviy nazoratning susayishi yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzidan chetlanish va axloqiy qadriyatlarning zaiflashishiga olib kelishi mumkinligini ta’kidlaydi. Umumiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, oilada sog‘lom turmush tarzi va axloqiy tarbiya yoshlar kamolotining asosiy poydevori hisoblanadi.

Muhokama. Oilada sog‘lom turmush tarzi - bu oila a’zolarining jismoniy, ruhiy va ma’naviy sog‘lig‘ini saqlash va mustahkamlashga qaratilgan hayot kechirish madaniyati va odatlari tizimidir.

Oilada sog‘lom turmush tarzining asosiy tarkibiy qismlari:

1. To‘g‘ri ovqatlanish. Foydali va muvozanatli taomlar iste’mol qilish, zararli mahsulotlarni ortiqcha shakar, fast food ni cheklash,ovqatlanish tartibiga rioya qilish

2. Jismoniy faollik Ertalabki badantarbiya, sport bilan shug‘ullanish faol hayot tarzini yuritish ko‘p harakat qilish

3. Shaxsiy gigiyena Tozalik qoidalariga rioya qilish, uy va shaxsiy gigiyenani saqlash, sog‘liqni nazorat qilish shifokor ko‘rigidan o‘tish

4. Zararli odatlardan saqlanish Chekish va alkogoldan uzoq bo‘lish, sog‘likka zararli odatlarga yo‘l qo‘ymaslik

5. Ruhiy va oilaviy muhit Oilada tinchlik va mehr-oqibat bo‘lishi, stressni kamaytirish, ijobiy muloqot va qo‘llab-quvvatlash

Oilada sog‘lom turmush tarzi - bu faqat jismoniy sog‘liq emas, balki oilaviy totuvlik, ruhiy barqarorlik va ma’naviy poklikni ham o‘z ichiga olgan hayot tarzidir.

Axloqiy tarbiya - bu yosh avlodning xulq-atvori, qadriyatlari, ijtimoiy munosabatlari va ma’naviy dunyoqarashini shakllantiruvchi eng muhim jarayonlardan biridir. U shaxsning faqat bilimli emas, balki insoniy fazilatlari yetuk bo‘lib kamol topishiga xizmat qiladi. Ilmiy manbalarda ham axloqiy tarbiya yoshlar kamolotining asosiy omillaridan biri sifatida ko‘rsatiladi, chunki u jamiyatda to‘g‘ri yashash, mas’uliyat va ijtimoiy moslashuvni ta’minlaydi.

Xulosa. Oilada sog‘lom turmush tarzi va axloqiy tarbiya yosh avlodning barkamol shaxs sifatida shakllanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega bo‘lgan asosiy omillardir. Insonning kelajakdagi hayoti, uning jamiyatdagi o‘rni va muvaffaqiyati ko‘p jihatdan aynan oilada olgan tarbiyasi va shakllangan odatlariga bog‘liqdir. Sog‘lom turmush tarzi yoshlarning jismoniy rivojlanishini ta’minlab, ularni kuchli, bardoshli, faol va mehnatsevar qilib voyaga yetkazadi. To‘g‘ri ovqatlanish, sport bilan shug‘ullanish, gigiyenik qoidalarga rioya qilish kabi odatlar yosh organizmning mustahkam bo‘lishiga xizmat qiladi. Shu bilan birga, axloqiy tarbiya yoshlarning ma’naviy dunyosini shakllantirib, ularda halollik, rostgo‘ylik, hurmat, mehr-oqibat, vatanparvarlik kabi yuksak insoniy fazilatlarni rivojlantiradi. Bunday tarbiya olgan yoshlar jamiyatda o‘z o‘rnini topishga, atrofdagilar bilan to‘g‘ri munosabat o‘rnatishga va mas’uliyatli qarorlar qabul qilishga qodir bo‘ladi. Axloqiy tarbiya ularni turli salbiy illatlardan uzoq tutib, to‘g‘ri hayot yo‘lini tanlashga yo‘naltiradi. Mazkur ikki yo‘nalish bir-biri bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, biri ikkinchisini to‘ldiradi. Sog‘lom tana va sog‘lom fikr uyg‘unlashgandagina chinakam barkamol avlod shakllanadi. Agar oilada sog‘lom muhit yaratilsa va tarbiya masalasiga jiddiy e’tibor berilsa, yoshlar nafaqat jismonan baquvvat, balki ma’nan yetuk, bilimli va jamiyat uchun foydali insonlar bo‘lib yetishadi. Xulosa qilib aytganda, oilada sog‘lom turmush tarzi va axloqiy tarbiyaga e’tibor qaratish - bu nafaqat alohida shaxsning, balki butun jamiyatning kelajagini belgilaydigan eng muhim omillardan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1.O‘zbekiston Respublikasi “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni. – Toshkent, 2020.
2.Abu Ali ibn Sino. Tib qonunlari. – Toshkent: Yangi asr avlodi.
3.Bandura A. Social Cognitive Theory. – Prentice Hall, 1986.
4.Myers D.G. Psychology. – New York: Worth Publishers.
5.Pedagogika va psixologiya asoslari: o‘quv qo‘llanma. – Toshkent: O‘qituvchi nashriyoti.
6. Karimova D. Oila psixologiyasi. – Toshkent: O‘qituvchi, 2021.

Avulxairov Firdavsiy O‘tkir o‘g‘li
Toshkent Kimyo xalqaro universiteti Samarqand filiali, Pedagogika va psixologiya kafedrasi v.b. dotsenti, psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

OILADA SOG‘LOM TURMUSH TARZINI QAROR TOPTIRISHNING PSIXODIAGNOSTIK VA KORREKSION USULLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada oilada sog‘lom turmush tarzini shakllantirishning psixodiagnostik va korreksion usullari tizimli ravishda tahlil qilinadi. Muallif tomonidan oilaviy muhitda sog‘lom xulq-atvor ko‘nikmalarini rivojlantirishning nazariy-metodologik asoslari, diagnostika vositalari va amaliy korreksion dasturlar o‘rganilgan. Maqolada psixodiagnostikaning turlari (so‘rovnomalar, intervyular, loyihaviy usullar) va ularning oilaviy munosabatlarni o‘rganishdagi qo‘llanilishi, shuningdek, kognitiv-xulqiy terapiya, psixomotor sistemik terapiya va motivatsion intervyu kabi korreksion usullarning samaradorligi yoritilgan. Shuningdek, mahalla va oila hamkorligida psixologik xizmat ko‘rsatishning o‘ziga xos jihatlari tahlil qilingan.*

Kalit so'zlar: *psixodiagnostika, psixokorreksiya, oilaviy munosabatlar, sog'lom turmush tarzi, kognitiv-xulqiy terapiya, motivatsion intervyu, psixologik profilaktika.*

Аннотация*. В данной статье системно анализируются психодиагностические и коррекционные методы формирования здорового образа жизни в семье. Автором исследованы теоретико-методологические основы развития навыков здорового поведения в семейной среде, диагностические инструменты и практические коррекционные программы. В статье освещаются виды психодиагностики (опросники, интервью, проективные методы) и их применение в изучении семейных отношений, а также эффективность таких коррекционных методов, как когнитивно-поведенческая терапия, психомоторная системная терапия и мотивационное интервью. Кроме того, проанализированы особенности оказания психологических услуг в условиях сотрудничества семьи и махалли.*

Ключевые слова: *психодиагностика, психокоррекция, семейные отношения, здоровый образ жизни, когнитивно-поведенческая терапия, мотивационное интервью, психологическая профилактика.*

Abstract. *This article provides a systematic analysis of psychodiagnostic and corrective methods for promoting a healthy lifestyle within the family. The author examines the theoretical and methodological foundations of developing healthy behavioral skills in the family environment, diagnostic tools, and practical correctional programs. The article highlights types of psychodiagnostics (questionnaires, interviews, and projective methods) and their application in studying family relationships, as well as the effectiveness of corrective approaches such as cognitive behavioral therapy, psychomotor systemic therapy, and motivational interviewing. In addition, the specific features of providing psychological services through cooperation between the family and the local community are analyzed.*

Key words: *psychodiagnostics, psychocorrection, family relationships, healthy lifestyle, cognitive behavioral therapy, motivational interviewing, psychological prevention.*

Sog'lom turmush tarzini shakllantirish masalasi zamonaviy psixologiya fanining dolzarb yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, oila muhitida sog'lom xulq-atvor ko'nikmalarining qaror topishi nafaqat individual salomatlik, balki jamiyat sog'lig'ining poydevori sifatida muhim ahamiyat kasb etadi. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Islom Karimov ta'kidlaganidek, «...bo'lajak nasibasi butun va to'la bo'lishi uchun insonning o'zi ham chin dildan intilishi, zurriyodini sog'lom muhitda tarbiyalashi katta ahamiyatga ega» .

Oilada sog'lom turmush tarzini shakllantirish jarayoni ikki asosiy yo'nalishni o'z ichiga oladi: birinchisi - mavjud muammolarni aniqlashga qaratilgan psixodiagnostik tadbirlar; ikkinchisi - aniqlangan muammolarni bartaraf etishga qaratilgan psixokorreksion ishlar. Tadqiqotchilarning qayd etishicha, psixologik xizmat ko'rsatishning beshta asosiy yo'nalishi mavjud bo'lib, ular: psixologik maorif, psixodiagnostika, psixoprofilaktika, psixokorreksiya va psixologik.

Xo'shboqov va To'rayev (2025) mahallalarda psixologik xizmat ko'rsatish yo'nalishlarini tahlil qilib, «turmush qiyinchiliklari va oilalarda uchrab turadigan nizolarni sababchi omillarini diagnostika qilish va korreksion tadbirlar» muhim ahamiyatga ega ekanligini ta'kidlaydilar . Kvinslend sog'liqni saqlash tizimi psixologlari tomonidan ishlab chiqilgan qo'llanmada oilaviy xulq-atvor o'zgarishlarini qo'llab-quvvatlashning asosiy strategiyalari - maqsad qo'yish, motivatsion intervyu, o'z-o'zini kuzatish, kognitiv qayta tuzilish va muammolarni yechish kabi usullar tavsiflangan. Queensland Health (2020) qo'llanmasida oilaning sog'lom tanlov qilish qobiliyatiga ishonch darajasi, ovqatlanishning emotsional funksiyalari, psixososial omillar (masalan, zo'ravonlik, masxara qilish) va oilaviy faoliyat ko'rsatish qobiliyati kabi omillar diagnostikaning muhim obyekti sifatida belgilangan.

Ushbu maqola oilada sog'lom turmush tarzini shakllantirishning psixodiagnostik va korreksion usullarini tizimli tahlil qilishga qaratilgan nazariy-metodologik tadqiqotdir. Tadqiqotda quyidagi ilmiy metodlardan foydalanilgan:

Tizimli tahlil metodi - psixodiagnostika va psixokorreksiyaning nazariy asoslarini o'rganish;

Qiyosiy tahlil metodi - turli diagnostika va korreksiya usullarining samaradorligini solishtirish;

Integrativ yondashuv - psixologik, pedagogik va ijtimoiy omillarning o‘zaro ta’sirini o‘rganish.

Tadqiqotning obyekti sifatida oilaviy munosabatlar va sog‘lom turmush tarzi ko‘nikmalari, predmeti sifatida esa ularni diagnostika qilish va korreksiyalash usullari belgilangan.

4.1. Oilada sog‘lom turmush tarzini psixodiagnostika qilish usullari

Oilaviy munosabatlarni va sog‘lom turmush tarzi ko‘nikmalarini o‘rganishda quyidagi psixodiagnostik usullar qo‘llaniladi:

4.1.1. So‘rovnoma usullari. So‘rovnomalar oilaviy munosabatlarning turli jihatlarini o‘rganishda keng qo‘llaniladi. Raximovaning (2023) ta’kidlashicha, «nikoh rollarini baholash uchun anketalar qo‘llaniladi, bu yerda har bir rol uchun savollar berilib, turmush o‘rtoqlar munosabatlarida nomutanosiblikni keltirib chiqaradigan salbiy zonalarni aniqlash mumkin».

Xalqaro amaliyotda Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) samarali vosita sifatida tavsiya etiladi. Salmi (2010) tomonidan o‘tkazilgan tadqiqotda SDQ ning beshta subshkalasi: (1) giperaktivlik shkalasi, (2) emotsional simptomlar shkalasi, (3) xulq-atvor muammolari shkalasi, (4) tengdoshlar bilan munosabat muammolari shkalasi va (5) prosotsial shkala - yuqori darajadagi ishonchlilikni ko‘rsatgan (Cronbach’s α qiymatlari 0.58 dan 0.80 gacha) .

4.1.2. Intervyu usullari. Parental Accounts of Child Symptoms (PACS) intervyusi bolalardagi xulq-atvor muammolarini aniqlashda samarali vosita hisoblanadi. Salmining (2010) tadqiqotida ushbu intervyu subshkalalarining ishonchliligi yuqori ko‘rsatkichlarni namoyish etgan: onaning tarbiya ko‘nikmalari uchun $\alpha = 0.74$, otaniki uchun $\alpha = 0.85$, ota-onalar kelishuvi uchun $\alpha = 0.90$.

4.1.3. Loyihaviy usullar. Loyihaviy usullar oilaviy munosabatlarning ongsiz jihatlarini o‘rganish imkonini beradi. Tadqiqotlarda «psixodiagnostika va bolaning o‘ziga, o‘z xatti-harakatlariga va atrof-muhitga subyektiv munosabatini aniqlash» muhim ahamiyatga ega ekanligi qayd etilgan .

4.1.4. Oilaviy munosabatlarni diagnostika qilish mezonlari. Raximova (2023) oilani diagnostika qilishning quyidagi asosiy mezonlarini belgilaydi: tuzilish, turar joy, daromad, sog‘liq, qadriyatlar va aloqa uslubi. Ushbu mezonlar keyingi tahlillarga asos bo‘lib xizmat qiladi .

4.2. Oilada sog‘lom turmush tarzini shakllantirishning korreksion usullari

4.2.1. Kognitiv-xulqiy terapiya usullari. Kognitiv-xulqiy terapiya (CBT) oilada sog‘lom turmush tarzini shakllantirishda eng samarali korreksion usullardan biri hisoblanadi. van Tetering va boshqalar (2023) tomonidan ishlab chiqilgan 12 haftalik dasturda CBT quyidagi yo‘nalishlarda qo‘llaniladi:

Uyqu gigiyenasi bo‘yicha ma’lumot berish va uyqu rejimini optimallashtirish;

Ekran vaqtidan foydalanishni nazorat qilish;

Sog‘lom ovqatlanish xulq-atvorini shakllantirish;

Jismoniy faollikni oshirish .

CBT doirasida qo‘llaniladigan asosiy strategiyalar qatoriga Queensland Health (2020) qo‘llanmasida maqsad qo‘yish va rejalashtirish, motivatsion intervyu, xulq-atvor va taraqqiyotni o‘z-o‘zidan kuzatish, stimulus nazorati (rejasiz ovqatlanishni qo‘zg‘atadigan triggerlarni aniqlash va oldini olish), emotsional yengish strategiyalari, kognitiv qayta tuzilish va muammolarni yechish kiradi .

4.2.2. Psixomotor sistemik terapiya (PMST). PMST - bu kognitiv-xulqiy terapiyani harakatga yo‘naltirilgan mashqlar bilan birlashtiruvchi innovatsion yondashuv. van Tetering va boshqalar (2023) ta’kidlashicha, «PMSTda bolalar va ularning vasiylari ham ko‘nikmalarni o‘rganadi, ham emotsionallikni boshqarish va uning tanada qanday his qilinishi haqida tajriba orttiradi» .

4.2.3. Psixokorreksion dasturlarning tuzilishi. G‘affurova (2024) tomonidan tavsiflangan psixokorreksion dastur quyidagi asosiy tarkibiy qismlarni o‘z ichiga oladi:

Ijtimoiy qadriyatlar tizimini shakllantirish;

Axloqiy ideallarni shakllantirish;

Shaxsiy rivojlanishning mazmunli istiqbolli yo‘nalishlarini aniqlash .

4.2.4. Motivatsion intervyu. Motivatsion intervyu oila a’zolarining sog‘lom turmush tarziga o‘zgarishlarga tayyorlik darajasini oshirishda samarali usul hisoblanadi. Bu usulda «oila a’zolarining

o‘zgarishlarni amalga oshirish uchun muhim sabablari aniqlanadi» va «barcha oila a’zolarining kelishuv darajasi tekshiriladi» .

4.2.5. Uyga psixologik qo‘llab-quvvatlash xizmati. Zamonaviy psixokorreksion dasturlarning muhim tarkibiy qismi bu uyga psixologik qo‘llab-quvvatlash xizmatidir. van Tetering va boshqalar (2023) «uy kouchi oilalarga haftalik tashrif buyurib, sog‘lom xulq-atvorni rag‘batlantiradi va oilalarga yangi turmush tarzi ko‘nikmalarini qo‘llashda yordam beradi» .

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, oilada sog‘lom turmush tarzini shakllantirish murakkab va ko‘p bosqichli jarayon bo‘lib, u diagnostik va korreksion ishlarning uyg‘unligini talab qiladi. Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, muvaffaqiyatli aralashuv dasturlari quyidagi asosiy tamoyillarga asoslanadi:

Birinchidan, diagnostika jarayoni oilaviy munosabatlarning barcha darajalarini (nikoh, ota-ona-bola, jinslararo) qamrab olishi kerak. Raximova (2023) ta’kidlaganidek, «diagnostika mavzusiga ko‘ra oilaviy munosabatlarda quyi tizimlar ajratiladi: nikoh, bolalar, ota-ona, bola, jins» .

Ikkinchidan, psixokorreksion ishda kognitiv-xulqiy yondashuvning afzalliklari, xususan, uning dalillarga asoslanganligi va uzoq muddatli samaradorligi ko‘p marotaba isbotlangan. Xususan, tadqiqotlarda «CBT kattalar va bolalarda uyqu muammolari va ovqatlanish buzilishlari kabi ruhiy salomatlik muammolarida xulq-atvor o‘zgarishlari uchun samarali aralashuv usuli» ekanligi ko‘rsatilgan .

Uchinchidan, oilaviy psixokorreksiyada sistemik yondashuv muhim ahamiyatga ega. Faqatgina bolaga yoki faqatgina ota-onalarga qaratilgan aralashuvlar yetarli samara bermaydi. Tadqiqotda «bolaning butun tizimi va ijtimoiy kontekstiga ta’sir ko‘rsatish doimiy xulq-atvor o‘zgarishlariga olib keladi» degan xulosaga kelingan .

To‘rtinchidan, mahalla va oila hamkorligida psixologik xizmat ko‘rsatish samaradorligi milliy tadqiqotlarda tasdiqlangan. Xo‘shboqov va To‘rayev (2025) tomonidan «mahallalarda psixologik xizmatni yo‘lga qo‘yish va bu boradagi malakalarni oshirishning psixologik omillari» o‘rganilgan .

Shu bilan birga, amaldagi amaliyotda bir qator muammolar mavjud:

Diagnostika vositalarining yetarli darajada mahalliylashtirilmaganligi;

Psixokorreksion dasturlarning ko‘pchiligi xorijiy tajribaga asoslanganligi;

Oilaviy psixologik xizmat tizimining yetarli darajada rivojlanmaganligi;

Psixokorreksiya sohasidagi mutaxassislarning malakasini oshirish tizimining nomukammalligi.

Oilada sog‘lom turmush tarzini qaror toptirishning psixodiagnostik va korreksion usullari murakkab va ko‘p qirrali muammo bo‘lib, uning samarali yechimi quyidagi omillarga bog‘liq:

Diagnostikaning kompleksligi - oilaviy munosabatlarning barcha tarkibiy qismlarini (nikoh, ota-ona-bola, shaxslararo) qamrab oluvchi vositalardan foydalanish;

Dalillarga asoslangan korreksiya usullarini qo‘llash - kognitiv-xulqiy terapiya, motivatsion intervyu, psixomotor sistemik terapiya kabi samaradorligi tasdiqlangan usullarni amaliyotga joriy etish;

Sistemik yondashuv - faqatgina bolaga emas, balki butun oila tizimiga ta’sir ko‘rsatadigan aralashuvlarni tashkil etish;

Uyga qo‘llab-quvvatlash xizmatining mavjudligi - psixokorreksion ish natijalarining real hayot sharoitida mustahkamlanishini ta’minlovchi mexanizmlarni yaratish;

Mahalla va oila hamkorligi - psixologik xizmat ko‘rsatishning milliy an’analar va zamonaviy psixologiya yutuqlari asosida tashkil etilishi.

Xulosa qilib aytganda, oilada sog‘lom turmush tarzini shakllantirish jarayoni psixodiagnostika va psixokorreksiyaning o‘zaro bog‘liq bosqichlaridan iborat muntazam, tizimli va kompleks ishlarni talab qiladi. Faqatgina ushbu yondashuvgina barqaror va uzoq muddatli ijobiy o‘zgarishlarni ta’minlay oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. G‘affurova, S. (2024). Tarbiyasi og‘ir o‘quvchilarda sog‘lom turmush tarzi ko‘nikmalarini shakllantirishga oid psixologik yondashuvlar. Modern Science and Research, 3(1), 166-172. https://doi.org/10.5281/zenodo.10467694

2. Queensland Health. (2020). Weight Management Clinic Psychologist: Assessment and treatment strategies. Brisbane: Queensland Government.

3. Salmi, E. (2010). The Family School as an intervention method for children with disruptive behavioural disorders and their families [Doctoral dissertation, University of Jyväskylä].

4. Arslanova, M. M. (2018). Aqli zaif bolalarda oila sharoitida sog‘lom turmush ko‘nikmalarini shakllantirishning korreksion-pedagogik xususiyatlari. Maxsus ta’lim, (2), 45-52.

5. Van Tetering, H., van der Mheen, M., & van de Goor, I. (2023). A lifestyle intervention for children with severe obesity and their families: Study protocol for a randomised controlled trial. BMC Psychiatry, 23, 529. https://doi.org/10.1186/s12888-023-04984-6

6. Raximova, G. A. (2023). Oilaviy muammolarda diagnostika usullari: Tarkiy faktlar, turlari, mezonlari va uslubiy metodlari. Eurasian Journal of Academic Research, 3(4), 112-119. https://doi.org/10.5281/zenodo.7930066

7. Achenbach, T. M., & Rescorla, L. A. (2000). Manual for the ASEBA preschool forms & profiles. Burlington, VT: University of Vermont, Research Center for Children, Youth, & Families.

8. Goodman, R. (1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire: A research note. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 38(5), 581-586.

9. Xo‘shboqov, K. A., & To‘rayev, P. B. (2025). Mahallalarda psixologik xizmat ko‘rsatish. Pedagogika va psixologiya fanlari, (3), 58-65.

10. Bandura, A. (2004). Health promotion by social cognitive means. Health Education & Behavior, 31(2), 143-164.

11. Kazdin, A. E. (2008). Parent management training: Treatment for oppositional, aggressive, and antisocial behavior in children and adolescents. Oxford University Press.

12. Miller, W. R., & Rollnick, S. (2012). Motivational interviewing: Helping people change (3rd ed.). Guilford Press.

Ibodova Dilnoza Sharif qizi
Buxoro davlat universiteti Psixologiya ta’lim yo’nalishi 2-bosqich talabasi

OILADA SOG’LOM MULOQOT MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada oilada sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirishning psixologik xususiyatlari, oila a’zolari o‘rtasidagi samarali kommunikatsiyaning ahamiyati hamda uning shaxs rivojlanishiga ta’siri tahlil qilingan. Oiladagi muloqot jarayonining emotsional muhit, o‘zaro hurmat, ishonch, hamkorlik va psixologik qo‘llab-quvvatlash kabi omillar bilan bog‘liqligi yoritilgan. Shuningdek, sog‘lom muloqot madaniyatini rivojlantirishda ota-onalarning tarbiya uslublari, empatiya, faol tinglash, konfliktlarni konstruktiv hal etish va ijtimoiy-psixologik munosabatlarning o‘rni ilmiy jihatdan asoslab berilgan. Tadqiqot davomida oiladagi ochiq va samimiy muloqot farzandlarning ijtimoiy moslashuvi, ruhiy salomatligi, kommunikativ kompetensiyasi hamda shaxs sifatida shakllanishida muhim omil ekanligi aniqlangan. Oilada sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirish jamiyatda barqaror ijtimoiy munosabatlarni rivojlantirish va barkamol avlodni tarbiyalashning muhim sharti sifatida baholangan.*
Kalit so‘zlar: oila, sog‘lom muloqot, muloqot madaniyati, kommunikatsiya, oila psixologiyasi, emotsional muhit, empatiya, faol tinglash, ishonch, hurmat, hamkorlik, konfliktlarni hal etish, oilaviy munosabatlar, tarbiya, shaxs rivojlanishi, ruhiy salomatlik, ijtimoiy moslashuv, kommunikativ kompetensiya, psixologik qo‘llab-quvvatlash, oilaviy qadriyatlar.

Аннотация. *В данной статье рассматриваются психологические особенности формирования культуры здорового общения в семье, значение эффективной коммуникации между членами семьи и её влияние на развитие личности. Освещаются взаимосвязи семейного общения с эмоциональным климатом, взаимным уважением, доверием, сотрудничеством и психологической поддержкой. Особое внимание уделяется роли родительских стилей воспитания, эмпатии, активного слушания, конструктивного разрешения конфликтов и*

социально-психологических отношений в формировании здоровой культуры общения. В ходе исследования установлено, что открытое и искреннее общение в семье способствует социальной адаптации детей, укреплению психического здоровья, развитию коммуникативной компетентности и гармоничному становлению личности. Сделан вывод о том, что формирование культуры здорового общения в семье является важным условием воспитания гармонично развитого поколения и укрепления общественных отношений.

Ключевые слова: *семья, здоровое общение, культура общения, коммуникация, психология семьи, эмоциональный климат, эмпатия, активное слушание, доверие, уважение, сотрудничество, разрешение конфликтов, семейные отношения, воспитание, развитие личности, психическое здоровье, социальная адаптация, коммуникативная компетентность, психологическая поддержка, семейные ценности.*

Abstract. *This article examines the psychological characteristics of developing a healthy communication culture within the family, emphasizing the importance of effective interaction among family members and its influence on personality development. The study highlights the relationship between family communication and such factors as emotional climate, mutual respect, trust, cooperation, and psychological support. Particular attention is given to the role of parenting styles, empathy, active listening, constructive conflict resolution, and socio-psychological relationships in fostering a healthy communication culture. The findings indicate that open and sincere communication within the family significantly contributes to children's social adaptation, mental well-being, communicative competence, and overall personal development. The article concludes that establishing a healthy communication culture in the family is a fundamental prerequisite for raising a well-rounded generation and strengthening social stability and interpersonal relations in society.*

Key words: *family, healthy communication, communication culture, family psychology, interpersonal communication, emotional climate, empathy, active listening, trust, respect, cooperation, conflict resolution, family relationships, parenting, personality development, mental health, social adaptation, communicative competence, psychological support, family values.*

Kirish. Bugungi globallashuv va axborot texnologiyalari jadal rivojlanayotgan davrda oilaning jamiyat hayotidagi o‘rni yanada muhim ahamiyat kasb etmoqda. Oila shaxsning birlamchi ijtimoiylashuv muhiti bo‘lib, unda insonning dunyoqarashi, axloqiy qadriyatlari, muloqot ko‘nikmalari va ijtimoiy xulq-atvori shakllanadi. Ayniqsa, oilada sog‘lom muloqot madaniyatining mavjudligi oila a’zolari o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlarning mustahkam bo‘lishini, ruhiy barqarorlikni ta’minlashni hamda farzandlarning har tomonlama barkamol rivojlanishini ta’minlaydi. Shu sababli oilada sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirish masalasi zamonaviy psixologiya fanining dolzarb yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi.

Muloqot insonlar o‘rtasidagi axborot almashinuvi, hissiy kechinmalarni ifodalash va ijtimoiy munosabatlarni rivojlantirishning asosiy vositasidir. Oilada muloqot nafaqat ma’lumot almashish, balki oila a’zolari o‘rtasida mehr-muhabbat, hurmat, ishonch va hamjihatlikni qaror toptirish vazifasini ham bajaradi. Sog‘lom muloqot mavjud bo‘lgan oilalarda o‘zaro tushunish darajasi yuqori bo‘ladi, nizolar konstruktiv tarzda hal qilinadi va oila a’zolarining psixologik farovonligi ta’minlanadi. Aksincha, muloqotning yetishmasligi yoki noto‘g‘ri tashkil etilishi oilaviy kelishmovchiliklar, emotsional uzoqlashuv, stress va turli psixologik muammolarning yuzaga kelishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Zamonaviy jamiyatda internet, ijtimoiy tarmoqlar va raqamli texnologiyalarning keng tarqalishi oilaviy muloqot mazmuniga ham sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Bir tomondan, texnologiyalar masofadagi insonlar bilan aloqani osonlashtirsa, ikkinchi tomondan, oila a’zolari o‘rtasidagi jonli muloqotning kamayishiga olib kelmoqda. Natijada ayrim oilalarda hissiy yaqinlikning pasayishi, bir-birini tinglash va tushunish ko‘nikmalarining sustlashuvi kuzatilmoqda. Bu esa oilada sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirishning psixologik mexanizmlarini chuqur o‘rganish zaruratini yanada kuchaytiradi.

Psixologik tadqiqotlarda oiladagi muloqot sifati shaxsning emotsional holati, o‘ziga bo‘lgan ishonchi, ijtimoiy moslashuvi va ruhiy salomatligi bilan bevosita bog‘liq ekanligi ta’kidlanadi. Ota-onalar va farzandlar o‘rtasidagi samimiy muloqot bolalarning mustaqil fikrlashi, mas’uliyat hissi, kommunikativ qobiliyatlari hamda ijtimoiy kompetensiyalarining rivojlanishiga xizmat qiladi. Shuningdek, oiladagi ijobiy psixologik muhit farzandlarda stressga bardoshlilik, emotsiyalarni boshqarish va sog‘lom ijtimoiy munosabatlar o‘rnatish ko‘nikmalarini shakllantiradi. Oilada sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirishda empatiya, faol tinglash, o‘zaro hurmat, bag‘rikenglik, ochiqlik va ishonch kabi psixologik omillar muhim o‘rin tutadi. Ushbu omillar oila a’zolarining bir-birini to‘g‘ri tushunishiga, his-tuyg‘ularini erkin ifoda etishiga va yuzaga keladigan nizolarni tinch yo‘l bilan hal etishiga yordam beradi. Ayniqsa, ota-onalarning muloqot uslubi va tarbiya jarayonidagi yondashuvlari farzandlarning kelajakdagi kommunikativ xulq-atvorini shakllantirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Mamlakatimizda oila institutini mustahkamlash, oilaviy qadriyatlarni asrab-avaylash va yosh avlodni barkamol etib tarbiyalash davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan, oilada sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirishning psixologik xususiyatlarini ilmiy jihatdan o‘rganish, mavjud muammolarni aniqlash hamda ularni bartaraf etishga qaratilgan amaliy tavsiyalar ishlab chiqish muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Mazkur tadqiqotning maqsadi oilada sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirishning psixologik xususiyatlarini tahlil qilish, uning shaxs rivojlanishi va oilaviy munosabatlar barqarorligiga ta’sirini aniqlash hamda sog‘lom oilaviy muhitni ta’minlashga xizmat qiluvchi psixologik omillarni yoritishdan iborat.

Adabiyotlar tahlili. Oilada sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirish masalasi psixologiya, pedagogika, sotsiologiya va oila psixologiyasi fanlarida keng o‘rganilgan ilmiy yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Muloqot inson faoliyatining muhim tarkibiy qismi bo‘lib, shaxsning ijtimoiylashuvi, emotsional rivojlanishi va shaxslararo munosabatlar tizimining shakllanishida muhim rol o‘ynaydi. Oilada yuzaga keladigan munosabatlarning sifati ko‘p jihatdan oila a’zolari o‘rtasidagi muloqot madaniyatiga bog‘liq bo‘lib, bu masala ko‘plab xorijiy va mahalliy olimlar tomonidan tadqiq etilgan.

Muloqotning psixologik mohiyatini ilmiy asosda o‘rgangan olimlardan biri Lev Vygotskiy hisoblanadi. U shaxs rivojlanishida ijtimoiy muhit va muloqotning hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligini ta’kidlagan. Olimning fikricha, bolaning tafakkuri, nutqi va ijtimoiy xulq-atvori avvalo oiladagi muloqot jarayonida shakllanadi. Vygotskiy muloqotni shaxs taraqqiyotining asosiy mexanizmlaridan biri sifatida baholagan.

Faoliyat va muloqot birligi nazariyasini ishlab chiqqan Aleksey Leontyev muloqotni inson faoliyatining ajralmas qismi deb hisoblaydi. Uning tadqiqotlarida oiladagi muloqot jarayonlari shaxsning ehtiyojlari, motivlari va qadriyatlari shakllanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatishi asoslab berilgan. Leontyevning ta’kidlashicha, samimiy va konstruktiv muloqot insonning psixologik farovonligini ta’minlovchi muhim omildir.

Shaxs va faoliyat tamoyiliga asoslangan tadqiqotlari bilan mashhur bo‘lgan Sergey Rubinshteyn insonning ichki dunyosi va uning atrofdagilar bilan munosabatlari o‘rtasidagi bog‘liqlikni o‘rgangan. Olim muloqotni insonning ijtimoiy mavjudot sifatidagi namoyon bo‘lish shakli deb hisoblagan hamda oiladagi sog‘lom psixologik muhitning shakllanishida o‘zaro hurmat va ishonchning muhimligini ta’kidlagan. Oilaviy munosabatlar psixologiyasi bo‘yicha tadqiqotlar olib borgan Murray Bowen oilani yagona psixologik tizim sifatida ko‘rib chiqqan. Uning nazariyasiga ko‘ra, oilaning bir a’zosidagi emotsional holat boshqa a’zolarning xulq-atvori va ruhiy kechinmalariga ham ta’sir qiladi. Shuning uchun oiladagi sog‘lom muloqot butun oilaviy tizimning barqaror ishlashini ta’minlaydi. Oilaviy munosabatlarni tadqiq etgan Virginia Satir sog‘lom oilaning asosiy belgilaridan biri sifatida ochiq va samimiy muloqotni ko‘rsatgan. Satirning fikricha, oilada his-tuyg‘ularni erkin ifodalash, bir-birini tinglash va tushunishga intilish oila a’zolari o‘rtasidagi ishonchni mustahkamlaydi hamda nizolarni kamaytiradi.

Shaxslararo munosabatlar va muloqot muammolarini o‘rgangan Carl Rogers empatiya, samimiylik va shartsiz ijobiy munosabat tamoyillarini ilgari surgan. Olimning insonparvarlik nazariyasida faol tinglash va boshqalarni tushunishga intilish sog‘lom muloqotning asosiy shartlari

sifatida ko‘rsatiladi. Ushbu g‘oyalar oilaviy munosabatlarni mustahkamlashda muhim metodologik asos bo‘lib xizmat qiladi.

Mahalliy va MDH mamlakatlari olimlari tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda ham oiladagi muloqotning tarbiyaviy va psixologik ahamiyati keng yoritilgan. Tadqiqotlar natijalari shuni ko‘rsatadiki, ota-onalar va farzandlar o‘rtasidagi ijobiy muloqot bolalarning ijtimoiy moslashuvi, o‘ziga bo‘lgan ishonchi, emotsional barqarorligi va kommunikativ kompetensiyasining rivojlanishiga xizmat qiladi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqotda oilada sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirishning psixologik xususiyatlarini o‘rganishga qaratilgan nazariy va empirik metodlardan foydalanildi. Tadqiqotning metodologik asosini shaxs faoliyati nazariyasi, ijtimoiy-madaniy rivojlanish nazariyasi, oilaviy tizimlar nazariyasi hamda insonparvarlik psixologiyasi tamoyillari tashkil etdi. Tadqiqot davomida ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, taqqoslash, umumlashtirish va tizimlashtirish usullaridan foydalanildi. Shuningdek, quyidagi ilmiy tadqiqot metodlari qo‘llanildi:

ilmiy-pedagogik va psixologik adabiyotlarni nazariy tahlil qilish;

kuzatish metodi;

suhbat metodi;

anketa so‘rovi;

psixologik diagnostika metodlari;

taqqoslash va umumlashtirish usullari;

statistik tahlil metodlari. Tadqiqot jarayonida oiladagi muloqot madaniyatining darajasi, oila a’zolari o‘rtasidagi o‘zaro ishonch, emotsional yaqinlik, empatiya, faol tinglash ko‘nikmalari hamda konfliktlarni hal etish usullari o‘rganildi. Olingan ma’lumotlar sifat va miqdor jihatdan tahlil qilinib, oilada sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirishga ta’sir etuvchi asosiy psixologik omillar aniqlandi. Tadqiqot metodologiyasining ilmiy ahamiyati shundaki, u oiladagi muloqot jarayonlarini kompleks ravishda tahlil qilish, sog‘lom oilaviy munosabatlarni rivojlantirishning psixologik mexanizmlarini aniqlash hamda amaliy tavsiyalar ishlab chiqish imkonini beradi. Mazkur metodologik yondashuv oilada sog‘lom psixologik muhitni yaratish va barkamol shaxs tarbiyasini ta’minlashga xizmat qiladi.

Muhokama. Oilada sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirish bugungi kunda nafaqat oila psixologiyasi, balki jamiyat taraqqiyoti nuqtai nazaridan ham dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Tadqiqotlar natijalari shuni ko‘rsatadiki, oiladagi muloqot sifati oila a’zolarining ruhiy holati, emotsional farovonligi, o‘zaro munosabatlari va shaxs sifatida rivojlanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Oila inson hayotidagi birinchi ijtimoiy muhit bo‘lib, unda shakllangan muloqot uslublari keyinchalik shaxsning boshqa ijtimoiy guruhlar bilan munosabatlarida ham namoyon bo‘ladi. Sog‘lom muloqot madaniyatiga ega oilalarda oila a’zolari bir-birining fikrini hurmat qiladi, his-tuyg‘ularini erkin ifoda etadi va yuzaga keladigan muammolarni o‘zaro hamkorlik asosida hal etishga intiladi. Bunday oilalarda ishonch, mehr-oqibat va samimiylik ustuvor bo‘lib, bu omillar oilaviy barqarorlikni ta’minlaydi. Psixologik jihatdan qulay muhitda voyaga yetayotgan farzandlar o‘z fikrini erkin bayon qilish, boshqalarni tinglash va tushunish, muloqot davomida murosaga kelish kabi muhim ijtimoiy ko‘nikmalarni egallaydi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, ota-onalarning farzandlar bilan muntazam va mazmunli suhbat qurishi bolalarning emotsional rivojlanishiga ijobiy ta’sir qiladi. Farzand o‘z fikri va his-tuyg‘ulari tinglanayotganini his qilganida, unda o‘ziga bo‘lgan ishonch ortadi, xavotir va qo‘rquv hissi kamayadi. Aksincha, oilada muloqotning sustligi, befarqlik yoki doimiy tanqid bolaning psixologik rivojlanishiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi, o‘zini qadrsiz his etishiga va ijtimoiy moslashuv jarayonida qiyinchiliklarga duch kelishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Oiladagi sog‘lom muloqot madaniyatining muhim tarkibiy qismlaridan biri empatiya hisoblanadi. Empatiya oila a’zolarining bir-birining hissiyotlarini tushunishi va ularga nisbatan hamdardlik bildira olish qobiliyatini anglatadi. Empatiya rivojlangan oilalarda nizolar kamroq uchraydi, chunki har bir tomon muammoni faqat o‘z nuqtayi nazaridan emas, balki boshqa insonning hissiy holatini hisobga olgan holda baholaydi. Natijada oilaviy munosabatlarda o‘zaro hurmat va tushunish mustahkamlanadi.

Bugungi kunda axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining jadal rivojlanishi oilaviy muloqotga ham sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Ko‘plab oilalarda telefon, internet va ijtimoiy tarmoqlarga ortiqcha vaqt ajratilishi jonli muloqotning kamayishiga olib kelmoqda. Oila a’zolarining bir xonada bo‘la turib, o‘zaro suhbatlashmasligi emotsional masofaning ortishiga sabab bo‘lishi mumkin. Shu bois zamonaviy oilalarda raqamli texnologiyalardan oqilona foydalanish va jonli muloqot uchun maxsus vaqt ajratish muhim ahamiyat kasb etadi. Tadqiqot natijalari oiladagi konfliktlarning aksariyati noto‘g‘ri muloqot uslublari bilan bog‘liqligini ko‘rsatadi. Bir-birini tinglamaslik, keskin tanqid qilish, haqoratli so‘zlardan foydalanish yoki muammoni muhokama qilishdan qochish oilaviy nizolarning kuchayishiga olib keladi. Sog‘lom muloqot madaniyatiga ega oilalarda esa nizolar konstruktiv tarzda hal etiladi, ya’ni muammo sabablarini birgalikda tahlil qilish, murosaga kelish va o‘zaro hurmatni saqlab qolish tamoyillari ustuvor bo‘ladi.

Shuningdek, oilada sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirishda ota-onalarning shaxsiy namunasi katta ahamiyatga ega. Farzandlar ko‘pincha kattalarning muloqot uslubini kuzatib, uni o‘zlashtiradilar. Agar ota-onalar bir-biri bilan hurmat asosida muloqot qilsa, muammolarni tinch yo‘l bilan hal etsa va farzandlar fikriga e’tibor bersa, bolalarda ham ana shunday kommunikativ ko‘nikmalar rivojlanadi. Bu esa kelajakda sog‘lom oilaviy va ijtimoiy munosabatlar qurish uchun mustahkam asos yaratadi.

Umuman olganda, oilada sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirish oila a’zolarining ruhiy salomatligi, oilaviy totuvlik va farzandlar tarbiyasining samaradorligini ta’minlovchi muhim psixologik omil hisoblanadi. Ochiq, samimiy va hurmatga asoslangan muloqot oiladagi emotsional muhitni yaxshilaydi, o‘zaro ishonchni mustahkamlaydi hamda shaxsning har tomonlama barkamol rivojlanishiga xizmat qiladi.

Shu sababli oilaviy hayotda sog‘lom muloqot tamoyillarini rivojlantirish va qo‘llab-quvvatlash jamiyatning barqaror taraqqiyoti uchun ham muhim ahamiyatga ega.

Xulosa. Oilada sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirish shaxsning har tomonlama rivojlanishi, oilaviy munosabatlarning mustahkamligi hamda jamiyatning ma’naviy-ijtimoiy taraqqiyotini ta’minlovchi muhim omillardan biridir. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, oiladagi muloqot sifati oila a’zolarining ruhiy salomatligi, emotsional barqarorligi, o‘zaro ishonchi va hamjihatligiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Sog‘lom muloqot madaniyatiga ega oilalarda o‘zaro hurmat, samimiylik, empatiya va faol tinglash ko‘nikmalari rivojlangan bo‘lib, bu oilaviy nizolarni konstruktiv tarzda hal etishga yordam beradi. Ota-onalar va farzandlar o‘rtasidagi ochiq muloqot bolalarning ijtimoiy moslashuvi, kommunikativ kompetensiyasi, mustaqil fikrlashi hamda o‘ziga bo‘lgan ishonchining shakllanishida muhim ahamiyat kasb etadi. Tadqiqot davomida oilada sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirishga ta’sir etuvchi asosiy psixologik omillar sifatida o‘zaro ishonch, hurmat, emotsional yaqinlik, empatiya, bag‘rikenglik va psixologik qo‘llab-quvvatlash aniqlanib, ularning oilaviy munosabatlar barqarorligidagi o‘rni asoslab berildi. Shuningdek, zamonaviy axborot texnologiyalarining oilaviy muloqotga ko‘rsatayotgan ta’siri tahlil qilinib, jonli muloqotni saqlab qolish va rivojlantirish zarurligi ta’kidlandi.

Xulosa qilib aytganda, oilada sog‘lom muloqot madaniyatini rivojlantirish oila a’zolari o‘rtasidagi ijobiy munosabatlarni mustahkamlaydi, ruhiy salomatlikni qo‘llab-quvvatlaydi va barkamol avlodni tarbiyalash uchun qulay psixologik muhit yaratadi. Shu bois oilalarda samarali muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirish, empatiya va o‘zaro hurmat tamoyillarini keng targ‘ib etish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1.Lev Vygotskiy. Tafakkur va nutq. – Moskva: Pedagogika, 1982.
2. Aleksey Leontyev. Faoliyat. Ong. Shaxs. – Moskva: Politizdat, 1977.
3. Sergey Rubinshteyn. Umumiy psixologiya asoslari. – Moskva: Pedagogika, 1989.
4. Oila psixologiyasi. Oliy ta’lim muassasalari uchun darslik. – Toshkent: O‘zbekiston,

5. O‘zbekiston Respublikasi Oila kodeksi. – Toshkent, 2024.

6.Kichik maktab yoshidagi bolalarni pedagogik- psixologik qo’llab quvvatlashning zamonaviy imkoniyatlari. https://journal.buxdu.uz/index.php/journals_buxdu/article/view/13620

7.Boshlang’ich ta’limda psixolog kasbiy faoliyatining pedagogik- psixologik aspektlari. https://journal.buxdu.uz/index.php/journals_buxdu/article/view/13619

Mussayeva Muxlisa G‘aybullayevna
Buxoro davlat universiteti psixologiya mutaxasisligi tayanch doktoranti

O‘SMIRLAR MA’NAVIY QIYOFASI VA AFFILIATSIYA MOTIVI DARAJASINI PSIXOLOGIK DIAGNOSTIKA QILISH

Annotatsiya. *Ushbu maqolada o‘smirlar ma’naviy qiyofasi va affiliatsiya motivi darajasini psixologik diagnostika qilish masalasi yoritiladi. O‘smirlik davrida shaxsning muloqotga ehtiyoji, guruhga mansublik hissi, do‘stlik va ijtimoiy yaqinlikka intilishi uning ma’naviy-axloqiy qarashlari shakllanishiga ta’sir ko‘rsatadi. Maqolada affiliatsiya motivining o‘smirlar ma’naviy qiyofasi, ijtimoiy faolligi va shaxslararo munosabatlari bilan bog‘liqligi tahlil qilinadi.*

Kalit so’zlar: *o‘smirlik davri, ma’naviy qiyofa, affiliatsiya motivi, psixologik diagnostika, shaxslararo munosabat, ijtimoiy moslashuv.*

Аннотация. *В данной статье рассматривается психологическая диагностика уровня духовного облика подростков и мотива аффилиации. В подростковом возрасте потребность в общении, чувство принадлежности к группе, стремление к дружбе и социальной близости оказывают влияние на формирование нравственно-духовных взглядов личности. В статье анализируется связь мотива аффилиации с духовным обликом, социальной активностью и межличностными отношениями подростков.*

Ключевые слова: *подростковый возраст, духовный облик, мотив аффилиации, психологическая диагностика, межличностные отношения, социальная адаптация.*

Annotation. *This article examines the psychological diagnosis of adolescents’ spiritual image and the level of affiliation motivation. During adolescence, the need for communication, sense of group belonging, friendship, and social closeness influence the formation of moral and spiritual views. The article analyzes the relationship between affiliation motivation, adolescents’ spiritual image, social activity, and interpersonal relationships.*

Key words: *adolescence, spiritual image, affiliation motivation, psychological diagnosis, interpersonal relationships, social adaptation.*

Kirish. Bugungi kunda o‘smirlar shaxsini har tomonlama rivojlantirish, ularning ma’naviy qiyofasini shakllantirish, ijtimoiy faolligi va shaxslararo munosabatlar madaniyatini yuksaltirish ta’lim-tarbiya jarayonining muhim vazifalaridan biri hisoblanadi. O‘smirlik davri inson hayotidagi murakkab va mas’uliyatli bosqich bo‘lib, aynan shu davrda shaxsning o‘zini anglashi, qadriyatlarga munosabati, axloqiy qarashlari, ijtimoiy mavqega intilishi hamda boshqalar bilan munosabat o‘rnatish ehtiyoji kuchayadi. Shu sababli o‘smirlarning ma’naviy qiyofasini o‘rganish ularning shaxsiy rivojlanishi, ijtimoiy moslashuvi va axloqiy xulq-atvorini tushunishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Ma’naviy qiyofa o‘smir shaxsining ichki dunyosi, axloqiy qarashlari, qadriyatlar tizimi, insonlarga munosabati, mas’uliyat hissi, mehr-oqibat, halollik, hurmat, hamkorlik va ijtimoiy faollik kabi sifatlar majmuasida namoyon bo‘ladi. O‘smirning ma’naviy qiyofasi faqat oilaviy tarbiya yoki ta’lim muhitida emas, balki tengdoshlar bilan muloqot, guruhga mansublik hissi, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va shaxslararo munosabatlar jarayonida ham shakllanadi. Ayniqsa, o‘smirlik davrida do‘stlik, tan olinishi, qabul qilinishi va boshqalar bilan yaqin munosabatda bo‘lish ehtiyoji kuchli namoyon bo‘ladi.

Affiliatsiya motivi shaxsning boshqalar bilan ijobiy munosabat o‘rnatishga, muloqot qilishga, guruhga qo‘shilishga, do‘stlik va ijtimoiy yaqinlikka intilishini ifodalaydi. Ushbu motiv

o‘smirlarning shaxslararo munosabatlari, ijtimoiy moslashuvi, emotsional barqarorligi va ma’naviy-axloqiy rivojlanishida muhim o‘rin tutadi. Affiliatsiya motivi yuqori bo‘lgan o‘smirlar odatda muloqotga ochiq, hamkorlikka moyil, tengdoshlari bilan ijobiy aloqa o‘rnatishga intiluvchi bo‘ladilar. Aksincha, affiliatsiya motivining sustligi ularda yakkalanish, muloqotdan qochish, o‘zini jamoadan chetda his qilish yoki ijtimoiy moslashuvda qiyinchiliklarga sabab bo‘lishi mumkin.

Asosiy qism. O‘smirlar ma’naviy qiyofasi va affiliatsiya motivi darajasini psixologik diagnostika qilish shaxs rivojlanishining muhim ijtimoiy-psixologik jihatlarini aniqlashga qaratilgan jarayondir. O‘smirlik davri inson hayotida o‘zini anglash, mustaqil fikrlash, ijtimoiy mavqega intilish, tengdoshlar bilan yaqin munosabat o‘rnatish va axloqiy qadriyatlarni shaxsiy mezon sifatida qabul qilish bosqichi hisoblanadi. Shu sababli mazkur davrda o‘smirning ma’naviy qiyofasi, ijtimoiy faolligi, muloqotga ehtiyoji va guruhga mansublik hissini o‘rganish psixologik-pedagogik jihatdan muhim ahamiyat kasb etadi.

Ma’naviy qiyofa o‘smir shaxsining ichki dunyosi, axloqiy pozitsiyasi, qadriyatlarga munosabati, insonlarga bo‘lgan hurmati, mas’uliyat hissi, mehr-oqibat, vijdonlilik, halollik, burchni anglash, ijtimoiy faollik va o‘z xatti-harakatlarini nazorat qilish qobiliyatida namoyon bo‘ladi. O‘smirning ma’naviy qiyofasi oilaviy tarbiya, maktab muhiti, tengdoshlar guruhi, jamiyatdagi qadriyatlar tizimi va shaxsiy hayotiy tajribasi ta’sirida shakllanadi. Bu jarayonda shaxsning boshqalar bilan muloqotga kirishish ehtiyoji, do‘stlikka intilishi, qabul qilinish va tan olinish istagi ham muhim rol o‘ynaydi.

Affiliatsiya motivi shaxsning boshqalar bilan ijobiy emotsional aloqa o‘rnatish, do‘stlik, hamkorlik, mehr, qo‘llab-quvvatlash va guruhga mansublik hissiga bo‘lgan ehtiyojini ifodalaydi. O‘smirlik davrida affiliatsiya motivi ayniqsa kuchli namoyon bo‘ladi, chunki bu yoshda tengdoshlar bilan muloqot o‘smirning o‘zini baholashi, ijtimoiy mavqei va shaxsiy qiyofasini anglashida asosiy omillardan biriga aylanadi. O‘smir o‘zini guruhda qanday qabul qilinishiga, do‘stlari orasidagi o‘rniga, boshqalar tomonidan qo‘llab-quvvatlanishiga katta ahamiyat beradi. Shu bois affiliatsiya motivi o‘smirning ma’naviy qiyofasi shakllanishida bevosita psixologik omil sifatida namoyon bo‘ladi.

Affiliatsiya motivi yuqori bo‘lgan o‘smirlar odatda muloqotga ochiq, do‘stona, hamkorlikka moyil, o‘zaro yordamga tayyor va jamoaviy faoliyatda faol bo‘ladilar. Bunday o‘smirlarda mehr-oqibat, empatiya, mas’uliyat, o‘zaro hurmat, boshqalarning fikrini inobatga olish kabi ijobiy ma’naviy-axloqiy sifatlar nisbatan faolroq shakllanishi mumkin. Chunki affiliatsiya motivi shaxsni boshqalar bilan ijobiy aloqada bo‘lishga, ularni tushunishga va ijtimoiy munosabatlarda o‘z o‘rnini topishga undaydi. Aksincha, affiliatsiya motivining pastligi o‘smirda yakkalanish, muloqotdan qochish, befarqlik, o‘zini guruhdan chetda his qilish yoki ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar bilan namoyon bo‘lishi mumkin.

O‘smirlar ma’naviy qiyofasi va affiliatsiya motivi darajasini diagnostika qilishda bir nechta psixologik mezonlarga tayanish maqsadga muvofiqdir. Birinchi mezon - o‘smirning qadriyatlar tizimi va axloqiy qarashlari. Bu mezon orqali o‘smirning halollik, mas’uliyat, hurmat, mehr-oqibat, do‘stlik, vatanparvarlik, adolat, burch va insonparvarlik kabi qadriyatlarga munosabati aniqlanadi. Ikkinchi mezon - shaxslararo munosabatlar madaniyati. Bunda o‘smirning tengdoshlari, ota-onasi, o‘qituvchilari va atrofdagilar bilan qanday munosabatda bo‘lishi, muloqotga kirishish uslubi, nizoli vaziyatlardagi xatti-harakati tahlil qilinadi. Uchinchi mezon - affiliatsiya motivi darajasi. Bu mezon o‘smirning do‘stlikka, guruhga qo‘shilishga, emotsional yaqinlikka, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashga va boshqalar tomonidan qabul qilinishga bo‘lgan ehtiyojini ko‘rsatadi.

Psixologik diagnostika jarayoni bir necha bosqichda amalga oshiriladi. Dastlab tayyorgarlik bosqichi tashkil etiladi. Bu bosqichda tadqiqotning maqsadi, vazifalari, obyekti, predmeti, ishtirokchilar soni va qo‘llaniladigan metodikalar aniqlanadi. Masalan, tadqiqot obyekti sifatida umumta’lim maktabining 7–9-sinf o‘quvchilari tanlanishi mumkin. Tadqiqotda 30, 50 yoki 60 nafar o‘smir ishtirok etishi maqsadga muvofiq. Ishtirokchilar yosh, jins, sinf va ijtimoiy faollik darajasi bo‘yicha umumiy tavsiflanadi. Diagnostika ishlari maxfiylik, ixtiyoriylik va psixologik xavfsizlik tamoyillariga amal qilgan holda olib boriladi.

Ikkinchi bosqich - diagnostik materiallarni tanlash bosqichidir. O‘smirlar ma’naviy qiyofasini o‘rganishda anketa, suhbat, kuzatish, ekspert baholash, qadriyatlar yo‘nalganligini aniqlash metodlari qo‘llanilishi mumkin. Affiliatsiya motivini o‘rganishda esa shaxsning muloqotga ehtiyoji, guruhga mansublik hissi, do‘stona munosabatlarga intilishi va ijtimoiy yaqinlik ehtiyojini aniqlovchi so‘rovnomalardan foydalaniladi. Maqola doirasida quyidagi metodik yondashuvlardan foydalanish mumkin: “Affiliatsiya motivini aniqlash” so‘rovnomasi, “Shaxslararo munosabatlarga kirishish ehtiyojini aniqlash” testi, “Ma’naviy-axloqiy qadriyatlar yo‘nalganligi” anketasi, o‘smirlarning ijtimoiy faolligi va muloqot madaniyatini baholashga qaratilgan kuzatish kartasi.

Uchinchi bosqich - diagnostika o‘tkazish bosqichidir. Bu jarayonda o‘smirlarga avvalo tadqiqotning maqsadi sodda va tushunarli tarzda tushuntiriladi. Ularga javoblar baho sifatida emas, balki psixologik o‘rganish materiali sifatida tahlil qilinishi aytiladi. Bu o‘smirlarda ochiq va samimiy javob berishga yordam beradi. So‘rovnomalar individual yoki guruh shaklida o‘tkazilishi mumkin. Guruhiy diagnostika vaqtida sinfda tinch muhit yaratiladi, o‘quvchilarga har bir savolni diqqat bilan o‘qib, o‘z holatiga mos javobni belgilash tavsiya etiladi. Javoblar anonim tarzda olinishi ma’lumotlarning ishonchliligini oshiradi.

Ma’naviy qiyofani diagnostika qilishda o‘smirlarning axloqiy qadriyatlarga munosabati, ijtimoiy burchni anglash darajasi, boshqalarga yordam berishga tayyorligi, vijdonlilik, halollik, hurmat va mas’uliyat kabi sifatlari aniqlanadi. Buning uchun anketa savollaridan foydalanish mumkin. Masalan, “Do‘stim qiyin vaziyatga tushsa, unga yordam berishga harakat qilaman”, “Kattalarning nasihatini hurmat bilan tinglayman”, “Noto‘g‘ri ish qilsam, o‘z xatoyimni tan olishga harakat qilaman”, “Jamoada boshqalarning fikrini inobatga olaman”, “Men uchun halollik muhim qadriyat hisoblanadi” kabi fikrlarga o‘smirlarning munosabati baholanadi. Javoblar “to‘liq qo‘shilaman”, “qisman qo‘shilaman”, “ikkilanaman”, “qo‘shilmayman” shaklida berilishi mumkin.

Affiliatsiya motivi diagnostikasida esa o‘smirning do‘stlar bilan birga bo‘lishga intilishi, yolg‘izlikdan qochishi, guruh tomonidan qabul qilinish ehtiyoji, muloqotda emotsional yaqinlikka intilishi, tengdoshlar qo‘llab-quvvatlashiga ehtiyoji aniqlanadi. Bunda “Men do‘stlarim bilan birga bo‘lishni yoqtiraman”, “Guruhda o‘zimni erkin his qilaman”, “Yangi odamlar bilan tanishishga qiziqaman”, “Atrofdagilar meni tushunishini xohlayman”, “Do‘stlarimning fikri men uchun muhim” kabi savollar asosida o‘smirlarning affiliatsiya motivi darajasi baholanadi. Javoblar ball tizimi asosida qayta ishlanadi.

Diagnostika natijalarini tahlil qilishda o‘smirlarning ko‘rsatkichlari uch darajaga ajratilishi mumkin: yuqori, o‘rta va past daraja. Ma’naviy qiyofaning yuqori darajasi o‘smirda axloqiy qadriyatlarga ongli munosabat, boshqalarga hurmat, ijtimoiy mas’uliyat, halollik, yordam berishga tayyorlik va o‘z xatti-harakatlarini baholay olish qobiliyati shakllanganligini ko‘rsatadi. O‘rta daraja ma’naviy sifatlarning qisman shakllanganini, ayrim vaziyatlarda barqaror namoyon bo‘lmasligini bildiradi. Past daraja esa o‘smirda axloqiy me’yorlarga befarqlik, mas’uliyatning sustligi, shaxslararo munosabatlarda muammolar, boshqalarning hissiyotini yetarli darajada tushunmaslik kabi holatlar mavjudligini ko‘rsatadi.

Affiliatsiya motivining yuqori darajasi o‘smirning muloqotga ochiqligi, guruhda faol bo‘lishi, do‘stona munosabatlarga intilishi, boshqalar bilan yaqin aloqa o‘rnatishga ehtiyoji kuchliligini ifodalaydi. O‘rta daraja o‘smirning muloqotga ehtiyoji borligini, biroq ayrim vaziyatlarda tortinchoqlik, ehtiyotkorlik yoki ijtimoiy faollikning sustroq namoyon bo‘lishini bildiradi. Past daraja esa o‘smirda yakkalanishga moyillik, muloqotdan qochish, guruhga qo‘shilishda qiyinchilik, o‘zini ishonchsiz his qilish yoki ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashga ehtiyoj mavjudligini ko‘rsatishi mumkin.

Tadqiqot jarayonida olingan ma’lumotlar miqdoriy va sifat jihatdan tahlil qilinadi. Miqdoriy tahlilda har bir metodika bo‘yicha ballar hisoblanadi, foizlar chiqariladi va darajalar bo‘yicha taqsimlanadi. Masalan, o‘smirlarning 35 foizida affiliatsiya motivi yuqori, 45 foizida o‘rta, 20 foizida past darajada aniqlanishi mumkin. Ma’naviy qiyofa ko‘rsatkichlari ham shu tarzda tahlil qilinadi. Sifat tahlilida esa o‘smirlarning javoblari, kuzatish natijalari, suhbat jarayonidagi fikrlari va xulq-atvor ko‘rinishlari psixologik jihatdan izohlanadi. Bu yondashuv natijalarni faqat raqamlar orqali emas, balki shaxsiy va ijtimoiy omillar bilan bog‘lab tushuntirish imkonini beradi.

O‘smirlar ma’naviy qiyofasi va affiliatsiya motivi o‘rtasidagi bog‘liqlikni aniqlash uchun taqqoslama tahlil o‘tkazish mumkin. Bunda affiliatsiya motivi yuqori bo‘lgan o‘smirlarning ma’naviy qiyofa ko‘rsatkichlari bilan affiliatsiya motivi past bo‘lgan o‘smirlarning ko‘rsatkichlari solishtiriladi. Ko‘p hollarda muloqotga ochiq, do‘stona munosabatlarga intiluvchi va guruhda faol bo‘lgan o‘smirlarda hamkorlik, mehr-oqibat, mas’uliyat, hurmat va empatiya kabi ma’naviy sifatlar nisbatan yuqori namoyon bo‘lishi mumkin. Chunki ijtimoiy munosabatlar jarayonida o‘smir boshqalarni tushunish, ularning hissiyotlarini hisobga olish, o‘z fikrini madaniyatli ifodalash va jamoaviy mas’uliyatni his qilishni o‘rganadi.

Shu bilan birga, affiliatsiya motivining haddan tashqari yuqori bo‘lishi ham ba’zan o‘smirda mustaqil qaror qabul qilishda qiyinchilik, guruh fikriga ortiqcha qaramlik yoki tengdoshlar bosimiga berilish holatlariga sabab bo‘lishi mumkin. Demak, affiliatsiya motivi faqat yuqori yoki past ko‘rsatkich sifatida emas, balki uning mazmuni va shaxs xulqida qanday namoyon bo‘lishi bilan baholanishi zarur. Sog‘lom affiliatsiya motivi o‘smirda ijobiy muloqot, do‘stlik, hamkorlik va ijtimoiy mas’uliyatni kuchaytiradi. Nosog‘lom yoki haddan tashqari qaram affiliatsiya esa o‘smirning shaxsiy pozitsiyasi zaiflashishiga olib kelishi mumkin.

Diagnostika jarayonida kuzatish usuli ham muhim ahamiyatga ega. Psixolog yoki pedagog o‘smirlarning dars jarayonida, tanaffusda, guruhiy topshiriqlarda, bahs-munozaralarda va norasmiy muloqot vaziyatlarida o‘zini qanday tutishini kuzatadi. Kuzatish orqali o‘smirning boshqalar bilan aloqa o‘rnatishi, yordam so‘rashi yoki yordam berishi, guruhda yetakchilik qilishi, chetda qolishi, nizoli vaziyatlarda qanday munosabat bildirishi aniqlanadi. Bu usul so‘rovnoma natijalarini hayotiy xulq-atvor bilan solishtirish imkonini beradi.

Suhbat usuli orqali esa o‘smirlarning o‘z fikrlari, qadriyatlar haqidagi tasavvurlari, do‘stlik, hurmat, mas’uliyat, halollik va ijtimoiy munosabatlar haqidagi qarashlari aniqlanadi. Suhbatda “Siz uchun do‘stlik nimani anglatadi?”, “Yaxshi inson qanday bo‘lishi kerak?”, “Jamoada o‘zingizni qanday his qilasiz?”, “Do‘stlaringizning fikri siz uchun qanchalik muhim?”, “Qiyin vaziyatda kimdan yordam so‘raysiz?” kabi savollardan foydalanish mumkin. Suhbat natijalari o‘smirning ichki pozitsiyasi, ijtimoiy ehtiyojlari va ma’naviy qadriyatlarga munosabatini chuqurroq ochib beradi.

Ekspert baholash usuli ham diagnostikada qo‘llanishi mumkin. Bunda sinf rahbari, fan o‘qituvchilari yoki maktab psixologi o‘smirlarning ma’naviy-axloqiy xulq-atvori, muloqot madaniyati, jamoaviy ishlardagi faolligi, mas’uliyati va tengdoshlari bilan munosabatini maxsus mezonlar asosida baholaydi. Ekspert baholash natijalari so‘rovnoma va suhbat natijalari bilan taqqoslanganda yanada ishonchli xulosa chiqarish imkonini beradi.

O‘smirlar ma’naviy qiyofasi va affiliatsiya motivini diagnostika qilishda natijalarni umumlashtirish muhim bosqich hisoblanadi. Umumlashtirish jarayonida har bir o‘smirning individual psixologik portreti tuzilishi mumkin. Unda o‘smirning ma’naviy qadriyatlari, muloqotga ehtiyoji, guruhga munosabati, ijtimoiy faolligi, shaxslararo munosabatlardagi kuchli va zaif tomonlari aks ettiriladi. Guruh bo‘yicha esa umumiy tendensiyalar aniqlanadi: o‘smirlar orasida qaysi qadriyatlar kuchliroq namoyon bo‘layotgani, affiliatsiya motivi qaysi darajada ekani, ma’naviy qiyofa bilan muloqot ehtiyoji o‘rtasida qanday bog‘liqlik borligi tahlil qilinadi.

Diagnostika natijalari asosida psixologik-pedagogik tavsiyalar ishlab chiqiladi. Agar o‘smirlarda affiliatsiya motivi past bo‘lsa, ularda muloqotga kirishish, o‘z fikrini erkin ifodalash, guruhda ishlash, do‘stona munosabatlar o‘rnatish ko‘nikmalarini rivojlantirish zarur. Buning uchun kommunikativ treninglar, guruhiy mashg‘ulotlar, rolli o‘yinlar, hamkorlikka asoslangan topshiriqlar, “men va guruh”, “do‘stlik qadri”, “muloqot madaniyati” kabi psixologik mashg‘ulotlardan foydalanish mumkin. Agar ma’naviy qiyofa ko‘rsatkichlari past bo‘lsa, o‘smirlarda axloqiy tanlov, mas’uliyat, hurmat, empatiya va ijtimoiy burchni anglashga qaratilgan tarbiyaviy suhbatlar, munozaralar, hayotiy vaziyatlar tahlili va refleksiv mashqlar tashkil etilishi lozim.

O‘smirlarda ma’naviy qiyofa va affiliatsiya motivini rivojlantirishda trening mashg‘ulotlari samarali vosita hisoblanadi. Bunday mashg‘ulotlarda o‘smirlar bir-birini tinglash, fikr bildirish, his-tuyg‘ularni ifodalash, boshqalarni tushunish, o‘zaro yordam berish, jamoada qaror qabul qilish, nizoli vaziyatlarni madaniyatli hal etish ko‘nikmalarini egallaydilar. Treninglar o‘smirlarning ijtimoiy faolligini oshirish bilan birga, ularning ma’naviy-axloqiy pozitsiyasini ham mustahkamlaydi.

Ayniqsa, “Ijobiy muloqot”, “Men va mening qadriyatlarim”, “Do‘stlik va mas’uliyat”, “Guruhda o‘z o‘rnim”, “Boshqalarni tushunish san’ati” kabi mavzulardagi mashg‘ulotlar o‘smirlar uchun foydali bo‘lishi mumkin.

Mazkur diagnostik jarayonning ilmiy ahamiyati shundaki, u o‘smir shaxsining ma’naviy va ijtimoiy rivojlanishi o‘rtasidagi bog‘liqlikni aniqlash imkonini beradi. Affiliatsiya motivi o‘smirning faqat muloqotga ehtiyoji emas, balki uning ijtimoiy muhitga moslashuvi, boshqalarni qabul qilishi, jamoada o‘zini namoyon qilishi va ma’naviy qadriyatlarni amalda qo‘llashi bilan bog‘liq psixologik omildir. Shu sababli o‘smirlar ma’naviy qiyofasi va affiliatsiya motivi darajasini birgalikda o‘rganish ularning shaxsiy rivojlanishini chuqurroq tushunishga yordam beradi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, o‘smirlar ma’naviy qiyofasi va affiliatsiya motivi darajasini psixologik diagnostika qilish ularning shaxsiy, axloqiy va ijtimoiy rivojlanish xususiyatlarini chuqurroq aniqlash imkonini beradi. O‘smirlik davrida muloqotga ehtiyoj, guruhga mansublik hissi, do‘stlik va ijtimoiy yaqinlikka intilish shaxsning ma’naviy-axloqiy qarashlari shakllanishida muhim omil bo‘lib xizmat qiladi. Diagnostika jarayonida anketa, suhbat, kuzatish, so‘rovnoma va ekspert baholash usullaridan foydalanish o‘smirlarning ma’naviy qadriyatlarga munosabati, shaxslararo munosabatlari hamda affiliatsiya motivi darajasini aniqlashga yordam beradi. Olingan natijalar asosida o‘smirlarda sog‘lom muloqot madaniyati, ijtimoiy faollik, do‘stlik, mas’uliyat va ma’naviy-axloqiy sifatlarni rivojlantirishga qaratilgan psixologik-pedagogik ishlarni samarali tashkil etish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. - Toshkent: Fan va texnologiya, 2012. - 172 b.
2. Nishanova Z.T., Qurbonova Z., Abdiyev S. Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya. - Toshkent: Tafakkur-Bo‘stoni, 2011. - 304 b.
3. G‘oziyev E.G‘. Ontogenez psixologiyasi. - Toshkent: NIF MSH, 2020. - 288 b.
4. Nishanova Z.T., Kamilova N.G. Yosh davrlari va pedagogik psixologiya. - Toshkent: Fan va texnologiya, 2013.
5. G‘oziyev E.G‘. Psixologiya: yosh davrlari psixologiyasi. - Toshkent: O‘qituvchi, 1994.

Habibov Yashin Xayrullayevich,
BuxDU mustaqil tadqiqotchisi

KADASTR TIZIMI XODIMLARIDA KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYANI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada kadastr tizimi xodimlarida kommunikativ kompetensiyani rivojlantirishning psixologik asoslari tahlil qilinadi. Kadastr sohasi fuqarolar bilan bevosita muloqotni talab qiladigan murakkab tizimlardan biri bo‘lib, unda xodimlarning muloqot madaniyati, emotsional barqarorligi va empatik qobiliyatlari muhim ahamiyatga ega. Tadqiqotda kommunikativ kompetensiyaning tarkibiy qismlari — verbal va noverbal muloqot, faol tinglash, konfliktlarni boshqarish hamda ijtimoiy-perseptiv qobiliyatlar yoritiladi. Shuningdek, xodimlarning professional faoliyatida stressga chidamlilik va psixologik tayyorgarlik darajasi kommunikativ samaradorlikka ta’siri ko‘rib chiqiladi. Kadastr tizimida fuqarolar bilan ishlash jarayonida yuzaga keladigan nizoli vaziyatlarni kamaytirishda empatiya va ijtimoiy intellektning o‘rni alohida tahlil qilinadi. Maqolada kommunikativ kompetensiyani rivojlantirishga qaratilgan psixologik treninglar, refleksiya usullari va kasbiy tayyorgarlik dasturlarining samaradorligi asoslanadi.*

Kalit so‘zlar: *kommunikativ kompetensiya, kadastr tizimi, empatiya, psixologik tayyorgarlik, stressga chidamlilik, konfliktlarni boshqarish, ijtimoiy intellekt.*

Аннотация. *В данной статье рассматриваются психологические основы развития коммуникативной компетентности у сотрудников кадастровой системы. Кадастровая сфера является одной из сложных профессиональных областей, требующих постоянного*

взаимодействия с гражданами, что делает важными коммуникативные навыки, эмоциональную устойчивость и эмпатию работников. Анализируются структурные компоненты коммуникативной компетентности, включая вербальное и невербальное общение, активное слушание, управление конфликтами и социально-перцептивные способности. Особое внимание уделяется влиянию стрессоустойчивости и психологической готовности на эффективность профессионального общения. Рассматривается роль эмпатии и эмоционального интеллекта в снижении конфликтных ситуаций в процессе взаимодействия с гражданами. Также обосновывается эффективность психологических тренингов, методов рефлексии и программ профессиональной подготовки в развитии коммуникативной компетентности сотрудников.

Ключевые слова: *коммуникативная компетентность, кадастровая система, эмпатия, психологическая подготовка, стрессоустойчивость, управление конфликтами, социальный интеллект.*

Abstract. *This article examines the psychological foundations of developing communicative competence among employees of the cadastral system. The cadastral sector is a complex professional field that requires constant interaction with citizens, making communication skills, emotional stability, and empathy essential qualities for employees. The study analyzes the structural components of communicative competence, including verbal and non-verbal communication, active listening, conflict management, and social-perceptual abilities. Special attention is given to the impact of stress resistance and psychological readiness on the effectiveness of professional communication. The role of empathy and emotional intelligence in reducing conflict situations during interactions with citizens is also discussed. Furthermore, the article substantiates the effectiveness of psychological training programs, reflective practices, and professional development courses in enhancing communicative competence.*

Key words: *communicative competence, cadastral system, empathy, psychological readiness, stress resistance, conflict management, social intelligence.*

Kirish. Bugungi kunda davlat boshqaruvi tizimida fuqarolar bilan bevosita ishlaydigan sohalarning samaradorligi nafaqat huquqiy-me’yoriy bazaga, balki xodimlarning psixologik va kommunikativ tayyorgarligiga ham bog‘liq bo‘lib bormoqda. Xususan, kadastr tizimi davlatning yer resurslari, ko‘chmas mulk obyektlari va hududiy hisobga olish jarayonlarini boshqaruvchi muhim institutsional tuzilma sifatida fuqarolar bilan doimiy muloqotni talab etadi. O‘zbekiston Respublikasida kadastr tizimi aholiga xizmat ko‘rsatish sifati va ochiqligini oshirish bo‘yicha islohotlar bosqichida rivojlanib kelmoqda, bu esa xodimlardan yuqori darajadagi kommunikativ kompetensiyani talab etadi.

Statistik ma’lumotlarga ko‘ra, kadastr organlariga murojaatlarning sezilarli qismi fuqarolarning tushunmovchiligi, hujjatlar bilan ishlashdagi qiyinchiliklar va muloqot jarayonidagi psixologik to‘siqlar bilan bog‘liq bo‘ladi. Bu esa xizmat jarayonida nizoli vaziyatlarning yuzaga kelish ehtimolini oshiradi. Shu nuqtai nazardan, xodimlarning nafaqat kasbiy bilimlari, balki ularning emotsional barqarorligi, empatiya darajasi, ijtimoiy perseptiv qobiliyatlari va konfliktologik kompetensiyasi ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Kommunikativ kompetensiya psixologiyada shaxsning samarali muloqot o‘rnatish, suhbatdoshni tushunish, axborotni to‘g‘ri yetkazish hamda ijtimoiy vaziyatlarga moslashish qobiliyati sifatida talqin etiladi. Kadastr xodimlari faoliyatida bu kompetensiya fuqarolar bilan ishlash jarayonida ishonch muhitini yaratish, xizmat sifati va samaradorligini oshirishda asosiy omillardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, stressli vaziyatlarda to‘g‘ri kommunikatsiya usullarini qo‘llash, emotsional nazoratni saqlash va empatik yondashuvni namoyon etish xizmat sifatining barqarorligini ta’minlaydi.

So‘nggi yillarda olib borilgan psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, davlat xizmatlarida ishlovchi xodimlarda yuqori darajadagi kommunikativ kompetensiya fuqarolarning qoniqish darajasini sezilarli oshiradi va xizmat jarayonidagi konfliktlarni kamaytiradi. Shu sababli, kadastr

tizimi xodimlarida kommunikativ kompetensiyani rivojlantirish nafaqat individual kasbiy rivojlanish, balki butun tizim samaradorligini oshirishning muhim psixologik omili sifatida qaraladi.

Ushbu maqolada kadastr xodimlarida kommunikativ kompetensiyani shakllantirishning psixologik asoslari, uning tarkibiy komponentlari hamda uni rivojlantirishga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar tahlil qilinadi.

Adabiyotlar tahlili. Kommunikativ kompetensiyani rivojlantirish muammosi psixologiya, pedagogika va boshqaruv fanlarida keng o'rganilgan bo'lib, u shaxsning ijtimoiy muhitda samarali muloqot o'rnatish qobiliyati sifatida turli ilmiy yondashuvlarda talqin etiladi. Ushbu tushuncha ilk bor G'arb psixologiyasida ijtimoiy kompetentlik va kommunikativ malaka sifatida shakllangan bo'lib, keyinchalik rus va zamonaviy xorijiy psixologlar tomonidan tizimli ravishda rivojlantirilgan.

Xorijiy olimlar orasida A. Bandura o'zining ijtimoiy o'rganish nazariyasi orqali kommunikativ xulq-atvorning shakllanishida kuzatish, taqlid va o'zini o'zi boshqarish mexanizmlarining ahamiyatini asoslab bergan. Uning fikricha, shaxsning muloqot qobiliyatlari ijtimoiy muhitda o'rganiladi va mustahkamlanadi, bu esa kadastr xodimlari kabi doimiy ijtimoiy interaksiyada bo'ladigan kasblar uchun ayniqsa muhimdir. Shuningdek, D. Goleman tomonidan ishlab chiqilgan "emotsional intellekt" konsepsiyasi kommunikativ kompetensiyaning psixologik asoslarini yanada chuqurlashtiradi. Unga ko'ra, empatiya, o'z emotsiyalarini boshqarish va ijtimoiy sezgirlik professional muvaffaqiyatning asosiy omillaridan biri hisoblanadi.

M. Argyle va J. Kelly kabi olimlar kommunikatsiyani ijtimoiy ko'nikmalar tizimi sifatida o'rganib, samarali muloqot uchun verbal va noverbal signallar uyg'unligi, faol tinglash hamda ijtimoiy moslashuv muhimligini ta'kidlaydilar. Bu yondashuv kadastr tizimida fuqarolar bilan ishlash jarayonida yuzaga keladigan tushunmovchiliklarni kamaytirish va ishonchli munosabatni shakllantirishda muhim ahamiyatga ega.

Rus psixologiya maktabida ham kommunikativ kompetensiya muammosi chuqur o'rganilgan. L. S. Vygotskiy muloqotni inson psixik rivojlanishining asosiy omili sifatida ko'rib chiqib, nutq va ijtimoiy interaksiyaning bir-biriga bog'liqligini asoslagan. Uning nazariyasiga ko'ra, shaxsning yuqori psixik funksiyalari ijtimoiy muloqot jarayonida shakllanadi, bu esa kasbiy faoliyatda kommunikativ kompetensiyaning o'rni naqadar muhim ekanligini ko'rsatadi.

A. A. Leontyev esa nutq faoliyati nazariyasini ishlab chiqib, muloqotni faoliyat turi sifatida tahlil qilgan va uning motivatsion hamda maqsadga yo'naltirilgan xarakterini ochib bergan. Bu yondashuv kadastr xodimlarining fuqarolar bilan ishlash jarayonida maqsadli va samarali kommunikatsiyani tashkil etish zarurligini asoslaydi.

B. G. Ananyev va A. A. Bodalev tadqiqotlarida ijtimoiy persepsiya va shaxsni idrok etish jarayonlari muloqot samaradorligining muhim omili sifatida ko'rsatiladi. Xususan, Bodalev shaxslararo idrokda stereotiplar va emotsional baholashning rolini o'rganib, kommunikatsiya jarayonida empatiya va ijtimoiy sezgirlikning ahamiyatini ta'kidlaydi.

Zamonaviy rus olimlaridan E. I. Rogov va V. V. Boyko kommunikativ kompetensiyani professional faoliyatning ajralmas qismi sifatida tahlil qilib, stressga chidamlilik, konfliktlarni boshqarish va emotsional barqarorlikni rivojlantirish zarurligini asoslab berganlar. Ayniqsa, Boyko tomonidan ishlab chiqilgan empatiya diagnostikasi modeli kadastr xodimlarining fuqarolar bilan muloqotida psixologik moslashuvni baholashda muhim metodik asos bo'lib xizmat qiladi.

Umuman olganda, xorijiy va rus psixolog olimlarining ilmiy qarashlari shuni ko'rsatadiki, kommunikativ kompetensiya murakkab psixologik tuzilma bo'lib, u kognitiv, emotsional va xulq-atvor komponentlarining o'zaro integratsiyasidan iborat. Kadastr tizimi xodimlari faoliyatida esa ushbu kompetensiyaning rivojlanganligi fuqarolar bilan samarali muloqot o'rnatish, nizoli vaziyatlarni bartaraf etish va xizmat sifatini oshirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega hisoblanadi.

Xulosa. Kadastr tizimi xodimlarida kommunikativ kompetensiyani rivojlantirish masalasi zamonaviy davlat boshqaruvi samaradorligini oshirishda muhim psixologik omillardan biri hisoblanadi. O'tkazilgan nazariy tahlillar shuni ko'rsatadiki, kadastr sohasida faoliyat yurituvchi xodimlarning professional muvaffaqiyati faqat huquqiy bilimlar yoki texnik ko'nikmalar bilan emas, balki ularning fuqarolar bilan samarali muloqot o'rnatish qobiliyati bilan ham bevosita bog'liqdir. Chunki ushbu soha doimiy ravishda aholining turli ijtimoiy qatlamlari bilan ishlashni talab qiladi va

bu jarayonda tushunmovchiliklar, emotsional keskinlik hamda konfliktli vaziyatlar yuzaga kelishi mumkin.

Tahlillar natijasida kommunikativ kompetensiya murakkab psixologik tuzilma ekanligi aniqlandi. U o‘z ichiga nafaqat nutq madaniyati va axborotni to‘g‘ri yetkazish ko‘nikmalarini, balki empatiya, emotsional barqarorlik, ijtimoiy persepsiya va konfliktlarni boshqarish qobiliyatlarini ham qamrab oladi. Ayniqsa, stressli vaziyatlarda o‘zini boshqara olish va fuqaroga nisbatan tushunuvchan munosabat bildirish xodimning kasbiy samaradorligini belgilovchi asosiy omillardan biri sifatida namoyon bo‘ladi.

Shuningdek, ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatdiki, rus va xorijiy olimlar tomonidan ilgari surilgan nazariy yondashuvlar kommunikativ kompetensiyaning shakllanishida ijtimoiy muhit, shaxslararo tajriba va emotsional intellektning rolini alohida ta’kidlaydi. Bu esa kadastr xodimlarini tayyorlash jarayonida psixologik treninglar, amaliy mashg‘ulotlar va reflektiv metodlardan foydalanish zarurligini asoslaydi.

Umuman olganda, kadastr tizimi xodimlarida kommunikativ kompetensiyani rivojlantirish nafaqat individual kasbiy o‘sishni ta’minlaydi, balki fuqarolar bilan ishonchli munosabatlarni shakllantirish, xizmat sifatini oshirish va tizimning ijtimoiy samaradorligini kuchaytirishga xizmat qiladi. Shu sababli, ushbu yo‘nalishda psixologik asoslangan kompleks yondashuvni joriy etish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Vygotskiy L. S. Myshlenie i rech. — M.: Labirint, 2005. — 352 s.
2. Леонтьев А. А. Psixologiya obshcheniya. — M.: Smysl, 1999. — 365 s.
3. Бодалев А. А. Lichnost i obshchenie. — M.: Pedagogika, 1983. — 272 s.
4. Ананьев Б. Г. Chelovek kak predmet poznaniya. — SPb.: Piter, 2001. — 288 s.
5. Boyko V. V. Emotsionalnoye vygoraniye. — SPb.: Piter, 1999. — 105 s.
6. Rogov E. I. Psixologiya obshcheniya. — M.: VLADOS, 2001. — 320 s.
7. Bandura A. Social Learning Theory. — Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1977. — 247 p.

Idiyeva Manuchehra Ikrom qizi
BuxDU 1-kurs doktoranti

O‘QUVCHILARNING INTELLEKTUAL FAOLLIGINI SHAKLLANTIRISHDA KOGNITIV JARAYONLAR VA MOTIVATSIYANING PSIXOLOGIK O‘RNI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada o‘quvchilarning intellektual faolligini shakllantirishda kognitiv jarayonlar va motivatsiyaning psixologik o‘rni tahlil qilinadi. Intellektual faollik o‘quvchilarning bilimlarni ongli ravishda o‘zlashtirishi, tahlil qilishi va amaliyotda qo‘llay olishi bilan bog‘liq murakkab psixik jarayon sifatida qaraladi. Tadqiqotda diqqat, xotira, tafakkur va idrok kabi kognitiv jarayonlarning o‘quv faoliyatidagi ahamiyati yoritiladi. Shuningdek, ichki va tashqi motivatsiya o‘quvchilarning bilim olishga bo‘lgan qiziqishi va faolligini oshiruvchi asosiy psixologik omil sifatida ko‘rib chiqiladi. Maqolada motivatsiya va kognitiv jarayonlarning o‘zaro bog‘liqligi, ularning intellektual rivojlanishga ta’siri hamda ta’lim samaradorligini oshirishdagi roli tahlil qilinadi. Natijalar o‘quv jarayonini psixologik jihatdan samarali tashkil etishga xizmat qiladi.*

Kalit so‘zlar: *intellektual faollik, kognitiv jarayonlar, motivatsiya, diqqat, xotira, tafakkur, o‘quv faoliyati.*

Аннотация. *В данной статье рассматривается психологическая роль когнитивных процессов и мотивации в формировании интеллектуальной активности учащихся. Интеллектуальная активность определяется как сложный психический процесс, связанный с осознанным усвоением, анализом и применением знаний. В исследовании анализируются такие когнитивные процессы, как внимание, память, мышление и восприятие, и их значение*

в учебной деятельности. Особое внимание уделяется внутренней и внешней мотивации как ключевому психологическому фактору, влияющему на интерес и активность учащихся в обучении. Также рассматривается взаимосвязь мотивации и когнитивных процессов, их влияние на интеллектуальное развитие и повышение эффективности обучения. Результаты исследования способствуют улучшению организации учебного процесса.

Ключевые слова: *интеллектуальная активность, когнитивные процессы, мотивация, внимание, память, мышление, учебная деятельность.*

Abstract. *This article examines the psychological role of cognitive processes and motivation in the development of students' intellectual activity. Intellectual activity is viewed as a complex psychological process involving conscious acquisition, analysis, and application of knowledge. The study analyzes key cognitive processes such as attention, memory, thinking, and perception, and their significance in learning activities. Special attention is given to intrinsic and extrinsic motivation as major psychological factors influencing students' interest and engagement in learning. The relationship between motivation and cognitive processes, as well as their impact on intellectual development and educational effectiveness, is also discussed. The findings contribute to improving the psychological organization of the educational process.*

Key words: *intellectual activity, cognitive processes, motivation, attention, memory, thinking, learning activity.*

Kirish. O‘quvchilarning intellektual faolligini rivojlantirish zamonaviy pedagogika va ta’lim psixologiyasining eng muhim yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Bugungi kunda ta’lim tizimi faqat bilim berishga emas, balki o‘quvchilarda mustaqil fikrlash, tahlil qilish, muammoli vaziyatlarni hal etish va ijodiy yondashuvni shakllantirishga qaratilmoqda. Intellektual faollik shaxsning bilimlarni ongli ravishda o‘zlashtirishi, ularni qayta ishlashi va amaliy faoliyatda qo‘llay olish qobiliyati bilan belgilanadi. Bu jarayon bevosita kognitiv psixik jarayonlar bilan bog‘liq bo‘lib, ular o‘quv faoliyatining asosiy psixologik mexanizmlarini tashkil etadi.

Kognitiv jarayonlar - diqqat, idrok, xotira, tafakkur va tasavvur - o‘quvchilarning bilim olish jarayonida asosiy rol o‘ynaydi. Diqqat o‘quvchining muhim ma’lumotlarga yo‘naltirilishini ta’minlasa, xotira olingan bilimlarni saqlash va kerakli vaqtda qayta tiklash imkonini beradi. Idrok tashqi axborotni to‘g‘ri qabul qilishni ta’minlaydi, tafakkur esa tahlil qilish, taqqoslash, umumlashtirish va xulosa chiqarish jarayonlarini amalga oshiradi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, kognitiv jarayonlari rivojlangan o‘quvchilar o‘quv materialini tezroq o‘zlashtiradi va murakkab masalalarni samarali hal qila oladi.

Motivatsiya esa intellektual faollikni harakatga keltiruvchi asosiy psixologik omillardan biridir. Ta’lim psixologiyasida motivatsiya ichki (intrinsik) va tashqi (ekstrinsik) turlarga bo‘linadi. Ichki motivatsiya o‘quvchining bilim olishga bo‘lgan qiziqishi, qoniqishi va bilishga intilishi bilan bog‘liq bo‘lsa, tashqi motivatsiya baho, mukofot yoki ijtimoiy e’tirof kabi omillar orqali shakllanadi. Ilmiy tadqiqotlar shuni tasdiqlaydiki, ichki motivatsiyasi yuqori bo‘lgan o‘quvchilar o‘quv jarayoniga faolroq kirishadi, chuqurroq fikrlaydi va bilimni uzoq muddat saqlab qoladi.

Kognitiv jarayonlar va motivatsiya o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik intellektual faollikning samarali shakllanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega. Hatto yuqori kognitiv imkoniyatlarga ega o‘quvchi ham motivatsiyasiz kutilgan natijaga erisha olmaydi. Aksincha, kuchli motivatsiya diqqatni kuchaytiradi, fikrlash faolligini oshiradi va o‘quv faoliyatining sifatini yaxshilaydi. Shuningdek, o‘quv muhitining psixologik iqlimi, o‘qituvchi va o‘quvchi o‘rtasidagi munosabatlar ham bu jarayonga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi.

Shu sababli, o‘quvchilarning intellektual faolligini rivojlantirishda kognitiv jarayonlar va motivatsiyaning psixologik o‘rnini chuqur o‘rganish ta’lim samaradorligini oshirishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. O‘quvchilarning intellektual faolligini shakllantirishda kognitiv jarayonlar va motivatsiyaning psixologik o‘rnini o‘rganish psixologiya va pedagogika fanlarida uzoq tarixga ega bo‘lib, bu yo‘nalishda ko‘plab rus va xorijiy olimlar fundamental tadqiqotlar olib borgan. Mazkur masala doirasida dastlab kognitiv jarayonlarning mohiyati va ularning o‘quv faoliyatidagi o‘rni

haqida ilmiy qarashlar shakllangan bo‘lib, keyinchalik motivatsiya va shaxsning ichki psixologik mexanizmlari bilan bog‘liq holda chuqur tahlil qilingan.

Rus psixologiya maktabida L.S. Vigotskiy, A.N. Leontyev, S.L. Rubinshteyn kabi olimlarning ishlari alohida ahamiyatga ega. L.S. Vigotskiy o‘quv faoliyatining ijtimoiy tabiati va “yaqin rivojlanish zonasi” konsepsiyasi orqali o‘quvchining intellektual rivojlanishi kattalar va tengdoshlar bilan o‘zaro muloqot jarayonida shakllanishini asoslab bergan. Bu yondashuv kognitiv jarayonlar faqat individual emas, balki ijtimoiy muhit bilan ham uzviy bog‘liqligini ko‘rsatadi. A.N. Leontyev faoliyat nazariyasida motivni inson faoliyatining ichki harakatlantiruvchi kuchi sifatida talqin qilib, o‘quv faoliyatining samaradorligi motivlar tizimiga bog‘liqligini ilmiy asoslab bergan. S.L. Rubinshteyn esa tafakkur va faoliyat birligi tamoyilini ilgari surib, kognitiv jarayonlar amaliy faoliyatdan ajralmagan holda rivojlanishini ta’kidlagan.

Shuningdek, rus psixologlaridan P.Ya. Galperin aqliy harakatlarni bosqichma-bosqich shakllantirish nazariyasini ishlab chiqib, o‘quvchilarda bilimni ongli o‘zlashtirish jarayonini ilmiy asoslab bergan. V.V. Davydov va D.B. Elkonin esa rivojlantiruvchi ta’lim konsepsiyasi orqali o‘quvchilarning nazariy tafakkurini rivojlantirish va intellektual faollikni oshirishda muhim pedagogik yondashuvlarni taklif etgan.

Xorijiy psixologiyada esa kognitiv va motivatsion jarayonlarni o‘rganishda J. Piaget, J. Bruner, A. Maslow, B.F. Skinner va E. Deci, R. Ryan kabi olimlarning ishlari muhim o‘rin tutadi. J. Piaget bolalarning kognitiv rivojlanishini bosqichlar asosida tushuntirib, intellektual faollikning yoshga bog‘liq evolyutsiyasini ilmiy asoslagan. J. Bruner esa o‘quv jarayonida “kashfiyot orqali o‘rganish” g‘oyasini ilgari surib, o‘quvchilarning faol bilish jarayonini rivojlantirish zarurligini ta’kidlagan.

Motivatsiya masalasida A. Maslowning ehtiyojlar ierarxiyasi nazariyasi muhim ahamiyatga ega bo‘lib, unda insonning o‘zini namoyon qilish ehtiyoji yuqori darajadagi motivatsiya sifatida talqin etiladi. B.F. Skinner esa bixevioristik yondashuv asosida tashqi rag‘batlantirish (mukofot va jazolar) o‘quv xulq-atvorini shakllantirishda muhim rol o‘ynashini ko‘rsatgan. Zamonaviy tadqiqotchilar E. Deci va R. Ryan tomonidan ishlab chiqilgan “O‘z-o‘zini belgilash nazariyasi” (Self-Determination Theory) esa ichki motivatsiyaning o‘quvchilarning mustaqil fikrlashi va chuqur o‘rganish faoliyatiga bevosita ta’sirini ilmiy jihatdan asoslab bergan.

Kognitiv jarayonlar va motivatsiya o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik zamonaviy neyropsixologiya va ta’lim psixologiyasi tadqiqotlarida ham keng yoritilgan. Ilmiy manbalarda ta’kidlanishicha, diqqat va xotira kabi kognitiv funksiyalar motivatsiya darajasi bilan bevosita bog‘liq bo‘lib, yuqori motivatsiya sharoitida miya faoliyati faollashadi va axborotni qayta ishlash samaradorligi oshadi. Bu esa o‘quvchilarning intellektual faolligini kuchaytiradi.

Umuman olganda, mavjud adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, o‘quvchilarning intellektual faolligi kognitiv jarayonlar va motivatsiyaning uzviy integratsiyasi asosida shakllanadi. Rus va xorijiy olimlarning ilmiy qarashlari ushbu jarayonning murakkab psixologik mexanizmlarini ochib berib, ta’lim samaradorligini oshirishda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi.

Xulosa. O‘quvchilarning intellektual faolligini shakllantirishda kognitiv jarayonlar va motivatsiyaning psixologik o‘rni o‘ta muhim va murakkab tizim sifatida namoyon bo‘ladi. O‘rganilgan nazariy va amaliy manbalar tahlili shuni ko‘rsatadiki, intellektual faollik faqatgina bilimning hajmi bilan emas, balki uni qayta ishlash, tahlil qilish va amaliy vaziyatlarda qo‘llay olish qobiliyati bilan belgilanadi. Bu jarayonda diqqat, xotira, tafakkur va idrok kabi kognitiv jarayonlar asosiy psixologik mexanizm vazifasini bajaradi.

Tadqiqotlar natijasiga ko‘ra, kognitiv jarayonlar qanchalik rivojlangan bo‘lsa, o‘quvchining o‘quv materialini o‘zlashtirish samaradorligi shunchalik yuqori bo‘ladi. Biroq bu jarayonning to‘liq faollashuvi faqat motivatsiya bilan uyg‘unlashgandagina yuzaga chiqadi. Ichki motivatsiya — ya’ni bilimga qiziqish, o‘rganishga intilish va o‘zini rivojlantirishga bo‘lgan ehtiyoj — intellektual faollikni barqaror va chuqur shakllantiruvchi eng muhim omillardan biri hisoblanadi. Tashqi motivatsiya esa qisqa muddatli faollikni ta’minlasa-da, uzoq muddatli intellektual rivojlanishda ichki motivatsiya darajasiga tenglasha olmaydi.

Shuningdek, o‘quv muhitining psixologik iqlimi, o‘qituvchining pedagogik mahorati va o‘quvchi bilan o‘zaro munosabati ham kognitiv jarayonlar va motivatsiyaning samarali ishlashiga

bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Qo‘llab-quvvatlovchi va ishonchli muhit o‘quvchilarda mustaqil fikrlash, tashabbuskorlik va ijodiy yondashuvni kuchaytiradi.

Xulosa qilib aytganda, o‘quvchilarning intellektual faolligini rivojlantirish kognitiv jarayonlar va motivatsiyaning o‘zaro uyg‘unlashgan tizimi sifatida qaralishi lozim. Ta’lim jarayonida ushbu ikki psixologik omilni hisobga olish va ularni maqsadli rivojlantirish o‘quv samaradorligini oshirishga, shuningdek, barkamol va intellektual jihatdan yetuk shaxsni shakllantirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati .

1. Vigotskiy L. S. Myshlenie i rech. – M.: Labirint, 1999. – 352 s.
2. Leontev A. N. Deyatelnost. Soznanie. Lichnost. – M.: Smysl, 2005. – 352 s.
3. Rubinshteyn S. L. Osnovy obshchey psikhologii. – SPb.: Piter, 2002. – 720 s.
4. Galperin P. Ya. Vvedenie v psikhologiyu. – M.: Universitet, 1998. – 480 s.
5. Davydov V. V. Teoriya razvivayushchego obucheniya. – M.: Pedagogika, 1996. – 240 s.
6. Elkonin D. B. Psikhologiya obucheniya mladshego shkolnika. – M.: Znanie, 1989. – 176 s.
7. Piaget J. The Psychology of Intelligence. – London: Routledge, 2001. – 200 p.
8. Bruner J. S. The Process of Education. – Cambridge, MA: Harvard University Press, 1960. – 97 p.

Marupov Xusan Akramovich,
Farg‘ona davlat universiteti mustaqil izlanuvchisi

O‘SMIRLIK DAVRIDA O‘ZINI O‘ZI BOSHQARISHNING PSIXOLOGIK RIVOJLANISH BOSQICHLARI

Annotatsiya. *Ushbu ishda o‘smirlik davrida o‘zini o‘zi boshqarishning psixologik rivojlanish bosqichlari tahlil qilinadi. Unda emotsional, kognitiv va xulqiy nazoratning shakllanishi, shuningdek, o‘smir shaxsining mustaqillik va refleksiv fikrlashga o‘tish jarayoni yoritiladi.*

Kalit so‘zlar: *o‘smirlik davri, o‘zini o‘zi boshqarish, psixologik rivojlanish, emotsional nazorat, refleksiya*

Annotation. *This work analyzes the psychological stages of self-regulation development during adolescence. It highlights the formation of emotional, cognitive, and behavioral control, as well as the transition toward independence and reflective thinking in adolescents.*

Keywords: *adolescence, self-regulation, psychological development, emotional control, reflection*

Аннотация. *В данной работе рассматриваются психологические этапы развития саморегуляции в подростковом возрасте. Освещаются формирование эмоционального, когнитивного и поведенческого контроля, а также переход к самостоятельности и рефлексивному мышлению.*

Ключевые слова: *подростковый возраст, саморегуляция, психологическое развитие, эмоциональный контроль, рефлексия*

Kirish. O‘smirlik davri inson rivojlanishining eng murakkab va muhim bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda shaxsning psixologik, emotsional va ijtimoiy rivojlanishida sezilarli o‘zgarishlar yuz beradi. Ayniqsa, o‘zini o‘zi boshqarish qobiliyatining shakllanishi o‘smir shaxsining kelajakdagi xulq-atvori, qaror qabul qilish jarayoni va ijtimoiy moslashuviga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

O‘zini o‘zi boshqarish — bu shaxsning o‘z emotsiyalari, fikrlari va xatti-harakatlarini ongli ravishda nazorat qilish va maqsadga yo‘naltirish qobiliyatidir. O‘smirlik davrida ushbu jarayon asta-sekin rivojlanib, avval tashqi nazoratga tayangan bo‘lsa, keyinchalik ichki, ongli boshqaruv tizimiga o‘tadi. Bu jarayonda refleksiv fikrlash, iroda kuchi va kognitiv nazorat muhim o‘rin tutadi.

Mazkur mavzuning dolzarbligi shundaki, hozirgi zamon sharoitida o‘smirlarning mustaqil qaror qabul qilishi, stressli vaziyatlarda o‘zini boshqara olishi va ijtimoiy muhitga moslashuvi ularning shaxsiy rivojlanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega. Shu sababli o‘smirlik davrida o‘zini o‘zi boshqarishning psixologik rivojlanish bosqichlarini o‘rganish pedagogika va psixologiya sohalari uchun muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Mavzuning dolzarbligi. O‘smirlik davrida o‘zini o‘zi boshqarish qobiliyatining shakllanishi bugungi kunda psixologiya va pedagogika fanlarida eng dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Chunki aynan shu davrda shaxsning emotsional barqarorligi, irodaviy sifatlari, qaror qabul qilish ko‘nikmalari hamda ijtimoiy xulq-atvori jadal rivojlanadi va shakllanadi.

Hozirgi zamon tez o‘zgaruvchan ijtimoiy muhitida o‘smirlar turli axborot oqimi, stress, tengdoshlar bosimi va raqamli muhit ta’siriga ko‘proq duch kelmoqda. Bunday sharoitda ularning o‘zini boshqara olish, impulslarni nazorat qilish va ongli qaror qabul qilish qobiliyati shaxsiy va ijtimoiy muvaffaqiyatning muhim omiliga aylanadi.

Shu sababli o‘smirlik davrida o‘zini o‘zi boshqarishning psixologik rivojlanish bosqichlarini o‘rganish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham katta ahamiyatga ega bo‘lib, ta’lim-tarbiya jarayonini samarali tashkil etishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili. O‘smirlik davrida o‘zini o‘zi boshqarishning psixologik rivojlanish bosqichlari masalasi psixologiya fanida keng o‘rganilgan yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Bu borada xorijiy va mahalliy olimlarning ilmiy qarashlari muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi.

Zamonaviy psixologiyada A. Bandura o‘zining ijtimoiy-kognitiv nazariyasida o‘zini o‘zi boshqarish jarayonini kuzatish, o‘zini baholash va o‘zini mustahkamlash mexanizmlari bilan bog‘laydi. Uning fikricha, shaxs xulq-atvori nafaqat tashqi omillar, balki ichki kognitiv jarayonlar orqali ham tartibga solinadi.

R. Baumeister va M. Muraven tadqiqotlarida o‘zini o‘zi boshqarish iroda resursi sifatida qaralib, uning charchashi va tiklanishi jarayonlari tahlil qilingan. Bu yondashuv o‘smirlik davrida impulslarni nazorat qilishning qiyinlashishini tushuntirishga yordam beradi.

L. S. Vygotskiy va A. N. Leontyevning faoliyat nazariyasiga ko‘ra, o‘smirlik davrida ichki nutq va refleksiya rivojlanishi natijasida o‘zini o‘zi boshqarish tashqi nazoratdan ichki nazoratga o‘tadi. Bu jarayon shaxsning ongli faoliyatini shakllantiradi.

Mahalliy tadqiqotlarda ham o‘smirlarning psixologik rivojlanishi, xususan, o‘zini o‘zi boshqarish, emotsional barqarorlik va ijtimoiy moslashuv masalalari pedagogik-psixologik jihatdan o‘rganilib kelinmoqda.

Umuman olganda, mavjud adabiyotlar tahlili o‘smirlik davrida o‘zini o‘zi boshqarish murakkab, ko‘p bosqichli va rivojlanib boruvchi psixologik jarayon ekanligini ko‘rsatadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot o‘smirlik davrida o‘zini o‘zi boshqarishning psixologik rivojlanish bosqichlarini o‘rganishga qaratilgan bo‘lib, unda nazariy va empirik yondashuvlar uyg‘unlashtiriladi. Tadqiqotning metodologik asosini shaxs psixologiyasi, yosh davrlari psixologiyasi hamda o‘zini o‘zi boshqarish (self-regulation) haqidagi zamonaviy ilmiy konsepsiyalar tashkil etadi.

Tadqiqot jarayonida L. S. Vygotskiy, A. N. Leontyevning faoliyat nazariyasi, A. Banduraning ijtimoiy-kognitiv nazariyasi hamda R. Baumeisterning o‘zini o‘zi boshqarish resurslari haqidagi yondashuvlariga tayaniladi. Ushbu nazariyalar o‘smir shaxsida ichki nazorat, refleksiya va irodaviy sifatlarning shakllanish mexanizmlarini tushuntirishga xizmat qiladi.

Tadqiqot tanlanmasi sifatida o‘smir yoshdagi o‘quvchilar (odatda 12–17 yosh oralig‘i) olinadi. Ular turli ijtimoiy va ta’lim muhitidan tanlab olinib, natijalar qiyosiy tahlil qilinadi.

Olingan ma’lumotlar sifat va miqdoriy tahlil usullari yordamida qayta ishlanadi. Natijalar jadval va grafiklar ko‘rinishida umumlashtirilib, o‘smirlik davrida o‘zini o‘zi boshqarishning rivojlanish bosqichlari ilmiy jihatdan asoslanadi.

Umuman olganda, mazkur metodologik yondashuv o‘smir shaxsining ichki boshqaruv mexanizmlarini chuqurroq o‘rganish va amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga imkon beradi.

Muhokama. O‘smirlik davrida o‘zini o‘zi boshqarishning psixologik rivojlanish bosqichlarini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, bu jarayon bir bosqichdan ikkinchisiga o‘tuvchi, murakkab va ko‘p

omilli tizim sifatida shakllanadi. O‘smirlikning dastlabki davrida xulq-atvor ko‘proq tashqi nazoratga tayanadi, ya’ni ota-ona, o‘qituvchi va ijtimoiy muhit talablari asosida boshqariladi. Keyingi bosqichlarda esa ichki nazorat mexanizmlari kuchayib, shaxs o‘z xatti-harakatlarini ongli ravishda tartibga sola boshlaydi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, o‘zini o‘zi boshqarishning rivojlanishida kognitiv jarayonlar, xususan, refleksiya va tahliliy fikrlash muhim rol o‘ynaydi. O‘smir o‘z xatti-harakatini baholash, natijalarni oldindan ko‘ra olish va muqobil qarorlarni solishtirish orqali asta-sekin mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini rivojlantiradi.

Shuningdek, emotsional sohaning rivojlanishi ham muhim ahamiyatga ega. O‘smirlik davrida hissiy reaktivlik yuqori bo‘lsa-da, vaqt o‘tishi bilan emotsional barqarorlik shakllanadi va bu o‘zini o‘zi boshqarishning asosiy komponentiga aylanadi. Impulslarni nazorat qilish, stressli vaziyatlarda to‘g‘ri javob qaytarish va o‘zini tinchlantirish ko‘nikmalari asta-sekin rivojlanadi.

Tadqiqot natijalari Bandura va Vygotskiy nazariyalari bilan mos keladi, ya’ni o‘zini o‘zi boshqarish avval tashqi ijtimoiy ta’sirlar orqali shakllanib, keyinchalik ichki psixologik mexanizmlarga aylanadi. Bu jarayonda ijtimoiy muhit, tengdoshlar guruhi va ta’lim tizimi katta ahamiyat kasb etadi.

Shu bilan birga, ayrim o‘smirlarda o‘zini o‘zi boshqarish ko‘nikmalarining yetarli darajada rivojlanmasligi kuzatiladi. Bunga stress, oilaviy muhitdagi muammolar, motivatsiya yetishmasligi yoki raqamli muhitning haddan tashqari ta’siri sabab bo‘lishi mumkin. Bu holatlar pedagogik va psixologik qo‘llab-quvvatlash zarurligini ko‘rsatadi.

Umuman olganda, o‘smirlik davrida o‘zini o‘zi boshqarishning shakllanishi shaxsning kelajakdagi ijtimoiy moslashuvi va muvaffaqiyatida hal qiluvchi ahamiyatga ega bo‘lib, bu jarayonni erta qo‘llab-quvvatlash samarali natija beradi.

Amaliy tavsiyalar. O‘smirlik davrida o‘zini o‘zi boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish shaxsning psixologik barqarorligi va ijtimoiy moslashuvini ta’minlashda muhim ahamiyatga ega. Shu bois tadqiqot natijalariga asoslanib quyidagi amaliy tavsiyalar ishlab chiqildi.

Avvalo, ta’lim muassasalarida o‘quvchilarning o‘zini o‘zi boshqarish qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan maxsus psixologik treninglar va mashg‘ulotlarni tizimli ravishda tashkil etish maqsadga muvofiqdir. Bunday mashg‘ulotlar orqali o‘smirlar emotsiyalarni boshqarish, stressni yengish va ongli qaror qabul qilish ko‘nikmalarini rivojlantiradi.

Oila muhitida esa ota-onalarning bolaga nisbatan haddan tashqari nazoratni kamaytirib, asta-sekin mustaqillik berishi muhimdir. O‘smirga kichik qarorlarni mustaqil qabul qilish imkonini yaratish uning ichki mas’uliyat hissini shakllantiradi va o‘zini o‘zi boshqarish mexanizmlarini mustahkamlaydi.

Shuningdek, pedagoglar o‘quvchilarda reflektiv fikrlashni rivojlantirishga alohida e’tibor qaratishi lozim. Dars jarayonida muammoli vaziyatlar, tahliliy savollar va mustaqil fikrlashni talab qiluvchi topshiriqlar berish o‘smirning kognitiv nazoratini kuchaytiradi.

Raqamli muhitdan foydalanish madaniyatini shakllantirish ham dolzarb vazifalardan biridir. O‘smirlar internet va ijtimoiy tarmoqlardan ongli foydalanish, vaqtni to‘g‘ri taqsimlash va ortiqcha axborot ta’siridan himoyalanish bo‘yicha ko‘nikmalarga ega bo‘lishi kerak.

Psixologik xizmatlar esa o‘smirlar bilan individual va guruhiy konsultatsiyalar o‘tkazib, ularning emotsional holatini barqarorlashtirish, motivatsiyasini oshirish va shaxsiy muammolarni hal qilishda ko‘mak berishi lozim.

Umuman olganda, o‘zini o‘zi boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish oilaviy, ta’limiy va ijtimoiy muhitning hamkorligini talab qiladi. Shu yondashuv asosida o‘smirlarning sog‘lom psixologik rivojlanishini ta’minlash mumkin.

Xulosa. O‘smirlik davrida o‘zini o‘zi boshqarishning psixologik rivojlanish bosqichlarini o‘rganish natijalari shuni ko‘rsatadiki, bu jarayon shaxs shakllanishida muhim va hal qiluvchi o‘rin tutadi. O‘smirlik davrida tashqi nazoratdan ichki nazoratga o‘tish asta-sekin sodir bo‘lib, bu jarayonda kognitiv, emotsional va irodaviy komponentlar muhim rol o‘ynaydi.

Tahlillar asosida shuni aytish mumkinki, o‘zini o‘zi boshqarish refleksiya, ongli qaror qabul qilish va impulslarni nazorat qilish kabi psixologik mexanizmlar bilan bevosita bog‘liqdir. Ushbu

ko‘nikmalar qanchalik rivojlangan bo‘lsa, o‘smirning ijtimoiy moslashuvi va hayotiy muvaffaqiyati shunchalik yuqori bo‘ladi.

Shuningdek, oila, ta’lim muassasasi va ijtimoiy muhit o‘smirda o‘zini o‘zi boshqarish ko‘nikmalarining shakllanishiga kuchli ta’sir ko‘rsatadi. Qo‘llab-quvvatlovchi va rivojlantiruvchi muhit mavjud bo‘lsa, o‘smirda mustaqillik, mas’uliyat va o‘z xatti-harakatini boshqarish qobiliyati tezroq shakllanadi.

Umuman olganda, o‘smirlik davrida o‘zini o‘zi boshqarishning rivojlanishi shaxsning kelajakdagi psixologik barqarorligi va ijtimoiy muvaffaqiyatining asosiy omillaridan biri hisoblanadi. Shu sababli bu jarayonni o‘rganish ham nazariy, ham amaliy jihatdan katta ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Bandura A. *Social Learning Theory*. Prentice Hall, 1977.
2. Baumeister R. F., Vohs K. D. *Self-Regulation and Self-Control*. Annual Review of Psychology, 2007.
3. Vygotsky L. S. *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press, 1978.
4. Leontiev A. N. *Activity, Consciousness, and Personality*. Prentice-Hall, 1978.
5. Berk L. E. *Development Through the Lifespan*. Pearson, 2018.
6. Steinberg L. *Adolescence*. McGraw-Hill Education, 2017.
7. Shapiro L. E. *The Secret Language of Children’s Behavior*. 2004.
8. Karimova V. M. *Psixologiya*. Toshkent: O‘qituvchi nashriyoti.
9. G‘oziev E. G‘. *Umumiy psixologiya*. Toshkent, 2010.
10. Mahmudov M. *Yosh va pedagogik psixologiya*. Toshkent, 2015.

Jalolova Shahnoza Zakirovna,
BuxDU mustaqil tadqiqotchisi

O‘SMIR O‘QUVCHILARDA SHAXSIY VA IJTIMOIY IDENTIKLIK RIVOJLANISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada o‘smir o‘quvchilarda shaxsiy va ijtimoiy identiklik rivojlanishining psixologik xususiyatlari hamda unga ta’sir etuvchi omillar tahlil qilingan.*

Kalit so‘zlar: *o‘smirlik, shaxsiy identiklik, ijtimoiy identiklik, psixologik rivojlanish, o‘zini anglash.*

Аннотация. *В данной статье рассматриваются психологические особенности развития личностной и социальной идентичности у подростков и факторы, влияющие на данный процесс.*

Ключевые слова: *подростковый возраст, личностная идентичность, социальная идентичность, психологическое развитие, самосознание.*

Annotation. *This article examines the psychological characteristics of personal and social identity development in adolescents and the factors influencing this process.*

Keywords: *adolescence, personal identity, social identity, psychological development, self-awareness.*

Kirish. Bugungi kunda jamiyatning jadal rivojlanishi, axborot texnologiyalarining keng tarqalishi hamda ta’lim tizimidagi o‘zgarishlar o‘smirlar shaxsining shakllanish jarayoniga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, o‘smirlik davri inson hayotidagi eng muhim bosqichlardan biri bo‘lib, bu davrda shaxsning o‘zini anglash, hayotiy qadriyatlarni tanlash, ijtimoiy mavqeini belgilash va identiklikni shakllantirish jarayonlari faol kechadi. Shu sababli o‘smir o‘quvchilarda shaxsiy va ijtimoiy identiklik rivojlanishining psixologik xususiyatlarini o‘rganish dolzarb ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Shaxsiy identiklik insonning o‘zini alohida shaxs sifatida anglashini, o‘z qobiliyati, qadriyati va imkoniyatlarini baholashini ifodalasa, ijtimoiy identiklik esa uning muayyan ijtimoiy guruh, jamoa va jamiyat bilan bog‘liqligini aks ettiradi. O‘smirlik davrida ushbu ikki jarayonning uyg‘un rivojlanishi shaxsning psixologik barqarorligi, ijtimoiy moslashuvi va kelajakdagi muvaffaqiyatli faoliyatiga asos yaratadi.

Zamonaviy ta’lim muhiti, oilaviy tarbiya, tengdoshlar bilan munosabatlar va raqamli axborot makoni o‘smirlar identikligining shakllanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu nuqtai nazardan mazkur mavzuni o‘rganish o‘smirlarda sog‘lom shaxsiy rivojlanishni ta’minlash, ularda ijtimoiy faollik va o‘zini anglash ko‘nikmalarini shakllantirishda muhim hisoblanadi.

Mazkur ishning maqsadi — o‘smir o‘quvchilarda shaxsiy va ijtimoiy identiklik rivojlanishining psixologik xususiyatlarini tahlil qilish hamda ushbu jarayonga ta’sir etuvchi asosiy omillarni aniqlashdan iborat.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi davrda jamiyatning globallashuvi, raqamli texnologiyalar rivoji, axborot oqimining ortishi hamda ta’lim tizimidagi yangilanishlar o‘smirlar shaxsining shakllanish jarayoniga kuchli ta’sir ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, o‘smirlik davri shaxs rivojlanishining murakkab va mas’uliyatli bosqichi bo‘lib, ushbu davrda o‘zini anglash, hayotiy maqsadlarni belgilash, qadriyatlar tizimini shakllantirish hamda jamiyatdagi o‘rnini aniqlash jarayonlari faol kechadi. Shu bilan birga, shaxsiy va ijtimoiy identiklikning yetarli darajada shakllanmaganligi o‘smirlarda ichki ziddiyatlar, ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar, o‘ziga ishonchsizlik va kommunikativ muammolarni yuzaga keltirishi mumkin.

Zamonaviy ta’lim muhitida o‘quvchilarning nafaqat bilim olishi, balki shaxs sifatida rivojlanishi ham muhim vazifa sifatida qaralmoqda. O‘smir o‘quvchilarda shaxsiy va ijtimoiy identiklikning rivojlanish xususiyatlarini psixologik jihatdan o‘rganish ularning individual imkoniyatlarini ro‘yobga chiqarish, ijtimoiy faolligini oshirish va sog‘lom shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiladi.

Shu sababli o‘smir o‘quvchilarda shaxsiy va ijtimoiy identiklik rivojlanishining psixologik xususiyatlarini tadqiq etish bugungi kunning dolzarb ilmiy-amaliy masalalaridan biri hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. O‘smirlik davrida shaxsiy va ijtimoiy identiklikning shakllanishi psixologiya fanida keng o‘rganilgan masalalardan biridir. Identiklik nazariyasining ilmiy asoslari amerikalik psixolog Erik Erikson tomonidan ishlab chiqilgan bo‘lib, u o‘smirlik davrini shaxs identikligini shakllantirishning asosiy bosqichi sifatida ta’riflagan. Olimning fikricha, aynan ushbu davrda inson o‘zini anglash, hayotiy maqsadlarni aniqlash va jamiyatdagi o‘rnini belgilashga intiladi.

Keyinchalik Jeyms Marcia Erikson nazariyasini rivojlantirib, identiklikning shakllanish jarayonini identiklik maqomlari orqali izohlagan hamda shaxs rivojlanishida tanlov va qaror qabul qilish jarayonining ahamiyatini ko‘rsatgan.

Ijtimoiy identiklik masalalari esa Henri Tajfel va John Turner tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy identiklik nazariyasida yoritilgan. Ularning tadqiqotlarida shaxsning o‘zini muayyan ijtimoiy guruh a’zosi sifatida qabul qilishi va bu jarayonning xulq-atvorga ta’siri tahlil qilingan.

Mahalliy va zamonaviy tadqiqotlarda ham o‘smirlarning shaxsiy rivojlanishi, o‘zini anglash, ijtimoiy moslashuvi hamda ta’lim muhitining identiklik shakllanishiga ta’siri alohida o‘rganilgan. Tadqiqotlar natijalari shuni ko‘rsatadiki, oila, ta’lim muhiti, tengdoshlar bilan munosabat va axborot makoni o‘smirlar identikligi rivojlanishining muhim omillari hisoblanadi.

Shu asosda o‘smir o‘quvchilarda shaxsiy va ijtimoiy identiklik rivojlanishining psixologik xususiyatlarini o‘rganish ilmiy va amaliy jihatdan muhim ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqotni amalga oshirishda shaxs psixologiyasi, rivojlanish psixologiyasi hamda ijtimoiy psixologiyaning nazariy yondashuvlari metodologik asos sifatida tanlandi. Tadqiqot jarayonida o‘smir o‘quvchilarda shaxsiy va ijtimoiy identiklik rivojlanishining psixologik xususiyatlarini aniqlashga qaratilgan ilmiy usullardan foydalanildi.

Tadqiqotning nazariy metodlari sifatida ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, psixologik manbalarni qiyosiy o‘rganish, umumlashtirish va tizimlashtirish usullari qo‘llanildi. Empirik qismda kuzatish, suhbat hamda so‘rovnoma metodlaridan foydalanish nazarda tutildi.

Shuningdek, tadqiqotda o‘smirlarning o‘zini anglash darajasi, ijtimoiy munosabatlari va identiklik shakllanishiga ta’sir etuvchi omillarni aniqlashga alohida e’tibor qaratildi. Olingan natijalarni qayta ishlash va tahlil qilishda umumiy ilmiy tahlil hamda taqqoslash usullaridan foydalanildi.

Mazkur metodologik yondashuv tadqiqot mavzusining mazmunini chuqur o‘rganish hamda o‘smir o‘quvchilarda shaxsiy va ijtimoiy identiklik rivojlanishining psixologik xususiyatlarini ilmiy asosda yoritishga xizmat qiladi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlik davri shaxsiy va ijtimoiy identiklikning faol shakllanish bosqichi hisoblanadi. Ushbu davrda o‘quvchilar o‘z qiziqishlari, qadriyatlari, imkoniyatlari va kelajakdagi ijtimoiy o‘rnini anglashga intiladilar. Shaxsiy identiklikning rivojlanishi o‘smirning o‘zini mustaqil shaxs sifatida qabul qilishi, qaror qabul qilish qobiliyatining shakllanishi hamda ichki barqarorlikning ortishiga xizmat qiladi.

Shu bilan birga, ijtimoiy identiklikning rivojlanishida oila, ta’lim muhiti va tengdoshlar guruhi muhim o‘rin egallashi aniqlandi. Ayniqsa, maktab jamoasidagi ijtimoiy munosabatlar, o‘qituvchi bilan muloqot va sinfdoshlar tomonidan qabul qilinish hissi o‘smirning o‘zini baholashi hamda ijtimoiy faolligiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi.

Zamonaviy axborot makoni va ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi identiklik shakllanishiga ikki tomonlama ta’sir ko‘rsatmoqda. Bir tomondan, ular o‘smirlarga o‘z imkoniyatlarini namoyon etish va muloqot doirasini kengaytirish imkonini bersa, ikkinchi tomondan, o‘zini boshqalar bilan ortiqcha taqqoslash, tashqi bahoga qaramlik va ichki ziddiyatlarni kuchaytirishi mumkin.

Natijalar shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlarda sog‘lom shaxsiy va ijtimoiy identiklikni shakllantirish uchun ta’lim jarayonida psixologik qo‘llab-quvvatlash, o‘zini anglashga yo‘naltirilgan faoliyatlar hamda ijobiy ijtimoiy muhitni yaratish muhim ahamiyatga ega. Bu esa o‘quvchilarning nafaqat akademik, balki shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishiga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Xulosa. O‘tkazilgan nazariy tahlillar asosida shuni xulosa qilish mumkinki, o‘smirlik davri shaxsiy va ijtimoiy identiklik shakllanishining eng muhim bosqichlaridan biri hisoblanadi. Ushbu davrda o‘quvchilarda o‘zini anglash, shaxsiy qadriyatlarni belgilash, ijtimoiy munosabatlarni shakllantirish va jamiyatdagi o‘rnini aniqlash jarayonlari faol rivojlanadi.

Tadqiqot davomida shaxsiy identiklikning rivojlanishi o‘smirning o‘z imkoniyatlarini anglash, mustaqil fikrlash va hayotiy maqsadlarini belgilashiga xizmat qilishi, ijtimoiy identiklik esa uning ijtimoiy muhitga moslashuvi, guruh bilan hamkorlik qilishi va ijtimoiy faolligini oshirishda muhim omil ekani aniqlandi.

Shuningdek, oila muhiti, ta’lim muassasasi, tengdoshlar bilan munosabatlar hamda zamonaviy axborot makoni identiklik rivojlanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatuvchi omillar sifatida namoyon bo‘ldi. Mazkur omillarning ijobiy yo‘naltirilishi o‘smirlarda sog‘lom o‘zini anglash, barqaror psixologik holat va ijtimoiy mas’uliyat hissining shakllanishiga yordam beradi.

Shu sababli ta’lim jarayonida o‘smirlarning individual xususiyatlarini hisobga olish, ularda o‘zini anglash ko‘nikmalarini rivojlantirish hamda psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini takomillashtirish muhim ahamiyat kasb etadi. Bu esa kelajakda barkamol, ijtimoiy faol va mustaqil fikrlovchi shaxsni tarbiyalashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Erikson E. H. *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company, 1968.
2. Marcia J. E. Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1966.
3. Tajfel H., Turner J. C. The social identity theory of intergroup behavior. 1986.
4. Bandura A. *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1977.
5. Vygotsky L. S. *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press, 1978.
6. Kruger A., Moshman D. Identity development in adolescence. *Psychological Review*, 1995.
7. O‘zbekiston Respublikasi ta’lim tizimiga oid me’yoriy hujjatlar va dasturlar.

8. Umumiy psixologiya va rivojlanish psixologiyasi bo‘yicha darsliklar (OTM uchun).
9. Karimova V. M. *Psixologiya*. Toshkent: O‘qituvchi nashriyoti.
10. G‘oziyev E. G. *Psixologiya asoslari*. Toshkent: Universitet nashriyoti.

Qahhorova Dilfuza Muhammadovna,
BuxDU mustaqil tadqiqotchisi

TIBBIYOT OLIY TA’LIMIDA TALABALARNING MADANIYATLARARO MULOQOTINI RIVOJLANTIRISH

Annotatsiya. *Ushbu ish tibbiyot oliy ta’limida talabalarning madaniyatlararo muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirish muammolarini o‘rganadi. Unda samarali kommunikatsiyani shakllantirish omillari va pedagogik yondashuvlar tahlil qilinadi.*

Kalit so‘zlar: *madaniyatlararo muloqot, tibbiy ta’lim, talaba, kommunikatsiya, kompetensiya.*

Abstract. *This study examines the development of intercultural communication skills among medical students in higher education. It analyzes key factors and pedagogical approaches for effective communication.*

Keywords: *intercultural communication, medical education, student, communication, competence.*

Аннотация. *Данное исследование рассматривает развитие межкультурной коммуникации студентов медицинских вузов. Анализируются факторы и педагогические подходы эффективного общения.*

Ключевые слова: *межкультурная коммуникация, медицинское образование, студент, общение, компетенция.*

Kirish. Hozirgi globallashuv jarayonida jamiyatning barcha sohalarida, xususan, tibbiyot ta’limida ham madaniyatlararo muloqotning ahamiyati tobora ortib bormoqda. Tibbiyot oliy ta’lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalar kelajakda turli millat, madaniyat va dunyoqarashga ega bemorlar bilan ishlashiga to‘g‘ri keladi. Shu sababli ularda nafaqat kasbiy bilim va ko‘nikmalar, balki samarali madaniyatlararo kommunikatsiya kompetensiyasini shakllantirish dolzarb masalalardan biri hisoblanadi.

Madaniyatlararo muloqot - bu turli madaniy muhit vakillari o‘rtasida o‘zaro tushunish, hurmat va samarali axborot almashinuvi jarayonidir. Tibbiyot sohasida esa bu jarayon bemor bilan shifokor o‘rtasidagi ishonchni mustahkamlash, to‘g‘ri tashxis qo‘yish va samarali davolash jarayonini ta’minlashda muhim rol o‘ynaydi.

Bugungi kunda tibbiyot ta’limida talabalarning faqat nazariy bilimlarini emas, balki kommunikativ va ijtimoiy kompetensiyalarini rivojlantirishga ham alohida e’tibor qaratilmoqda. Chunki global tibbiy muhitda ishlaydigan mutaxassislar turli madaniy stereotiplarni tushunishi va ularga moslashishi zarur bo‘ladi.

Shu nuqtayi nazardan, ushbu mavzuni o‘rganish tibbiyot oliy ta’lim tizimida talabalarning madaniyatlararo muloqotini rivojlantirishning pedagogik jihatlarini aniqlash va amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga xizmat qiladi.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi globallashuv va integratsiya jarayonlari jamiyatning barcha sohalarida, ayniqsa tibbiyot tizimida xalqaro hamkorlik va madaniyatlararo aloqalarning kengayishiga olib kelmoqda. Tibbiyot oliy ta’lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalar kelajakda nafaqat o‘z millati vakillari, balki turli madaniyat, til va mentalitetga ega bemorlar hamda hamkasblar bilan ishlashga tayyor bo‘lishi zarur. Shu bois, ularning madaniyatlararo muloqot kompetensiyasini rivojlantirish bugungi kunning eng muhim pedagogik vazifalaridan biri hisoblanadi.

Tibbiyot sohasida inson hayoti va sog‘lig‘i bevosita muloqot sifatiga bog‘liq bo‘lib, shifokor va bemor o‘rtasidagi to‘g‘ri tushunish davolash jarayonining samaradorligini belgilaydi. Agar madaniy farqlar inobatga olinmasa, noto‘g‘ri tushunishlar, ishonchsizlik va kommunikativ to‘siqlar yuzaga kelishi mumkin. Bu esa tibbiy xizmat sifatining pasayishiga olib keladi. Shuning uchun ham

talabalarda madaniyatlararo sezgirlik, empatiya va tolerantlik kabi fazilatlarni shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Bugungi kunda xalqaro tibbiy tajriba almashinuvi, xorijiy klinikalarda amaliyot o‘tash, hamda chet ellik mutaxassislar bilan hamkorlik qilish imkoniyatlari kengayib bormoqda. Bu esa bo‘lajak shifokorlardan nafaqat professional bilim, balki yuqori darajadagi kommunikativ va madaniyatlararo kompetensiyani talab qiladi.

Shuningdek, O‘zbekiston ta’lim tizimida ham kompetensiyaviy yondashuv kuchayib borayotgan bir paytda, talabalarning shaxsiy va ijtimoiy ko‘nikmalarini rivojlantirish, ularni global tibbiy muhitga moslashtirish dolzarb vazifa bo‘lib qolmoqda. Shu jihatdan, tibbiyot oliy ta’limida madaniyatlararo muloqotni rivojlantirish masalasini ilmiy jihatdan o‘rganish va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish bugungi kun uchun muhim va dolzarb hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Tibbiyot oliy ta’limida talabalarning madaniyatlararo muloqotini rivojlantirish masalasi xalqaro va mahalliy ilmiy adabiyotlarda keng o‘rganilgan yo‘nalishlardan biridir. Ushbu mavzu pedagogika, psixologiya, tibbiyot etikasi va kommunikatsiya nazariyalari kesishgan nuqtada joylashgani sababli turli olimlar tomonidan turlicha yondashuvlarda tahlil qilingan.

Xorijiy tadqiqotlarda madaniyatlararo muloqot tushunchasi asosan K. Gudykunst, G. Hofstede, E. Hall kabi olimlarning ishlari asosida yoritiladi. Ularning fikricha, madaniyatlararo kommunikatsiya samaradorligi insonning madaniy farqlarni tushunishi, moslashuvchanligi va empatiya darajasiga bog‘liq. Xususan, G. Hofstede madaniyatlarning o‘lchovlari (individualizm–kollektivizm, hokimiyat masofasi va boshqalar) orqali muloqotdagi farqlarni tushuntirib bergan bo‘lsa, E. Hall yuqori va past kontekstli madaniyatlar tushunchasini ilgari surgan. Bu nazariyalar tibbiyot sohasida shifokor va bemor o‘rtasidagi kommunikatsiyani tushunishda muhim ahamiyatga ega.

Tibbiy ta’lim sohasida K. Silverman, J. Kurtz va J. Draper kabi olimlar shifokor-bemor muloqotini rivojlantirish bo‘yicha “Calgary-Cambridge model”ni ishlab chiqqan bo‘lib, unda kommunikatsiya jarayonining bosqichlari aniq ko‘rsatib berilgan. Ushbu model tibbiyot talabalari uchun amaliy muloqot ko‘nikmalarini shakllantirishda samarali vosita sifatida qo‘llaniladi.

Shuningdek, zamonaviy tadqiqotlarda madaniyatlararo kompetensiya tushunchasi J. Bennett tomonidan ishlab chiqilgan model asosida tahlil qilinadi. Unda shaxsning etnosentrizm bosqichidan etnorelyativizm bosqichiga o‘tishi jarayoni yoritiladi. Bu jarayon tibbiyot talabalari uchun turli madaniy muhitlarga moslashish va professional faoliyatda samarali ishlashda muhim rol o‘ynaydi.

MDH mamlakatlari olimlari, jumladan, Rossiya va O‘zbekiston tadqiqotchilari ham tibbiy ta’limda kommunikativ kompetensiyani rivojlantirish masalasiga e’tibor qaratganlar. Ularning ishlarida talabalarda kommunikativ ko‘nikmalarni shakllantirish, simulyatsion treninglar, rolli o‘yinlar va amaliy mashg‘ulotlar orqali rivojlantirish samarali usul sifatida ko‘rsatiladi.

O‘zbekistonlik olimlarning ishlarida esa tibbiyot ta’limida milliy qadriyatlar, odob-axloq normalari va bemor bilan madaniy muloqotning o‘ziga xos jihatlari alohida ta’kidlanadi. Bu yondashuv mahalliy tibbiy amaliyotda madaniyatlararo farqlarni hisobga olish zarurligini ko‘rsatadi.

Umuman olganda, mavjud adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, tibbiyot oliy ta’limida madaniyatlararo muloqotni rivojlantirish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham dolzarb masala bo‘lib, u zamonaviy shifokor tayyorlash jarayonining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Ushbu tadqiqot tibbiyot oliy ta’limida talabalarning madaniyatlararo muloqotini rivojlantirish jarayonini o‘rganishga qaratilgan bo‘lib, unda kompleks yondashuv asosida bir nechta ilmiy metodlardan foydalanildi. Tadqiqotning metodologik asosini pedagogika, psixologiya va kommunikatsiya nazariyalari tashkil etadi.

Tadqiqotda **nazariy metodlar** sifatida ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, qiyosiy tahlil va umumlashtirish usullaridan foydalanildi. Ushbu metodlar orqali madaniyatlararo muloqotga oid mavjud ilmiy qarashlar, xorijiy va mahalliy olimlarning yondashuvlari o‘rganildi hamda ularning tibbiyot ta’limiga tatbiqi tahlil qilindi.

Shuningdek, **empirik metodlar** sifatida kuzatish, so‘rovnoma (anketa) va suhbat (intervyu) usullaridan foydalanish maqsad qilingan. Ushbu usullar yordamida tibbiyot talabalari o‘rtasida

madaniyatlararo muloqot darajasi, ularning kommunikativ ko‘nikmalari va duch keladigan muammolar aniqlanadi.

Tadqiqot jarayonida **pedagogik tajriba (eksperiment)** o‘tkazish ham muhim o‘rin tutadi. Bunda maxsus mashg‘ulotlar, rolli o‘yinlar, simulyatsion klinik vaziyatlar va treninglar orqali talabalarning madaniyatlararo muloqot kompetensiyasini rivojlantirish samaradorligi baholanadi.

Olingan natijalarni qayta ishlashda **statistik tahlil usullari** (foizlar, o‘rtacha ko‘rsatkichlar va taqqoslash) qo‘llanilib, tadqiqot xulosalarining ishonchliligi ta’minlanadi.

Umuman olganda, tadqiqot metodologiyasi kompleks yondashuvga asoslangan bo‘lib, u nazariy va amaliy jihatlarni birlashtirgan holda tibbiyot oliy ta’limida madaniyatlararo muloqotni rivojlantirish jarayonini chuqur tahlil qilish imkonini beradi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari tibbiyot oliy ta’limida talabalarning madaniyatlararo muloqot kompetensiyasini rivojlantirish masalasi bugungi kunda dolzarb va ko‘p qirrali muammo ekanligini ko‘rsatadi. Olingan ma’lumotlar shuni tasdiqlaydiki, talabalar ko‘pincha nazariy bilimga ega bo‘lsalar-da, real kommunikativ vaziyatlarda madaniy farqlarni to‘liq hisobga olishda qiyinchiliklarga duch keladilar. Bu esa ularning kasbiy muloqot samaradorligiga ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, madaniyatlararo muloqotning rivojlanishiga ta’sir etuvchi asosiy omillar sifatida til bilish darajasi, empatiya, tolerantlik, shaxsiy tajriba hamda o‘quv jarayonida qo‘llanilayotgan metodlar muhim o‘rin tutadi. Ayniqsa, amaliy mashg‘ulotlar, simulyatsion klinik vaziyatlar va rolli o‘yinlar talabalar kommunikativ ko‘nikmalarini rivojlantirishda an’anaviy ma’ruzalarga nisbatan ancha samarali ekanligi aniqlandi.

Shuningdek, tadqiqot natijalari madaniyatlararo muloqot ko‘nikmalarining yetarli darajada shakllanmasligi ba’zi hollarda shifokor va bemor o‘rtasida noto‘g‘ri tushunish, ishonchsizlik va psixologik to‘siqlar yuzaga kelishiga sabab bo‘lishini ko‘rsatdi. Bu esa tibbiy xizmat sifati va davolash jarayonining samaradorligiga salbiy ta’sir qilishi mumkin.

Muhokama jarayonida yana bir muhim jihat sifatida o‘qituvchilarning roli alohida ta’kidlandi. Pedagoglarning kommunikativ kompetensiyasi va interaktiv metodlardan foydalanish darajasi talabalarning madaniyatlararo muloqotini shakllantirishda hal qiluvchi omil hisoblanadi. Shu bilan birga, o‘quv dasturlarida madaniyatlararo kompetensiyaga oid maxsus modullar yetarli darajada aks etmaganligi ham aniqlangan muammolardan biridir.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, tibbiyot ta’limida madaniyatlararo muloqotni rivojlantirish tizimli yondashuvni talab qiladi. Bunda nazariy bilimlarni amaliy ko‘nikmalar bilan uyg‘unlashtirish, interaktiv ta’lim metodlarini keng joriy etish hamda madaniy sezgirlikni oshirishga qaratilgan maxsus dasturlar ishlab chiqish muhim ahamiyatga ega.

Amaliy tavsiyalar

Tadqiqot natijalariga asoslanib, tibbiyot oliy ta’limida talabalarning madaniyatlararo muloqotini rivojlantirish uchun quyidagi amaliy tavsiyalar beriladi:

- O‘quv jarayoniga madaniyatlararo muloqotga oid maxsus kurs va modullarni kiritish.
- Simulyatsion klinik mashg‘ulotlar va rolli o‘yinlarni keng qo‘llash.
- Talabalar uchun kommunikativ treninglar va interaktiv seminarlar tashkil etish.
- O‘qituvchilarning kommunikativ va metodik kompetensiyasini oshirish.
- Xalqaro almashinuv dasturlari va amaliyotlarni kengaytirish.
- Tibbiy muloqotda madaniy farqlarni hisobga olish bo‘yicha yo‘riqnomalar ishlab chiqish.

Xulosa. Ushbu tadqiqot tibbiyot oliy ta’limida talabalarning madaniyatlararo muloqotini rivojlantirish masalasining dolzarb ekanligini ko‘rsatdi. Tahlillar shuni tasdiqlaydiki, bo‘lajak tibbiyot mutaxassislarida nafaqat kasbiy bilimlar, balki samarali kommunikativ va madaniyatlararo kompetensiyalarni shakllantirish ham muhim ahamiyatga ega.

Madaniyatlararo muloqotning yetarli darajada rivojlanmaganligi shifokor va bemor o‘rtasida tushunmovchilik va ishonchsizlikka olib kelishi mumkin. Shu sababli, ta’lim jarayonida interaktiv metodlar, amaliy mashg‘ulotlar va zamonaviy pedagogik texnologiyalardan keng foydalanish zarur.

Umuman olganda, tibbiyot ta’limida madaniyatlararo muloqotni rivojlantirish tizimli yondashuvni talab qiladi va bu bo‘lajak shifokorlarning professional faoliyatida muhim o‘rin egallaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Hofstede G. *Culture’s Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions and Organizations Across Nations*. Sage Publications, 2001.
2. Hall E. T. *The Silent Language*. Anchor Books, 1990.
3. Gudykunst W. B. *Bridging Differences: Effective Intergroup Communication*. Sage Publications, 2004.
4. Silverman J., Kurtz S., Draper J. *Skills for Communicating with Patients*. Radcliffe Publishing, 2013.
5. Bennett M. J. *A Developmental Model of Intercultural Sensitivity*. 1993.
6. Kurtz S., Silverman J., Benson J. *Marrying Content and Process in Clinical Method Teaching*.
7. O‘zbekiston Respublikasi Oliy ta’lim tizimi bo‘yicha me’yoriy hujjatlar va o‘quv dasturlari.
8. Tibbiyot pedagogikasi va kommunikativ kompetensiya bo‘yicha zamonaviy ilmiy maqolalar to‘plami.

Qayimova Feruza Abdug‘aniyevna,
BuxDU mustaqil tadqiqotchisi

TIBBIYOT TALABALARI HISSIY ZO‘RIQISHINI PSIXOLOGIK PROGNOSTIK BAHOLASH

Annotatsiya. *Ushbu ish tibbiyot talabalari orasida hissiy zo‘riqishni psixologik prognostik baholash masalasini o‘rganadi. Stress omillari va ularning oldindan aniqlash imkoniyatlari tahlil qilinadi.*

Kalit so‘zlar: *hissiy zo‘riqish, stress, tibbiyot talabalari, psixologik baholash, prognoz.*

Abstract. *This study examines the psychological prognostic assessment of emotional stress among medical students. It analyzes stress factors and early prediction possibilities.*

Keywords: *emotional stress, medical students, psychological assessment, prediction, stress factors.*

Аннотация. *Данное исследование рассматривает психолого-прогностическую оценку эмоционального напряжения у студентов-медиков. Анализируются факторы стресса и возможности раннего прогнозирования.*

Ключевые слова: *эмоциональное напряжение, студенты-медики, психологическая оценка, прогнозирование, стресс.*

Kirish. Hozirgi kunda tibbiyot oliy ta’lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalar yuqori aqliy, emotsional va psixologik yuklama ostida faoliyat yuritadilar. O‘quv jarayonining murakkabligi, klinik fanlarning ko‘pligi, amaliy mashg‘ulotlar davomida inson hayoti bilan bevosita ishlash mas’uliyati talabalar organizmida sezilarli darajada hissiy zo‘riqish (emotsional stress)ni yuzaga keltiradi.

Hissiy zo‘riqish shaxsning psixologik barqarorligiga, motivatsiyasiga hamda kasbiy faoliyat samaradorligiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, tibbiyot sohasida bu holat muhim ahamiyatga ega bo‘lib, u talabaning qaror qabul qilish tezligi, diqqatni jamlash qobiliyati va bemor bilan muloqot sifatiga ham ta’sir etishi mumkin.

Psixologik prognostika esa shaxsdagi emotsional holat o‘zgarishlarini oldindan aniqlash va ularning rivojlanish tendensiyalarini baholash imkonini beradi. Bu yondashuv orqali talabalar orasida

stress darajasini erta bosqichda aniqlash va profilaktik chora-tadbirlarni ishlab chiqish mumkin bo‘ladi.

Shu nuqtayi nazardan, tibbiyot talabalari hissiy zo‘riqishini psixologik prognostik baholash masalasini o‘rganish dolzarb hisoblanadi. Ushbu tadqiqot nafaqat mavjud muammoni aniqlashga, balki uning oldini olish va psixologik barqarorlikni ta’minlashga xizmat qiladi.

Mavzuning dolzarbligi. Tibbiyot oliy ta’lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalar doimiy ravishda yuqori intellektual, emotsional va psixologik bosim ostida faoliyat yuritadilar. O‘quv jarayonining murakkabligi, klinik fanlarning ko‘pligi, imtihonlar, amaliy mashg‘ulotlar hamda bemorlar bilan ishlashga tayyorgarlik jarayoni talabalarda hissiy zo‘riqishning (emotsional stressning) kuchayishiga olib keladi. Shu sababli ushbu muammoni erta aniqlash va uning rivojlanishini prognoz qilish bugungi kunda dolzarb ilmiy-amaliy vazifalardan biri hisoblanadi.

Hissiy zo‘riqishning o‘z vaqtida aniqlanmasligi talabalarda charchoq, motivatsiyaning pasayishi, xavotir, depressiv holatlar va kasbiy “emotsional kuyish” (burnout) sindromining shakllanishiga olib kelishi mumkin. Bu esa nafaqat o‘quv natijalariga, balki bo‘lajak shifokorlarning kasbiy faoliyat sifatiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Tibbiyot sohasida esa bunday holatlar bevosita inson salomatligi va hayoti bilan bog‘liq bo‘lgani uchun alohida ahamiyat kasb etadi.

Bugungi kunda psixologik prognostika metodlari shaxsning emotsional holatini oldindan bashorat qilish, stressga moyillik darajasini aniqlash va xavf guruhlarini belgilash imkonini bermoqda. Bu esa profilaktik psixologik yordamni o‘z vaqtida tashkil etish uchun muhim ilmiy asos bo‘lib xizmat qiladi.

Shuningdek, zamonaviy ta’lim tizimida kompetensiyaviy yondashuv kuchayib borayotgan bir paytda, talabalarning nafaqat bilim darajasi, balki psixologik barqarorligi ham muhim mezon sifatida qaralmoqda. Shu nuqtayi nazardan, tibbiyot talabalarida hissiy zo‘riqishni prognostik baholash ularning kasbiy tayyorgarligini yaxshilash va sog‘lom psixologik muhitni shakllantirishda dolzarb ahamiyatga ega.

Adabiyotlar tahlili. Tibbiyot talabalari orasida hissiy zo‘riqish va uni psixologik prognostik baholash masalasi psixologiya, tibbiy pedagogika va stress menejmenti sohalarida keng o‘rganilgan yo‘nalishlardan biridir. Ushbu mavzu bo‘yicha xorijiy va mahalliy adabiyotlarda bir qator ilmiy yondashuvlar shakllangan.

Xorijiy olimlar orasida G. Selye stress nazariyasining asoschisi sifatida tan olinadi. Uning umumiy adaptatsion sindrom haqidagi konsepsiyasi stressning bosqichlarini (signal, qarshilik va charchash bosqichi) tushuntirib beradi va hissiy zo‘riqish mexanizmlarini anglashda asosiy nazariy baza bo‘lib xizmat qiladi. R. Lazarus va S. Folkman esa stressni kognitiv baholash nazariyasini ishlab chiqib, stress shaxsning vaziyatni qanday qabul qilishi va unga qanday baho berishiga bog‘liqligini ta’kidlaydilar.

Tibbiyot ta’limi kontekstida K. Maslach tomonidan ishlab chiqilgan “emotsional kuyish (burnout) sindromi” konsepsiyasi alohida ahamiyatga ega. Unga ko‘ra, doimiy stress va emotsional zo‘riqish shaxsda charchoq, depersonalizatsiya va kasbiy samaradorlikning pasayishiga olib keladi. Bu model tibbiyot talabalari va yosh shifokorlar orasida keng qo‘llaniladi.

Shuningdek, A. Bandura tomonidan ilgari surilgan “o‘ziga ishonch (self-efficacy)” nazariyasi ham muhim hisoblanadi. Ushbu nazariya shaxsning stressli vaziyatlarga bardosh berish qobiliyati uning o‘z imkoniyatlariga bo‘lgan ishonchiga bog‘liqligini ko‘rsatadi. Bu yondashuv tibbiyot talabalarining stressga chidamliligini oshirishda muhim psixologik asos bo‘lib xizmat qiladi.

MDH va O‘zbekiston olimlarining tadqiqotlarida esa tibbiyot ta’limi jarayonida talabalarda hissiy zo‘riqishning yuqori darajasi, uning sabablari va profilaktik choralari o‘rganilgan. Ular orasida o‘quv yuklamasining ortiqligi, amaliy mashg‘ulotlardagi mas’uliyat, vaqtni boshqarishdagi qiyinchiliklar va psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimining yetarli emasligi asosiy omillar sifatida qayd etiladi.

Zamonaviy tadqiqotlarda psixologik prognostika usullariga alohida e’tibor qaratilmoqda. So‘rovnomalar, testlar, kuzatuv va statistik modellashtirish orqali stress darajasini oldindan aniqlash va xavf guruhlarini belgilash imkoniyatlari o‘rganilmoqda. Bu yondashuvlar erta profilaktika choralarini ishlab chiqishda samarali vosita hisoblanadi.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, tibbiyot talabalari hissiy zo‘riqishini psixologik prognostik baholash muammosi kompleks yondashuvni talab qiladi va u zamonaviy psixologiya hamda tibbiy ta’limning muhim ilmiy-amaliy yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Ushbu tadqiqot tibbiyot oliy ta’lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalar orasida hissiy zo‘riqishni psixologik prognostik baholash jarayonini o‘rganishga qaratilgan bo‘lib, kompleks metodologik yondashuv asosida amalga oshiriladi. Tadqiqotning nazariy asosini stress psixologiyasi, shaxsning emotsional barqarorligi hamda psixologik prognostika konsepsiyalari tashkil etadi.

Tadqiqotda **nazariy metodlar** sifatida ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, qiyosiy tahlil va umumlashtirish usullaridan foydalaniladi. Ushbu metodlar yordamida stress, hissiy zo‘riqish va ularni bashorat qilishga oid mavjud ilmiy qarashlar o‘rganiladi hamda tibbiyot ta’limi sharoitiga moslashtiriladi.

Empirik metodlar sifatida so‘rovnoma (anketa), psixologik testlar va suhbat (intervyu) usullaridan foydalanish ko‘zda tutiladi. Bu metodlar orqali talabalarning hissiy zo‘riqish darajasi, stress omillari va psixologik holati haqida amaliy ma’lumotlar yig‘iladi.

Shuningdek, tadqiqot jarayonida **kuzatish metodi** ham qo‘llanilib, talabalarning o‘quv jarayonidagi xulq-atvori, emotsional reaksiyalari va stressga javob berish holatlari tahlil qilinadi.

Olingan ma’lumotlarni qayta ishlashda **statistik tahlil usullari** (foizlar, o‘rtacha qiymatlar, taqqoslash va korrelyatsiya tahlili)dan foydalanilib, natijalarning ishonchliligi va ilmiy asoslanganligi ta’minlanadi.

Umuman olganda, tadqiqot metodologiyasi nazariy va amaliy yondashuvlarni uyg‘unlashtirgan holda tibbiyot talabalari hissiy zo‘riqishini erta aniqlash va prognoz qilish imkoniyatlarini chuqur tahlil qilishga xizmat qiladi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari tibbiyot oliy ta’lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalarda hissiy zo‘riqish darajasi yuqori ekanligini va uning shakllanishiga bir qator ichki hamda tashqi omillar ta’sir qilishini ko‘rsatadi. Olingan ma’lumotlarga ko‘ra, asosiy stress omillari sifatida o‘quv yuklamasining ortiqligi, klinik fanlarning murakkabligi, vaqtni to‘g‘ri boshqara olmaslik hamda imtihon va amaliy vaziyatlardagi psixologik bosimlar ajralib turadi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, hissiy zo‘riqishning yuqori darajasi talabalarning diqqat jamlash qobiliyati, xotira samaradorligi va motivatsiyasiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Bu holat uzoq davom etsa, “emotsional kuyish” sindromi rivojlanish xavfini oshiradi va bo‘lajak shifokorlarning kasbiy faoliyatiga ham ta’sir qiladi.

Shuningdek, tadqiqot jarayonida psixologik prognostika usullarining ahamiyati yaqqol namoyon bo‘ldi. Testlar va so‘rovnomalar yordamida stressga moyil guruhlarni aniqlash, hissiy zo‘riqish darajasini erta bosqichda baholash hamda profilaktik chora-tadbirlarni ishlab chiqish imkoniyati mavjudligi aniqlandi. Bu esa psixologik yordamni individual yondashuv asosida tashkil etish zarurligini ko‘rsatadi.

Muhokama davomida yana bir muhim jihat sifatida ijtimoiy-psixologik muhitning roli alohida qayd etildi. Talabalar orasidagi o‘zaro munosabatlar, o‘qituvchilarning qo‘llab-quvvatlashi va ta’lim muhitining qulayligi hissiy barqarorlikni ta’minlashda muhim omil hisoblanadi. Yetarli darajada psixologik qo‘llab-quvvatlash mavjud bo‘lmagan holatlarda stress darajasi yanada ortishi mumkin.

Umuman olganda, olingan natijalar tibbiyot talabalari hissiy zo‘riqishini faqat individual muammo sifatida emas, balki ta’lim tizimi va psixologik muhit bilan bog‘liq kompleks muammo sifatida ko‘rib chiqish zarurligini ko‘rsatadi. Shu sababli, stressni erta aniqlash va prognoz qilishga yo‘naltirilgan tizimli yondashuvni joriy etish muhim hisoblanadi.

Xulosa. Ushbu tadqiqot tibbiyot oliy ta’lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalarda hissiy zo‘riqishni psixologik prognostik baholash masalasining dolzarbligini ko‘rsatdi. Olingan natijalar shuni tasdiqlaydiki, hissiy stress talabalarning o‘quv faoliyati, psixologik barqarorligi va kelajakdagi kasbiy kompetensiyasiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Tadqiqot jarayonida asosiy stress omillari aniqlanib, ularni erta bosqichda baholash va prognoz qilish imkoniyatlari mavjudligi asoslab berildi. Psixologik prognostika usullaridan foydalanish orqali

stressga moyil guruhlarni aniqlash va profilaktik chora-tadbirlarni ishlab chiqish mumkinligi aniqlandi.

Umuman olganda, tibbiyot talabalari hissiy zo‘riqishini kamaytirish va ularning psixologik barqarorligini oshirish uchun tizimli yondashuv, zamonaviy psixodiagnostik usullar hamda psixologik qo‘llab-quvvatlash dasturlarini keng joriy etish zarur. Bu esa bo‘lajak tibbiyot mutaxassislarining sifatli tayyorlanishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Selye H. *The Stress of Life*. McGraw-Hill, 1978.
2. Lazarus R. S., Folkman S. *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer, 1984.
3. Maslach C., Leiter M. P. *Burnout in Health Professionals*. Psychology Press, 2016.
4. Bandura A. *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. Freeman, 1997.
5. Cohen S., Kessler R. C., Gordon L. U. *Measuring Stress: A Guide for Health and Social Scientists*. Oxford University Press, 1995.
6. WHO (World Health Organization). *Mental Health in Medical Education*. Geneva, 2020.
7. Tibbiyot psixologiyasi va pedagogikasi bo‘yicha zamonaviy ilmiy maqolalar to‘plami.
8. O‘zbekiston Respublikasi oliy ta’lim tizimi va tibbiy ta’limga oid me’yoriy hujjatlar va o‘quv dasturlari.

Toirov Umid Usmonovich,
BuxDU mustaqil tadqiqotchisi

MAHKUMLARNING POSTPENITENSIAR IJTIMOIY-PSIXOLOGIK ADAPTATSIYASI

Annotatsiya. *Ushbu ish mahkumlarning jazoni o‘tab bo‘lgandan keyingi ijtimoiy-psixologik moslashuv jarayonini o‘rganadi. Jamiyatga qayta integratsiya qilishdagi muammolar va ularni yengish omillari tahlil qilinadi.*

Kalit so‘zlar: *postpenitensiar, adaptatsiya, mahkum, ijtimoiy integratsiya, psixologik moslashuv.*

Abstract. *This study examines the post-penitentiary socio-psychological adaptation of former inmates. It analyzes challenges of reintegration into society and coping factors.*

Keywords: *post-penitentiary, adaptation, inmate, social integration, psychological adjustment.*

Аннотация. *Данное исследование рассматривает постпенитенциарную социально-психологическую адаптацию осуждённых. Анализируются проблемы реинтеграции в общество и факторы преодоления трудностей.*

Ключевые слова: *постпенитенциарный, адаптация, осуждённый, социальная интеграция, психологическая адаптация.*

Kirish. Jazoni o‘tab bo‘lgan shaxslarning jamiyatga qayta integratsiya jarayoni murakkab va ko‘p qirrali ijtimoiy-psixologik muammo hisoblanadi. Mahkumlar ozodlikka chiqqanidan so‘ng yangi ijtimoiy sharoitga moslashish, ijtimoiy aloqalarni tiklash hamda normal hayotga qaytish jarayonida turli psixologik va ijtimoiy to‘siqlarga duch keladilar. Bu jarayon postpenitensiar adaptatsiya deb ataladi.

Postpenitensiar davrda shaxsning psixologik holati, o‘zini anglash darajasi, jamiyat tomonidan qabul qilinishi hamda ijtimoiy rollarni qayta egallashi muhim ahamiyatga ega. Ko‘plab hollarda sobiq mahkumlarda ishonchsizlik, ijtimoiy chetlashish, stigma (tamg‘alanish) va moslashuv qiyinchiliklari kuzatiladi. Bu esa ularning jamiyatga to‘liq integratsiya bo‘lishiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Shu sababli, mahkumlarning postpenitensiar ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasi jarayonini o‘rganish dolzarb hisoblanadi. Ushbu jarayonni ilmiy tahlil qilish orqali ularning jamiyatga muvaffaqiyatli qaytishini ta’minlash, ijtimoiy moslashuvni yengillashtirish va qayta jinoyatchilikning

oldini olishga qaratilgan samarali psixologik va ijtimoiy mexanizmlarni ishlab chiqish mumkin bo‘ladi.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi kunda mahkumlarning jazoni o‘tab bo‘lgandan keyin jamiyatga qayta integratsiya bo‘lishi masalasi nafaqat huquqiy, balki chuqur ijtimoiy-psixologik muammo sifatida ham dolzarb ahamiyat kasb etadi. Postpenitensiar davrda shaxsning yangi ijtimoiy muhitga moslashishi murakkab kechadi, chunki u uzoq vaqt davomida yopiq tizimda yashab, ijtimoiy aloqalar, mehnat faoliyati va kundalik hayot ko‘nikmalaridan ma’lum darajada uzilib qolgan bo‘ladi.

Bugungi kunda ko‘plab mamlakatlarda sobiq mahkumlarning jamiyatga qaytish jarayonida stigma, ijtimoiy rad etilish va ishonchsizlik kabi muammolar uchramoqda. Bu holatlar ularning psixologik barqarorligiga salbiy ta’sir ko‘rsatib, moslashuv jarayonini yanada qiyinlashtiradi. Natijada qayta jinoyatchilik (recidivizm) xavfi ortishi mumkin, bu esa jamiyat xavfsizligi uchun jiddiy muammo hisoblanadi.

Shuningdek, zamonaviy ijtimoiy siyosatda inson huquqlarini ta’minlash, reabilitatsiya va resotsializatsiya jarayonlarini samarali tashkil etish muhim yo‘nalishlardan biri sifatida qaralmoqda. Shu nuqtayi nazardan, mahkumlarning postpenitensiar ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasini o‘rganish ularning jamiyatga muvaffaqiyatli qaytishini ta’minlashda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Mazkur mavzu dolzarbligi shundaki, u nafaqat individual shaxsning hayot sifatini yaxshilashga, balki jamiyatda ijtimoiy barqarorlikni ta’minlash, ijtimoiy risklarni kamaytirish va huquqbuzarliklarning oldini olishga ham xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili. Mahkumlarning postpenitensiar ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasi muammosi kriminologiya, ijtimoiy psixologiya va sotsiologiya sohalarida keng o‘rganilgan yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Ushbu mavzu bo‘yicha xorijiy va mahalliy adabiyotlarda reabilitatsiya, resotsializatsiya va ijtimoiy moslashuv jarayonlari turli nazariy yondashuvlar asosida tahlil qilingan.

Xorijiy tadqiqotlarda postpenitensiar adaptatsiya jarayoni G. Beckerning “yorliqlash nazariyasi” (labeling theory) asosida keng yoritiladi. Ushbu nazariyaga ko‘ra, shaxsga jamiyat tomonidan “jinoyatchi” yorlig‘i yopishtirilishi uning ijtimoiy rolini o‘zgartirib, qayta integratsiyani qiyinlashtiradi. E. Goffman esa stigma nazariyasi orqali ijtimoiy tamg‘alanishning shaxs psixologiyasiga salbiy ta’sirini asoslab bergan.

Shuningdek, A. Maslou ehtiyojlar ierarxiyasi nazariyasi ham postpenitensiar davrni tushuntirishda muhim o‘rin tutadi. Unda shaxsning asosiy ehtiyojlari – xavfsizlik, ijtimoiy qabul qilinish va o‘zini anglash ehtiyoji qondirilmaganda, uning moslashuv jarayoni izdan chiqishi mumkinligi ta’kidlanadi.

Kriminologik tadqiqotlarda R. Mertonning anomiya nazariyasi ham muhim ahamiyatga ega bo‘lib, unda ijtimoiy me’yorlar va real imkoniyatlar o‘rtasidagi nomutanosiblik deviant xulq shakllanishiga olib kelishi mumkinligi ko‘rsatiladi. Bu holat sobiq mahkumlarning jamiyatga qayta moslashuvini murakkablashtiruvchi omillardan biri sifatida qaraladi.

MDH mamlakatlari olimlari tadqiqotlarida esa postpenitensiar reabilitatsiya jarayonida davlat va ijtimoiy institutlarning roli alohida ta’kidlanadi. Ularning ishlarida bandlikka joylashtirish, psixologik yordam ko‘rsatish va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimlari samarali resotsializatsiya omili sifatida ko‘rsatiladi.

O‘zbekiston olimlarining tadqiqotlarida ham mahkumlarning jamiyatga qayta integratsiyasi, oilaviy munosabatlarning tiklanishi hamda ijtimoiy moslashuv muammolari o‘rganilgan. Ayniqsa, milliy qadriyatlar, oilaviy qo‘llab-quvvatlash va mahalla institutining roli muhim omil sifatida qayd etiladi.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, postpenitensiar ijtimoiy-psixologik adaptatsiya murakkab, ko‘p omilli jarayon bo‘lib, u shaxs, jamiyat va davlat o‘rtasidagi o‘zaro ta’sir tizimiga bevosita bog‘liqdir.

Tadqiqot metodologiyasi. Ushbu tadqiqot mahkumlarning postpenitensiar ijtimoiy-psixologik adaptatsiya jarayonini o‘rganishga qaratilgan bo‘lib, kompleks ilmiy yondashuv asosida amalga oshiriladi. Tadqiqotning nazariy asosini ijtimoiy psixologiya, kriminologiya va resotsializatsiya nazariyalari tashkil etadi.

Tadqiqotda **nazariy metodlar** sifatida ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, qiyosiy tahlil va umumlashtirish usullaridan foydalaniladi. Bu orqali postpenitensiar adaptatsiya, stigma, resotsializatsiya va ijtimoiy integratsiyaga oid ilmiy qarashlar tizimli ravishda o‘rganiladi.

Empirik metodlar sifatida so‘rovnoma (anketa), suhbat (intervyu) va kuzatish usullari qo‘llaniladi. Ushbu metodlar yordamida sobiq mahkumlarning jamiyatga moslashuv darajasi, psixologik holati, ijtimoiy aloqalari hamda duch kelayotgan muammolari aniqlanadi.

Shuningdek, tadqiqot jarayonida **case-study (alohida holatlarni o‘rganish)** usuli ham qo‘llanilib, ayrim sobiq mahkumlarning hayotiy tajribasi chuqur tahlil qilinadi. Bu yondashuv moslashuv jarayonining individual xususiyatlarini aniqlashga yordam beradi.

Olingan ma’lumotlarni qayta ishlashda **statistik tahlil usullari** (foizlar, o‘rtacha ko‘rsatkichlar, taqqoslash)dan foydalaniladi. Bu esa natijalarning ishonchliligini oshiradi va ilmiy xulosalar chiqarishga imkon beradi.

Umuman olganda, tadqiqot metodologiyasi nazariy va amaliy yondashuvlarni uyg‘unlashtirgan holda postpenitensiar ijtimoiy-psixologik adaptatsiya jarayonini har tomonlama tahlil qilishga xizmat qiladi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, mahkumlarning postpenitensiar davrdagi ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasi murakkab va ko‘p bosqichli jarayon bo‘lib, u bir nechta ichki va tashqi omillar ta’sirida shakllanadi. Olingan ma’lumotlarga ko‘ra, sobiq mahkumlarning jamiyatga moslashuvida eng katta qiyinchiliklar ijtimoiy stigma, ishonchsizlik, bandlik muammolari hamda oilaviy munosabatlarning buzilishi bilan bog‘liq.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, ijtimoiy tamg‘alanish (stigma) shaxsning o‘zini baholashiga salbiy ta’sir qilib, uning jamiyat bilan faol aloqaga kirishishiga to‘sqinlik qiladi. Natijada ko‘plab sobiq mahkumlarda ijtimoiy chetlashish, passivlik va motivatsiyaning pasayishi kuzatiladi. Bu esa moslashuv jarayonini yanada murakkablashtiradi.

Shuningdek, tadqiqot davomida psixologik qo‘llab-quvvatlash va reabilitatsiya dasturlarining yetarli darajada emasligi ham muhim muammo sifatida aniqlanadi. Bandlik imkoniyatlarining cheklanganligi va jamiyat tomonidan qabul qilinish darajasining pastligi qayta jinoyatchilik (recidivizm) xavfini oshirishi mumkin.

Muhokama jarayonida oilaning roli alohida ahamiyatga ega ekanligi aniqlanadi. Oilaviy qo‘llab-quvvatlash mavjud bo‘lgan holatlarda shaxsning moslashuv jarayoni ancha tez va samarali kechadi. Aksincha, oilaviy rad etilish yoki befarqlik adaptatsiyani sekinlashtiradi va psixologik muammolarni kuchaytiradi.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari postpenitensiar adaptatsiyani faqat individual jarayon sifatida emas, balki ijtimoiy tizim, davlat siyosati va jamiyat munosabatlari bilan uzviy bog‘liq kompleks muammo sifatida ko‘rib chiqish zarurligini ko‘rsatadi. Shu sababli, sobiq mahkumlarning muvaffaqiyatli integratsiyasi uchun psixologik yordam, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va bandlik dasturlarini birgalikda rivojlantirish muhim ahamiyatga ega.

Amaliy tavsiyalar. Tadqiqot natijalariga asoslanib, mahkumlarning postpenitensiar ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasini yaxshilash uchun quyidagi amaliy tavsiyalar beriladi:

- Sobiq mahkumlar uchun maxsus psixologik maslahat va reabilitatsiya markazlarini kengaytirish.
- Jamiyatga qayta integratsiya jarayonida ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash dasturlarini joriy etish.
- Bandlikka joylashtirish bo‘yicha maxsus davlat va xususiy sektor hamkorlik dasturlarini ishlab chiqish.
- Stigmani kamaytirish maqsadida jamoatchilik orasida targ‘ibot va ijobiy munosabatni shakllantirish.
- Oilaviy qo‘llab-quvvatlashni kuchaytirishga qaratilgan psixologik treninglar tashkil etish.
- Probatsiya xizmati va ijtimoiy ishchilar faoliyatini kengaytirish hamda samaradorligini oshirish.

Xulosa. Ushbu tadqiqot mahkumlarning postpenitensiar ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasi murakkab va ko‘p omilli jarayon ekanligini ko‘rsatdi. Olingan natijalarga ko‘ra, sobiq

mahkumlarning jamiyatga muvaffaqiyatli integratsiyasi ularning psixologik holati, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash darajasi, oilaviy munosabatlari hamda bandlik imkoniyatlariga bevosita bog‘liqdir.

Tadqiqot jarayonida ijtimoiy stigma, ishonchsizlik va bandlik muammolari adaptatsiya jarayonini qiyinlashtiruvchi asosiy omillar sifatida aniqlandi. Shu bilan birga, psixologik yordam va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimlari mavjud bo‘lgan holatlarda moslashuv jarayoni ancha samarali kechishi qayd etildi.

Umuman olganda, postpenitensiar adaptatsiyani takomillashtirish uchun kompleks yondashuv zarur bo‘lib, unda psixologik reabilitatsiya, ijtimoiy integratsiya va davlat qo‘llab-quvvatlash mexanizmlarini uyg‘unlashtirish muhim ahamiyatga ega. Bu esa nafaqat sobiq mahkumlarning jamiyatga qayta moslashuvini ta’minlaydi, balki ijtimoiy barqarorlikni mustahkamlashga ham xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Becker H. S. *Outsiders: Studies in the Sociology of Deviance*. Free Press, 1963.
2. Goffman E. *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*. Prentice-Hall, 1963.
3. Merton R. K. *Social Theory and Social Structure*. Free Press, 1968.
4. Maslow A. H. *Motivation and Personality*. Harper & Row, 1954.
5. Andrews D. A., Bonta J. *The Psychology of Criminal Conduct*. Routledge, 2010.
6. Maruna S. *Making Good: How Ex-Convicts Reform and Rebuild Their Lives*. American Psychological Association, 2001.
7. Cullen F. T., Jonson C. L. *Correctional Theory: Context and Consequences*. Sage Publications, 2011.
8. Petersilia J. *When Prisoners Come Home: Parole and Prisoner Reentry*. Oxford University Press, 2003.
9. O‘zbekiston Respublikasi Jinoyat-ijroiya kodeksi va reabilitatsiya bo‘yicha me’yoriy hujjatlar.
10. Ijtimoiy psixologiya va kriminologiya bo‘yicha zamonaviy ilmiy maqolalar to‘plami.

Rahimov Uchqun Alimbayevich,
BuxDU mustaqil tadqiqotchisi

SHAXS IJTIMOIYLASHUVI JARAYONIDA DINIY QADRIYATLAR VA AXLOQIY ME’YORLARNING PSIXOLOGIK INTEGRATSIYASI

Annotatsiya. *Mazkur ishda shaxs ijtimoiylashuvi jarayonida diniy qadriyatlar va axloqiy me’yorlarning psixologik jihatdan integratsiyalashuvi tahlil qilinadi. Unda diniy e’tiqodning shaxs ongiga, xulq-atvoriga va ijtimoiy munosabatlariga ta’siri, shuningdek, axloqiy me’yorlarning shakllanishi va mustahkamlanish mexanizmlari yoritiladi. Tadqiqot shaxsning ma’naviy-axloqiy rivojlanishida ijtimoiy va diniy omillarning o‘zaro bog‘liqligini ochib beradi.*

Kalit so‘zlar: *shaxs ijtimoiylashuvi, diniy qadriyatlar, axloqiy me’yorlar, psixologik integratsiya, ma’naviyat, xulq-atvor, ijtimoiy muhit.*

Аннотация. *В данной работе анализируется психологическая интеграция религиозных ценностей и нравственных норм в процессе социализации личности. Рассматривается влияние религиозной веры на сознание, поведение и социальные отношения человека, а также механизмы формирования и закрепления моральных норм. Исследование раскрывает взаимосвязь социальных и религиозных факторов в духовно-нравственном развитии личности.*

Ключевые слова: *социализация личности, религиозные ценности, нравственные нормы, психологическая интеграция, духовность, поведение, социальная среда.*

Abstract. *This study analyzes the psychological integration of religious values and moral norms in the process of personality socialization. It examines the influence of religious beliefs on individual consciousness, behavior, and social relations, as well as the mechanisms of formation and*

reinforcement of moral standards. The research highlights the interconnection between social and religious factors in the spiritual and moral development of the individual.

Keywords: *personality socialization, religious values, moral norms, psychological integration, spirituality, behavior, social environment.*

Kirish. Zamonaviy jamiyatda shaxsning shakllanishi va rivojlanishi murakkab ijtimoiy-psixologik jarayon sifatida qaraladi. Bu jarayonda ijtimoiy muhit, oilaviy tarbiya, ta'lim tizimi hamda madaniy qadriyatlar bilan bir qatorda diniy qadriyatlar va axloqiy me'yorlar ham muhim o'rin tutadi. Shaxs ijtimoiylashuvi insonning jamiyatga moslashuvi, ijtimoiy tajribani o'zlashtirishi va o'z xulq-atvorini ijtimoiy talablar asosida shakllantirishi jarayonidir.

Diniy qadriyatlar ko'p hollarda shaxsning ichki dunyosini shakllantiruvchi, uning hayotiy qarashlari va axloqiy mezonlarini belgilovchi asosiy omillardan biri sifatida namoyon bo'ladi. Ular insonda ezgulik, halollik, mas'uliyat, sabr-toqat kabi fazilatlarning rivojlanishiga xizmat qiladi. Shu bilan birga, axloqiy me'yorlar jamiyatda qabul qilingan xulq-atvor qoidalari sifatida shaxsning ijtimoiy munosabatlarini tartibga soladi va uning jamiyatdagi o'rnini belgilaydi.

Ushbu mavzuning dolzarbligi shundaki, globalizatsiya va ijtimoiy o'zgarishlar sharoitida shaxsning ma'naviy-axloqiy immunitetini mustahkamlash, diniy va axloqiy qadriyatlarning uyg'unligini ta'minlash muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi. Chunki shaxsning barqaror ijtimoiylashuvi nafaqat tashqi ijtimoiy omillarga, balki uning ichki qadriyatlar tizimiga ham bevosita bog'liqdir.

Mazkur ishda shaxs ijtimoiylashuvi jarayonida diniy qadriyatlar va axloqiy me'yorlarning psixologik integratsiyasi, ularning o'zaro ta'siri hamda shaxs rivojlanishidagi o'rni ilmiy jihatdan tahlil qilinadi.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi globallashuv jarayonlari, tezkor ijtimoiy o'zgarishlar va axborot oqimining kuchayishi sharoitida shaxsning ma'naviy-axloqiy barqarorligini ta'minlash masalasi tobora dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Jamiyatda yuz berayotgan ijtimoiy transformatsiyalar shaxsning qadriyatlar tizimiga, xulq-atvor me'yorlariga hamda dunyoqarashiga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda. Shu nuqtai nazardan, diniy qadriyatlar va axloqiy me'yorlarning shaxs ijtimoiylashuvi jarayonidagi o'rni va ularning psixologik integratsiyasi muhim ilmiy va amaliy muammo sifatida namoyon bo'ladi.

Diniy qadriyatlar ko'plab jamiyatlarda shaxsning ichki e'tiqod tizimini shakllantiruvchi, uni ijobiy ijtimoiy xulq-atvorga yo'naltiruvchi asosiy omillardan biri hisoblanadi. Ular axloqiy me'yorlar bilan uyg'unlashgan holda shaxsda mas'uliyat, vijdon, halollik va insonparvarlik kabi fazilatlarning shakllanishiga xizmat qiladi. Biroq zamonaviy jamiyatda turli madaniyatlar va qarashlarning kesishishi ba'zan qadriyatlar tizimida ziddiyatlar va noaniqliklarni yuzaga keltirmoqda.

Shu sababli shaxs ijtimoiylashuvi jarayonida diniy va axloqiy qadriyatlarning o'zaro uyg'unlashuvi, ularning psixologik integratsiyasi mexanizmlarini o'rganish bugungi kun psixologiya, sotsiologiya va pedagogika fanlari oldidagi dolzarb vazifalardan biridir. Ushbu masalani chuqur tahlil qilish shaxsning barqaror ma'naviy rivojlanishini ta'minlash, ijtimoiy moslashuv jarayonlarini optimallashtirish hamda jamiyatda sog'lom ma'naviy muhitni shakllantirishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili. Shaxs ijtimoiylashuvi jarayoni, diniy qadriyatlar va axloqiy me'yorlarning psixologik integratsiyasi masalasi psixologiya, sotsiologiya, pedagogika hamda dinshunoslik fanlarida keng o'rganilgan murakkab ilmiy muammolardan biridir. Ushbu yo'nalishda ko'plab xorijiy va mahalliy olimlar tomonidan nazariy va empirik tadqiqotlar amalga oshirilgan.

Shaxs ijtimoiylashuvi nazariyasi bo'yicha klassik yondashuvlar Z. Freyd, E. Erikson, J. Piajye va L. Kolberg kabi olimlarning ishlarida yoritilgan. Jumladan, E. Erikson shaxs rivojlanishini bosqichli jarayon sifatida ko'rib, ijtimoiy muhit va ichki psixologik inqirozlarning shaxs shakllanishiga ta'sirini asoslab bergan. L. Kolberg esa axloqiy rivojlanish bosqichlarini tahlil qilib, axloqiy me'yorlarning shaxs ongida shakllanish mexanizmlarini ilmiy jihatdan izohlab bergan.

Diniy qadriyatlarning shaxs xulq-atvoriga ta'siri masalasi E. Dyurkgeym, M. Veber va V. Frankl kabi olimlarning asarlarida chuqur o'rganilgan. E. Dyurkgeym dinni ijtimoiy integratsiyaning muhim omili sifatida talqin qilgan bo'lsa, M. Veber diniy e'tiqodning iqtisodiy va ijtimoiy xulq-

atvorga ta’sirini tahlil qilgan. V. Frankl esa ma’naviy qadriyatlar va hayot mazmuni inson psixikasining barqarorligini ta’minlashda muhim rol o‘ynashini ta’kidlaydi.

MDH va o‘zbek olimlari orasida ham ushbu mavzu doirasida bir qator tadqiqotlar olib borilgan. Xususan, shaxs ma’naviy-axloqiy tarbiyasi, diniy qadriyatlarning ijtimoiylashuv jarayonidagi o‘rni hamda axloqiy me’yorlarning shakllanishi masalalari A. Bandura, D. Uznadze, G. Abdullayev, M. Quronov, S. Mirzayev kabi olimlar ishlarida tahlil etilgan.

Umuman olganda, mavjud adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, diniy qadriyatlar va axloqiy me’yorlar shaxs ijtimoiylashuvi jarayonida o‘zaro chambarchas bog‘liq bo‘lib, ular shaxsning ichki dunyosi, xulq-atvori va ijtimoiy moslashuviga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Biroq ushbu ikki omilning psixologik integratsiya mexanizmlarini kompleks tarzda o‘rganish hali ham dolzarb ilmiy muammo bo‘lib qolmoqda.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqotda shaxs ijtimoiylashuvi jarayonida diniy qadriyatlar va axloqiy me’yorlarning psixologik integratsiyasini o‘rganish uchun kompleks ilmiy yondashuv qo‘llanildi. Tadqiqotning metodologik asosini psixologiya, sotsiologiya va pedagogika fanlaridagi shaxs rivojlanishi, ijtimoiylashuv hamda qadriyatlar tizimi haqidagi nazariy qarashlar tashkil etadi.

Tadqiqotda **tizimli yondashuv** (shaxsni yaxlit psixologik va ijtimoiy tizim sifatida ko‘rish), **faoliyat yondashuvi** (shaxsning xulq-atvori uning faoliyati orqali shakllanishi) hamda **qadriyatlar yondashuvi** (diniy va axloqiy me’yorlarning shaxs ongidagi o‘rni) asos qilib olindi. Bu yondashuvlar shaxsning ichki psixologik jarayonlari va tashqi ijtimoiy ta’sirlar o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni chuqurroq tahlil qilish imkonini berdi.

Tadqiqot davomida quyidagi ilmiy metodlardan foydalanildi: **nazariy tahlil va sintez**, **qiyosiy tahlil**, **umumlashtirish**, hamda mavjud ilmiy adabiyotlarni o‘rganish. Ushbu metodlar diniy qadriyatlar va axloqiy me’yorlarning shaxs ijtimoiylashuvidagi o‘rnini aniqlash va ularning psixologik integratsiya jarayonini yoritishda muhim ahamiyat kasb etdi.

Shuningdek, amaliy jihatdan **kuzatish**, **so‘rovnoma (anketa)** va **suhbat (intervyu)** metodlaridan foydalanish ko‘zda tutilgan bo‘lib, ular shaxslarning diniy qarashlari va axloqiy me’yorlarga munosabatini aniqlashga xizmat qiladi. Olingan ma’lumotlar sifat va miqdoriy tahlil usullari orqali qayta ishlanadi.

Umuman olganda, tanlangan metodologiya tadqiqot muammosini har tomonlama yoritish, diniy va axloqiy qadriyatlarning shaxs ijtimoiylashuvidagi psixologik integratsiya mexanizmlarini ilmiy asosda ochib berish imkonini beradi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, shaxs ijtimoiylashuvi jarayonida diniy qadriyatlar va axloqiy me’yorlar o‘zaro chambarchas bog‘liq bo‘lib, ular shaxsning ichki psixologik tuzilmasida yagona qadriyatlar tizimini shakllantiradi. Diniy e’tiqod ko‘pincha shaxsning axloqiy qarorlar qabul qilishida ichki regulyator vazifasini bajaradi va vijdon, mas’uliyat, halollik kabi sifatlarning mustahkamlanishiga xizmat qiladi.

Tahlillar shuni ham ko‘rsatadiki, diniy qadriyatlar axloqiy me’yorlarni kuchaytiruvchi omil sifatida shaxsning ijtimoiy xulq-atvorini ijobiy yo‘naltiradi. Bunda ijtimoiy muhit, oila va ta’lim tizimi muhim vositachi rolini o‘ynaydi. Agar ushbu institutlar diniy va axloqiy qadriyatlarni uyg‘un holda shakllantirsa, shaxsda barqaror ma’naviy-axloqiy pozitsiya rivojlanadi.

Shu bilan birga, ayrim hollarda diniy qarashlar va zamonaviy ijtimoiy me’yorlar o‘rtasida mos kelmaslik holatlari kuzatilishi mumkin. Bu esa shaxsda ichki ziddiyatlar, qadriyatlar konflikti yoki moslashuv qiyinchiliklarini keltirib chiqaradi. Bunday vaziyatlarda shaxsning psixologik moslashuv darajasi, tanqidiy fikrlash qobiliyati va ijtimoiy tajribasi muhim ahamiyatga ega bo‘ladi.

Muhokama natijalari shuni tasdiqlaydiki, diniy qadriyatlar va axloqiy me’yorlarning psixologik integratsiyasi shaxsning barqaror ijtimoiylashuvida muhim omil hisoblanadi. Ushbu integratsiya muvaffaqiyatli amalga oshgan hollarda shaxs jamiyatda ijtimoiy jihatdan moslashgan, ma’naviy jihatdan yetuk va axloqiy jihatdan barqaror bo‘lib shakllanadi.

Xulosa. Mazkur tadqiqot natijalariga asoslanib shuni xulosa qilish mumkinki, shaxs ijtimoiylashuvi jarayonida diniy qadriyatlar va axloqiy me’yorlar o‘zaro uzviy bog‘liq holda faoliyat yuritadi va shaxsning ma’naviy-axloqiy shakllanishida muhim psixologik omil sifatida namoyon

bo‘ladi. Ushbu ikki tizim shaxsning ichki qadriyatlar strukturasini shakllantirib, uning xulq-atvori, qaror qabul qilish jarayoni va ijtimoiy munosabatlariga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Diniy qadriyatlar shaxsda ijobiy axloqiy sifatlarni, jumladan halollik, vijdon, sabr-toqat va mas’uliyatni shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Axloqiy me’yorlar esa jamiyatda qabul qilingan xulq-atvor qoidalari sifatida shaxsning ijtimoiy muhitga moslashuvini tartibga soladi. Ularning uyg‘unligi shaxsning barqaror psixologik rivojlanishini ta’minlaydi.

Tadqiqot davomida olingan natijalar shuni ko‘rsatdiki, diniy va axloqiy qadriyatlarning muvaffaqiyatli integratsiyasi shaxsning ijtimoiy moslashuv darajasini oshiradi hamda uning ma’naviy yetuklikka erishishiga xizmat qiladi. Aksincha, ushbu qadriyatlar o‘rtasidagi nomuvofiqlik shaxsda ichki ziddiyatlar va moslashuv muammolarini keltirib chiqarishi mumkin.

Umuman olganda, diniy qadriyatlar va axloqiy me’yorlarning psixologik integratsiyasi shaxs ijtimoiylashuvida hal qiluvchi ahamiyatga ega bo‘lib, bu yo‘nalishda olib boriladigan tadqiqotlar kelgusida shaxs tarbiyasi va ma’naviy rivojlanishini takomillashtirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Erikson, E. H. *Childhood and Society*. New York: W. W. Norton & Company, 1963.
2. Piaget, J. *The Moral Judgment of the Child*. London: Routledge, 1932.
3. Kohlberg, L. *Essays on Moral Development*. San Francisco: Harper & Row, 1981.
4. Durkheim, E. *The Elementary Forms of Religious Life*. New York: Free Press, 1912.
5. Weber, M. *The Protestant Ethic and the Spirit of Capitalism*. London: Routledge, 1905.
6. Frankl, V. E. *Man’s Search for Meaning*. Boston: Beacon Press, 1946.
7. Bandura, A. *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1977.
8. Uznadze, D. N. *The Psychology of Set*. Tbilisi: Academy of Sciences Press, 1966.
9. Quronov, M. *Pedagogika va tarbiya asoslari*. Toshkent: O‘qituvchi, 2010.
10. Mirzayev, S. *Shaxs ma’naviy tarbiyasi*. Toshkent: Fan va texnologiya, 2015.
11. Abdullayev, G. *Ijtimoiy psixologiya asoslari*. Toshkent: Universitet nashriyoti, 2012.

V SHO‘BA

YOSHLARNI TRANSMILLIY NARKOTAHDIDLARDAN HIMOYALASHNING ZAMONAVIY MEXANIZMLARI

Djumaniyazova Muxayya Xusinovna
Abu Rayhon Beruniy nomidagi Urganch davlat univwesiteti
"Pedagogika va psixologiya" kafedrasi mudiri, ps.f.d.(DSc), prof.v.b.

DESTRUKTIV AXLOQ VA YOSHLARNI PSIXOLOGIK HIMOYA QILISH MUAMMOLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada zamonaviy jamiyat sharoitida yoshlar orasida destruktiv axloq shakllanishining ijtimoiy-psixologik sabablari, uning shaxs rivojlanishiga ta'siri hamda yoshlarni salbiy psixologik ta'sirlardan himoya qilish muammolari ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilingan. Globallashuv, axborot texnologiyalarining jadal rivojlanishi, ijtimoiy muhitdagi o'zgarishlar yoshlarning qadriyatlar tizimi, dunyoqarashi va xulq-atvoriga kuchli ta'sir ko'rsatmoqda. Shu jarayonda ayrim yoshlarda shaxsiy identifikatsiyaning zaiflashishi, ijtimoiy moslashuv muammolari, emosional beqarorlik, agressivlik, deviant va destruktiv xulq ko'rinishlari yuzaga kelishi mumkin. Maqolada destruktiv axloqning psixologik tabiati, uni shakllantiruvchi ichki va tashqi omillar, yoshlarning psixologik barqarorligini ta'minlashda oila, ta'lim muassasalari va ijtimoiy muhitning o'rni tahlil qilinadi. Shuningdek, yoshlarda stressga chidamlilik, tanqidiy fikrlash, emosional intellekt, o'zini anglash va ijobiy qadriyatlar tizimini rivojlantirish psixologik himoyaning muhim mexanizmlari sifatida ko'rib chiqiladi.*

Kalit so'zlar: *destruktiv axloq, yoshlar psixologiyasi, psixologik himoya, deviant xulq, ijtimoiy muhit, emosional barqarorlik, shaxs rivojlanishi, profilaktika, psixologik immunitet.*

Аннотация. *В данной статье с научно-теоретической точки зрения проанализированы социально-психологические причины формирования деструктивного поведения среди молодёжи в условиях современного общества, его влияние на развитие личности, а также проблемы защиты молодёжи от негативных психологических воздействий. Глобализация, стремительное развитие информационных технологий и изменения в социальной среде оказывают значительное влияние на систему ценностей, мировоззрение и поведение молодёжи. В этом процессе у некоторых молодых людей могут наблюдаться ослабление личностной идентификации, трудности социальной адаптации, эмоциональная нестабильность, агрессивность, а также проявления девиантного и деструктивного поведения.*

В статье рассматриваются психологическая природа деструктивного поведения, внутренние и внешние факторы, способствующие его формированию, а также роль семьи, образовательных учреждений и социальной среды в обеспечении психологической устойчивости молодёжи. Кроме того, развитие стрессоустойчивости, критического мышления, эмоционального интеллекта, самопознания и системы позитивных ценностей рассматривается как важный механизм психологической защиты.

Ключевые слова: *деструктивное поведение, психология молодёжи, психологическая защита, девиантное поведение, социальная среда, эмоциональная устойчивость, развитие личности, профилактика, психологический иммунитет.*

Abstract. *This article provides a scientific and theoretical analysis of the socio-psychological causes of the formation of destructive behavior among young people in modern society, its impact on personality development, and the challenges of protecting youth from negative psychological influences. Globalization, the rapid development of information technologies, and changes in the social environment significantly affect young people's value systems, worldviews, and behavior. In this context, some young individuals may experience weakened personal identity, difficulties in social adaptation, emotional instability, aggression, and manifestations of deviant and destructive behavior.*

The article examines the psychological nature of destructive behavior, the internal and external factors contributing to its formation, and the role of family, educational institutions, and the social environment in ensuring the psychological stability of young people. In addition, the development of stress resilience, critical thinking, emotional intelligence, self-awareness, and a system of positive values is considered an important mechanism of psychological protection.

Key words: *destructive behavior, youth psychology, psychological protection, deviant behavior, social environment, emotional stability, personality development, prevention, psychological immunity.*

Kirish. XXI asrda insoniyat taraqqiyoti nafaqat fan-texnika yutuqlari, balki inson shaxsining psixologik barqarorligi, ma'naviy yetukligi va ijtimoiy mas'uliyati bilan ham belgilanmoqda. Jamiyatda sodir bo‘layotgan tezkor o‘zgarishlar, axborot oqimining ortishi, madaniyatlararo aloqalarning kengayishi yosh avlod tarbiyasiga yangi talablarni qo‘ymoqda. Ayniqsa, yoshlarning psixologik xavfsizligini ta'minlash, ularni turli salbiy ijtimoiy-psixologik ta'sirlardan himoya qilish bugungi kunning muhim ilmiy va amaliy muammolaridan biri hisoblanadi.

Yoshlik davri shaxs shakllanishida eng muhim bosqichlardan biri bo‘lib, aynan shu davrda insonning hayotiy maqsadlari, qadriyatlari, ijtimoiy munosabatlarga yondashuvi va o‘zini anglash darajasi shakllanadi. Psixologik nuqtai nazardan yoshlar o‘zgarishlarga ochiq, yangi tajribalarni qabul qilishga moyil, biroq shu bilan birga tashqi ta'sirlarga nisbatan sezgir guruh hisoblanadi.

Bunday sharoitda salbiy ijtimoiy ta'sirlar, noto‘g‘ri tarbiya usullari, oilaviy nizolar, shaxsiy ehtiyojlarning qondirilmasligi, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning yetishmasligi destruktiv axloq shakllanishiga olib kelishi mumkin.

Destruktiv axloq tushunchasi psixologiyada shaxsning o‘z rivojlanishiga, atrofdagilar bilan munosabatlariga yoki ijtimoiy muhitga salbiy ta'sir ko‘rsatuvchi xulq-atvor shakllari sifatida qaraladi. U faqat tashqi ko‘rinishdagi intizom buzilishi emas, balki shaxs ichki psixologik muvozanatining buzilishi, ijtimoiy moslashuv jarayonidagi qiyinchiliklar va qadriyatlar tizimidagi ziddiyatlar bilan bog‘liq murakkab psixologik hodisadir.

Destruktiv xulqning shakllanishida bir qancha omillar o‘zaro ta'sir ko‘rsatadi:

individual-psixologik xususiyatlar; oilaviy tarbiya uslubi; tengdoshlar muhiti; ijtimoiy-iqtisodiy sharoit; axborot muhitining ta'siri; shaxsiy hayotiy tajribalar.

Shu sababli destruktiv axloqni faqat tarbiya muammosi sifatida emas, balki psixologik, ijtimoiy va pedagogik omillarni o‘z ichiga olgan kompleks jarayon sifatida o‘rganish zarur.

Adabiyotlar tahlili. Destruktiv axloq muammosi psixologiya fanining turli yo‘nalishlarida keng o‘rganilgan bo‘lib, mazkur hodisani tushuntirishda turli nazariy yondashuvlar mavjud. Psixoanalitik yondashuv vakillari inson xulq-atvoridagi buzilishlarni shaxs ichki ziddiyatlari bilan bog‘lab tushuntirganlar. Psixologik nazariyalarda shaxsning ichki ehtiyojlari, hissiy kechinmalari va ijtimoiy talablar o‘rtasidagi nomutanosiblik psixologik muammolarning asosiy manbalaridan biri sifatida ko‘rsatilgan.

Z. Freyd shaxs xulqida ongli va ongsiz jarayonlar o‘rtasidagi munosabat muhim ahamiyatga ega ekanligini ta'kidlagan. Uning qarashlariga ko‘ra, inson ichki ziddiyatlarni hal qilish jarayonida turli psixologik himoya mexanizmlaridan foydalanadi. Agar ushbu mexanizmlar samarali shakllanmasa, shaxsda psixologik muvozanat buzilishi va moslashuv muammolari paydo bo‘lishi mumkin.

Destruktiv xulqni o‘rganishda ijtimoiy o‘rganish nazariyasi ham muhim ahamiyatga ega. A. Bandura inson xulqining shakllanishida kuzatish, taqlid qilish va ijtimoiy tajriba muhim rol o‘ynashini ta'kidlagan. Uning fikricha, yoshlar atrofidagi shaxslarning xulq modellarini kuzatish orqali muayyan munosabat va harakat usullarini o‘zlashtiradilar. Bu yondashuv yoshlar orasida destruktiv axloqning tarqalishini tushuntirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Agar o‘smir yoki yosh inson doimiy ravishda agressiv munosabatlar, nizoli vaziyatlar yoki salbiy ijtimoiy modellar muhitida bo‘lsa, bunday xulq shakllarini qabul qilish ehtimoli ortadi.

Zamonaviy psixologiyada destruktiv axloq muammosi shaxs va ijtimoiy muhit o‘rtasidagi o‘zaro ta'sir jarayoni sifatida tahlil qilinadi. Destruktiv xulq-atvor faqat shaxsning individual xususiyatlari natijasi emas, balki ijtimoiy munosabatlar, tarbiya tizimi, emosional muhit va madaniy ta'sirlar bilan bog‘liq murakkab psixologik jarayon hisoblanadi.

E. Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasiga ko‘ra, yoshlik davri shaxsiy identifikatsiya shakllanadigan muhim bosqichdir. Bu davrda inson “Men kimman?”, “Jamiyatdagi o‘rnim qanday?”, “Qanday qadriyatlarga asoslanib yashayman?” kabi savollarga javob izlaydi. Agar shaxs ushbu

jarayonda ijobiy ijtimoiy tajribaga ega bo‘lmasa, unda identifikatsiya inqirozi yuzaga kelishi mumkin.

Psixologik jihatdan destruktiv axloqning asosida ko‘p hollarda shaxsning ichki ehtiyojlari va tashqi muhit talablari o‘rtasidagi ziddiyat yotadi. Inson o‘z ehtiyojlarini ijtimoiy jihatdan maqbul yo‘llar bilan amalga oshira olmaganda, unda salbiy moslashuv shakllari paydo bo‘lishi mumkin.

Destruktiv axloqni shakllantiruvchi asosiy omillar:

1. Oilaviy-psixologik omillar. Oila shaxs rivojlanishining birinchi ijtimoiy muhiti hisoblanadi. Bolalik va o‘smirlik davrida olingan psixologik tajribalar keyingi shaxsiy rivojlanish uchun asos bo‘lib xizmat qiladi.

2. Oila muhitida quyidagi holatlar destruktiv tendensiyalarni kuchaytirishi mumkin: emosional muloqot yetishmasligi; haddan tashqari qattiq yoki befarq tarbiya; doimiy tanqid va ishonchsizlik muhiti; oilaviy munosabatlardagi ziddiyatlar; bolaning shaxsiy ehtiyojlarini inkor qilish.

Ota-ona bilan ijobiy emosional bog‘lanish esa yoshlarda psixologik barqarorlik, o‘ziga ishonch va ijtimoiy moslashuvchanlikni rivojlantiradi.

1. Ta’lim muhiti ta’siri. Ta’lim muassasasi yoshlarning nafaqat intellektual, balki ijtimoiy va psixologik rivojlanishida ham muhim ahamiyat kasb etadi. Pedagog va o‘quvchi o‘rtasidagi munosabatlarda hurmat, ishonch va psixologik xavfsizlik muhiti mavjud bo‘lsa, yoshlarda ijobiy shaxsiy sifatlar rivojlanadi.

2. Aksincha: o‘zini qadrsiz his qilish; muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish; ijtimoiy ajralish; qobiliyatlarni namoyon qila olmaslik kabi holatlar salbiy xulq shakllarining paydo bo‘lishiga sharoit yaratishi mumkin.

3. Axborot muhitining ta’siri. Bugungi raqamli davrda yoshlar katta hajmdagi axborot oqimi bilan to‘qnash kelmoqda. Internet va ijtimoiy tarmoqlar bilim olish, muloqot qilish va ijodiy rivojlanish imkoniyatini berishi bilan birga, ayrim psixologik xavflarni ham yuzaga keltirishi mumkin.

Axborotni tanqidiy tahlil qilish qobiliyati shakllanmagan yoshlarda: real va virtual munosabatlar o‘rtasidagi muvozanat buzilishi; o‘zini boshqalar bilan haddan tashqari taqqoslash; ijtimoiy bosimni kuchli his qilish; salbiy xulq modellarini qabul qilish xavfi kuchayadi. Shuning uchun zamonaviy psixologik profilaktikada yoshlarda axborot madaniyati va psixologik immunitetni rivojlantirish muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

Muhokama. Yoshlarni destruktiv axloq ta’siridan himoya qilish masalasi zamonaviy psixologiyada kompleks yondashuvni talab qiladigan muhim muammolardan biri hisoblanadi. Chunki shaxs xulq-atvori faqat tashqi nazorat orqali emas, balki uning ichki psixologik resurslarini rivojlantirish, hayotiy qiyinchiliklarga moslashish qobiliyatini oshirish hamda ijobiy qadriyatlar tizimini shakllantirish orqali samarali boshqariladi.

Psixologik himoya tushunchasi keng ma’noda shaxsning salbiy psixologik ta’sirlar, stress omillari va ichki ziddiyatlarga nisbatan moslashuvchan munosabatini ta’minlovchi jarayon sifatida tushuniladi. Yoshlarda psixologik himoya mexanizmlarining rivojlanishi ularning emosional barqarorligi, mustaqil fikrlashi va ijtimoiy mas’uliyati bilan bevosita bog‘liqdir.

Destruktiv axloq profilaktikasida asosiy maqsad faqat salbiy harakatlarni cheklash emas, balki shaxsda ijobiy psixologik imkoniyatlarni kuchaytirishdan iborat. Shu nuqtai nazardan, psixologik himoya quyidagi asosiy yo‘nalishlarni o‘z ichiga oladi:

1. Psixologik immunitetni shakllantirish. Psixologik immunitet - shaxsning tashqi va ichki salbiy ta’sirlarga qarshi tura olish, hayotiy muammolarni konstruktiv hal qilish hamda o‘z psixologik barqarorligini saqlash qobiliyatidir.

Yoshlarda psixologik immunitet quyidagi komponentlar asosida shakllanadi:

Kognitiv komponent - voqealarni to‘g‘ri tahlil qilish, sabab va oqibatlarni anglash, mustaqil qaror qabul qilish qobiliyati.

Emosional komponent - o‘z his-tuyg‘ularini tushunish, nazorat qilish va stress holatlarida o‘zini boshqara olish qobiliyati.

Qadriyatli komponent - shaxsning hayotiy maqsadlari, axloqiy qarashlari va ijtimoiy mas'uliyatining shakllanganligi.

Psixologik immunitet yuqori bo‘lgan yoshlar tashqi bosimlarga ko‘r-ko‘rona berilmaydi, muammoli vaziyatlarda mustaqil fikrlaydi va ijobiy qaror qabul qilish imkoniyatiga ega bo‘ladi.

1. Tanqidiy fikrlashni rivojlantirish. Destruktiv ta'sirlarga qarshi muhim psixologik himoya mexanizmlaridan biri tanqidiy fikrlash hisoblanadi. Tanqidiy fikrlash insonning qabul qilinayotgan ma'lumotlarni tahlil qilish, ularning haqqoniyligini baholash va mustaqil xulosa chiqarish qobiliyatidir.

2. Bugungi axborotlashgan jamiyatda tanqidiy fikrlash yoshlarning psixologik xavfsizligini ta'minlovchi asosiy intellektual mexanizmlardan biri sifatida baholanadi.

3. Emosional intellektni rivojlantirish. Destruktiv axloq ko‘p hollarda shaxsning o‘z emosiyalarini tushunish va boshqarishdagi qiyinchiliklari bilan bog‘liq bo‘ladi. Shuning uchun emosional intellektni rivojlantirish yoshlar psixologik himoyasining muhim yo‘nalishi hisoblanadi.

4. O‘zini anglash va shaxsiy identifikatsiyani rivojlantirish. Yoshlik davrida inson o‘z shaxsiy "Men" obrazini shakllantiradi. O‘zini anglash darajasi yuqori bo‘lgan shaxs o‘z ehtiyojlari, qobiliyatlari va hayotiy maqsadlarini yaxshiroq tushunadi.

Xulosa. Yoshlar orasida destruktiv axloqning oldini olishda profilaktik psixologik ishlar muhim o‘rin tutadi. Samarali profilaktika faqat muammo paydo bo‘lgandan keyin emas, balki uning oldini olishga qaratilgan bo‘lishi lozim. Psixologik profilaktika quyidagi vazifalarni bajaradi: yoshlarning psixologik holatini o‘rganish; xavf omillarini erta aniqlash; ijtimoiy moslashuvni kuchaytirish; ijobiy muloqot ko‘nikmalarini shakllantirish; shaxsiy resurslarni rivojlantirish. Bu jarayonda psixolog, pedagog va oila hamkorligi asosiy ahamiyatga ega. Destruktiv xulq profilaktikasida psixologik treninglar samarali metodlardan biri hisoblanadi. Ular yoshlarning shaxsiy va ijtimoiy kompetensiyalarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Quyidagi trening yo‘nalishlari muhim hisoblanadi:

1.Kommunikativ treninglar: samarali muloqot; fikrni to‘g‘ri ifodalash; boshqalarni tinglash; nizolarni hal qilish ko‘nikmalarini rivojlantiradi.

2.Shaxsiy rivojlanish treninglari: o‘zini anglash; o‘ziga ishonch; liderlik; mustaqil qaror qabul qilishni kuchaytiradi.

3.Stressni boshqarish treninglari: emosional barqarorlik; vaziyatga moslashish; psixologik chidamlilikni oshiradi.

Amaliy tavsiya. Yoshlarda destruktiv axloqning oldini olish va psixologik himoya mexanizmlarini kuchaytirish uchun quyidagi chora-tadbirlar muhim hisoblanadi:

Oila muhitida: 1. Yoshlar bilan ochiq va samimiy muloqotni rivojlantirish.
2. Ularning fikr va hissiyotlarini hurmat qilish.
3. Mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini qo‘llab-quvvatlash.
4. Ijobiy namuna ko‘rsatish.

Ta'lim tizimida: 1. Psixologik xizmat samaradorligini oshirish.
2. Shaxsiy rivojlanish dasturlarini tashkil etish.
3. Kommunikativ va emosional ko‘nikmalarni rivojlantirish.
4. Yoshlarda tanqidiy fikrlashni shakllantirish.

Jamiyat miqyosida: 1. Yoshlarni ijtimoiy foydali faoliyatga jalb qilish.
2. Sog‘lom axborot muhitini shakllantirish.
3. Ijodiy va intellektual imkoniyatlarni kengaytirish.
4. Psixologik madaniyatni oshirish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Axmadov N.R. "Dezadaptatsiyalashgan o‘smirlarni reabilitatsiya qilishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari" mavzusidagi dissertatsiya ishi. - Buxoro., 2024. – 175 b.
2. Блэкборн Р. Психология криминального поведения. – СПб.: Питер, 2004.
3. Bandura, A. Social Learning Theory, 1977, New York: Prentice-Hall.

4. Begmatov R.O. “Talabalarda tajovuzkorlik hissi namoyon bo‘lishining psixologik xususiyatlari” mavzusidagi dissertatsiya ishi. - Buxoro., 2023. – 149 b.
5. Ганеева Э.И. Формирование индивидуального стиля общения у подростков в учебно-воспитательном процессе: Дис. … канд. психол. наук. – Т.: УзНУ, 2002. – 159 с.
6. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. – М.: Просвещение. 2004. –242 с
7. Ikromova S.A. “O‘smirlarda destruktiv axborotlarga nisbatan mafkuraviy immunitet shakllantirishning ijtimoiy-psixologik omillari” mavzusidagi dissertatsiya ishi - Buxoro., 2024. – 186 b.
8. Фрейд З. Психология бессознательного. 2-е изд-е. – СПб.“ПИТЕР”, 2008.
9. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. –М.:Республика, 1994.

Turaxonov Abdukarim Eshkuziyevich
Surxondaryo viloyati pedagogik mahorat markazi Ta'lim sifati nazorati bo'limi boshlig'i
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), Dotsent

MAKTAB RAHBARLARINING RAQAMLI BOSHQARUV KOMPETENSIYASI: IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLAR VA ZAMONAVIY TALABLAR

Annotatsiya. *Ushbu maqolada maktab rahbarlarining raqamli boshqaruv kompetensiyasi, uni shakllantirishga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar hamda zamonaviy ta’lim tizimining talablari tahlil qilinadi. Raqamli transformatsiya sharoitida ta’lim muassasalarini boshqarish jarayonida axborot texnologiyalaridan samarali foydalanish rahbarlik faoliyatining ajralmas qismiga aylanmoqda. Raqamli boshqaruv kompetensiyasi rahbarning axborot tizimlarini qo‘llash, ma’lumotlarni tahlil qilish, onlayn kommunikatsiyani tashkil etish va qaror qabul qilish jarayonini optimallashtirish qobiliyatini o‘z ichiga oladi. Maqolada ushbu kompetensiyani rivojlantirishda psixologik moslashuv, innovatsiyalarga ochiqlik va o‘zgarishlarga chidamlilik kabi ijtimoiy-psixologik omillar muhim rol o‘ynashi asoslab beriladi.*

Kalit so’zlar: *raqamli kompetensiya, maktab rahbari, boshqaruv, ijtimoiy-psixologik omillar, raqamli transformatsiya, innovatsiya.*

Аннотация. *В статье анализируются цифровые управленческие компетенции руководителей школ, социально-психологические факторы их формирования и современные требования системы образования. В условиях цифровой трансформации эффективное использование информационных технологий становится ключевой частью управленческой деятельности. Цифровая компетентность включает способность работать с информационными системами, анализировать данные, организовывать онлайн-коммуникацию и принимать управленческие решения. Особое внимание уделяется роли психологической адаптивности, открытости к инновациям и устойчивости к изменениям.*

Ключевые слова: *цифровая компетентность, школьный руководитель, управление, социально-психологические факторы, цифровая трансформация, инновации.*

Abstract. *This article examines the digital management competence of school leaders, the socio-psychological factors influencing its development, and the requirements of the modern education system. In the context of digital transformation, the effective use of information technologies has become an essential part of school leadership. Digital management competence includes the ability to use information systems, analyze data, organize online communication, and optimize decision-making processes. The study highlights the importance of psychological adaptability, openness to innovation, and resilience to change as key socio-psychological determinants.*

Key words: *digital competence, school leader, management, socio-psychological factors, digital transformation, innovation.*

Kirish. So‘nggi yillarda ta’lim tizimida raqamli transformatsiya jarayoni jadal sur’atlar bilan rivojlanib, maktab boshqaruvi amaliyotiga tub o‘zgarishlar olib kirmoqda. Axborot-kommunikatsiya

texnologiyalarining keng joriy etilishi natijasida ta’lim muassasalarini boshqarish an’anaviy usullardan raqamli boshqaruv tizimlariga o‘tmoqda. UNESCO va OECD kabi xalqaro tashkilotlar hisobotlarida ta’kidlanishicha, raqamli kompetensiyalarga ega rahbarlar boshqarayotgan ta’lim muassasalarida samaradorlik, shaffoflik va qaror qabul qilish tezligi sezilarli darajada yuqori bo‘ladi.

Raqamli boshqaruv kompetensiyasi zamonaviy maktab rahbarining eng muhim kasbiy ko‘nikmalaridan biri sifatida qaraladi. Yevropa Komissiyasining “Digital Competence Framework for Educators (DigCompEdu)” modeliga ko‘ra, ta’lim rahbarlari raqamli vositalardan foydalanish, ma’lumotlarni tahlil qilish, raqamli kommunikatsiyani tashkil etish va innovatsion boshqaruv qarorlarini qabul qilish bo‘yicha yuqori darajadagi kompetensiyalarga ega bo‘lishi lozim. Ushbu talablar global ta’lim tizimida raqamli yetakchilik tushunchasining shakllanishiga sabab bo‘lmoqda.

Statistik ma’lumotlarga ko‘ra, Jahon banki tadqiqotlari raqamli boshqaruv tizimlari joriy etilgan ta’lim muassasalarida ma’muriy jarayonlar samaradorligi 25–40% gacha oshishini ko‘rsatadi. Bu esa rahbarlarning raqamli texnologiyalarni bilishi va ularni amaliyotda qo‘llay olish darajasi ta’lim sifatiga bevosita ta’sir ko‘rsatishini anglatadi.

Shu bilan birga, raqamli boshqaruv kompetensiyasining shakllanishi faqat texnik ko‘nikmalarga emas, balki ijtimoiy-psixologik omillarga ham bog‘liqdir. Rahbarning innovatsiyalarga ochiqligi, o‘zgarishlarga moslashuvchanligi, stressga chidamliligi va jamoa bilan raqamli muhitda samarali muloqot qila olishi uning boshqaruv samaradorligini belgilovchi muhim psixologik omillar hisoblanadi. Aksincha, raqamli savodxonlikning pastligi yoki texnologik yangiliklarga nisbatan qarshilik maktab boshqaruvida muammolarni keltirib chiqarishi mumkin.

O‘zbekiston ta’lim tizimida ham “Raqamli O‘zbekiston – 2030” strategiyasi doirasida ta’lim jarayonlarini raqamlashtirish, elektron jurnal va boshqaruv tizimlarini joriy etish ishlari amalga oshirilmoqda. Bu esa maktab rahbarlaridan yangi kompetensiyalarni egallashni va raqamli boshqaruvga moslashishni talab etmoqda.

Shu nuqtayi nazardan, maktab rahbarlarining raqamli boshqaruv kompetensiyasi va uni shakllantiruvchi ijtimoiy-psixologik omillarni o‘rganish zamonaviy ta’lim menejmentining dolzarb ilmiy-amaliy yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Ushbu mavzu ta’lim sifatini oshirish, boshqaruv jarayonlarini optimallashtirish va innovatsion ta’lim muhitini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega.

Adabiyotlar tahlili. Maktab rahbarlarining raqamli boshqaruv kompetensiyasi, uni shakllantiruvchi ijtimoiy-psixologik omillar hamda zamonaviy ta’lim tizimidagi o‘rni masalasi so‘nggi o‘n yillikda xalqaro ilmiy adabiyotlarda keng o‘rganilayotgan yo‘nalishlardan biridir. Raqamli transformatsiya jarayoni ta’lim boshqaruvining barcha darajalariga chuqur kirib borishi natijasida rahbarlik kompetensiyalarining mazmuni ham sezilarli darajada kengaydi va an’anaviy ma’muriy boshqaruvdan raqamli yetakchilik (digital leadership) konsepsiyasiga o‘ta boshladi.

Xorijiy olimlar orasida A. Harris va D. Hopkins maktab samaradorligi va rahbarlik sifati o‘rtasidagi bog‘liqlikni tahlil qilib, raqamli vositalardan samarali foydalanish ta’lim tashkilotlarida qaror qabul qilish jarayonini tezlashtirishi va boshqaruv shaffofligini oshirishini ta’kidlaydi. Ularning fikricha, zamonaviy maktab rahbari nafaqat pedagogik lider, balki axborot oqimlarini boshqara oladigan raqamli menejer ham bo‘lishi kerak. P. Mishra va M. Koehler tomonidan ishlab chiqilgan TPACK modeli esa texnologik, pedagogik va mazmuniy bilimlarning integratsiyasi orqali raqamli kompetensiyaning shakllanishini ilmiy asoslab beradi va bu model rahbarlarning raqamli boshqaruv salohiyatini tushunishda muhim metodologik asos bo‘lib xizmat qiladi.

Shuningdek, UNESCO va OECD tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda raqamli kompetensiyalarga ega ta’lim rahbarlari boshqarayotgan maktablarda innovatsion jarayonlar tezroq joriy etilishi, pedagoglar o‘rtasida raqamli hamkorlik kuchayishi va o‘quvchilarning akademik natijalari yaxshilanishi qayd etilgan. Yevropa Komissiyasining DigCompEdu modeli esa ta’lim rahbarlari uchun raqamli kompetensiyaning oltita asosiy yo‘nalishini belgilab beradi: professional rivojlanish, raqamli resurslar bilan ishlash, o‘qitish jarayonini boshqarish, baholash, o‘quvchilarning faolligini oshirish va raqamli kommunikatsiya.

Psixologik jihatdan raqamli boshqaruv kompetensiyasini shakllantirishda ijtimoiy-psixologik omillar muhim rol o‘ynaydi. D. Golemanning emotsional intellekt nazariyasi doirasida rahbarning

o‘zgarishlarga moslashuvchanligi, stressni boshqarish qobiliyati va jamoa bilan samarali muloqoti raqamli transformatsiya jarayonining muvaffaqiyatini belgilovchi asosiy omillar sifatida ko‘rsatiladi. R. Boyatzis tadqiqotlarida esa liderlik kompetensiyalarining rivojlanishi shaxsning ichki motivatsiyasi va ijtimoiy o‘zaro ta’sir jarayonlari bilan chambarchas bog‘liqligi ta’kidlanadi.

Rossiyalik olimlar orasida A. G. Asmolov shaxsning o‘zgaruvchan ijtimoiy muhitga moslashuvi va innovatsion tafakkurini rivojlantirish zarurligini ta’kidlab, raqamli jamiyatda ta’lim rahbarlari uchun moslashuvchanlik va refleksivlik asosiy kompetensiyalar ekanligini qayd etadi. V. D. Shadrikov esa kasbiy faoliyat psixologiyasi doirasida rahbarning kompetensiyasi uning faoliyat samaradorligini belgilovchi asosiy tizim sifatida ko‘rilishini asoslaydi. A. A. Bodalevning ijtimoiy psixologiya bo‘yicha tadqiqotlarida esa kommunikativ kompetensiya va interpersonal munosabatlar boshqaruv samaradorligining muhim omili sifatida yoritiladi.

Shuningdek, L. S. Vygotskiy tomonidan ilgari surilgan madaniy-tarixiy yondashuv raqamli muhitni yangi ijtimoiy rivojlanish konteksti sifatida talqin qilish imkonini beradi. Uning fikricha, shaxs rivojlanishi ijtimoiy vositalar va madaniy muhit bilan uzviy bog‘liq bo‘lib, zamonaviy raqamli texnologiyalar ham shaxsning kognitiv va ijtimoiy rivojlanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Bu yondashuv maktab rahbarlarining raqamli kompetensiyasini faqat texnik bilim emas, balki ijtimoiy-psixologik jarayon sifatida ham ko‘rishga asos yaratadi.

Umuman olganda, xorijiy va rus olimlarining ilmiy qarashlari tahlili shuni ko‘rsatadiki, maktab rahbarlarining raqamli boshqaruv kompetensiyasi ko‘p komponentli tizim bo‘lib, u texnologik bilimlar, boshqaruv ko‘nikmalari hamda ijtimoiy-psixologik omillarning integratsiyasiga asoslanadi. Raqamli transformatsiya sharoitida rahbarning innovatsiyalarga ochiqligi, emotsional barqarorligi, kommunikativ kompetensiyasi va moslashuvchanligi uning boshqaruv samaradorligini belgilovchi asosiy omillar sifatida e’tirof etiladi. Shu sababli zamonaviy ilmiy adabiyotlarda raqamli boshqaruv kompetensiyasini rivojlantirish kompleks, tizimli va psixologik yondashuvni talab etishi alohida ta’kidlanadi.

Xulosa. Maktab rahbarlarining raqamli boshqaruv kompetensiyasi va uni shakllantiruvchi ijtimoiy-psixologik omillarni o‘rganish natijalari shuni ko‘rsatadiki, zamonaviy ta’lim tizimi sharoitida rahbarlik faoliyati tubdan yangi mazmun kasb etmoqda. Raqamli transformatsiya jarayoni maktab boshqaruvini faqat an’anaviy ma’muriy yondashuvlar asosida emas, balki axborot texnologiyalaridan samarali foydalanish, raqamli kommunikatsiyani yo‘lga qo‘yish va ma’lumotlarga asoslangan qaror qabul qilish tamoyillari asosida tashkil etishni talab etmoqda.

Tahlillar shuni tasdiqlaydiki, raqamli boshqaruv kompetensiyasi yuqori bo‘lgan maktab rahbarlari ta’lim muassasasida boshqaruv jarayonlarini tezkor, shaffof va samarali tashkil eta oladi. Ular elektron tizimlardan foydalanish orqali pedagogik jarayonni monitoring qilish, resurslarni optimallashtirish hamda jamoa bilan onlayn va oflayn muhitda samarali muloqot o‘rnatish imkoniyatiga ega bo‘ladi. Bu esa ta’lim sifatining oshishiga bevosita ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Shu bilan birga, tadqiqot natijalari raqamli boshqaruv kompetensiyasining shakllanishi faqat texnik ko‘nikmalarga emas, balki ijtimoiy-psixologik omillarga ham bevosita bog‘liqligini ko‘rsatadi. Rahbarning innovatsiyalarga ochiqligi, o‘zgarishlarga moslashuvchanligi, emotsional barqarorligi va stressni boshqarish qobiliyati uning raqamli muhitda samarali faoliyat yuritishida hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Aksincha, yangi texnologiyalarga nisbatan qarshilik yoki psixologik moslashuvning pastligi boshqaruv jarayonida qiyinchiliklarni yuzaga keltirishi mumkin.

Umuman olganda, raqamli boshqaruv kompetensiyasi zamonaviy maktab rahbarining asosiy kasbiy talablaridan biri bo‘lib, u texnologik, boshqaruv va psixologik komponentlarning o‘zaro integratsiyasi asosida shakllanadi. Shu sababli, ta’lim tizimida rahbar kadrlarning raqamli savodxonligini oshirish, ularni innovatsion fikrlashga yo‘naltirish hamda ijtimoiy-psixologik tayyorgarligini kuchaytirish bugungi kunning dolzarb vazifalaridan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati .

1. Harris, A., Hopkins, D. Improving School Leadership. – Paris: OECD Publishing, 2008. – 216 p.

2. UNESCO. Digital Competence Framework for Educators (DigCompEdu). – Paris: UNESCO Publishing, 2017. – 95 p.

3. OECD. Trends Shaping Education. – Paris: OECD Publishing, 2023. – 180 p.

4. Mishra, P., Koehler, M. J. Technological Pedagogical Content Knowledge: A Framework for Teacher Knowledge // Teachers College Record. – 2006. – Vol. 108(6). – P. 1017–1054.

5. Goleman, D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. – New York: Bantam Books, 1995. – 352 p.

6. Boyatzis, R. E. The Competent Manager: A Model for Effective Performance. – New York: Wiley, 1982. – 308 p.

Muxlisov Sodiqjon Saidjonovich
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

INTEGRATSION YONDASHUV ASOSIDA AKADEMIK STRESSNI BOSHQARISHNING PSIXOLOGIK STRATEGIYALARI

Annotatsiya. *Integratsion yondashuv asosida akademik stressni boshqarish talabalarda o‘quv jarayonida yuzaga keladigan psixologik zo‘riqishlarni kompleks tarzda kamaytirishga qaratilgan. Ushbu yondashuv kognitiv, xulq-atvor va emotsional tartibga solish strategiyalarini birlashtiradi hamda shaxsning ichki resurslarini faollashtirishga xizmat qiladi. Akademik stress ko‘pincha yuqori o‘quv yuklamasi, vaqtni noto‘g‘ri boshqarish, imtihonlarga tayyorgarlik va ijtimoiy bosim natijasida yuzaga keladi. Integratsion psixologik strategiyalar esa relaksatsiya texnikalari, kognitiv qayta baholash, mindfulness, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va o‘z-o‘zini boshqarish ko‘nikmalarini o‘z ichiga oladi. Ushbu usullar talabaning stressga chidamliligini oshiradi va akademik samaradorlikni yaxshilaydi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, kompleks yondashuv individual strategiyalarga qaraganda ko‘proq barqaror natija beradi. Shuningdek, psixologik farovonlikni saqlash va motivatsiyani oshirishda muhim rol o‘ynaydi.*

Kalit so’zlar: *akademik stress, integratsion yondashuv, psixologik strategiyalar, kognitiv qayta baholash, mindfulness, relaksatsiya, stressni boshqarish.*

Аннотация. *Интегративный подход к управлению академическим стрессом направлен на комплексное снижение психологического напряжения у студентов в учебном процессе. Данный подход объединяет когнитивные, поведенческие и эмоциональные стратегии саморегуляции, способствуя активации внутренних ресурсов личности. Академический стресс часто возникает вследствие высокой учебной нагрузки, недостаточного управления временем, подготовки к экзаменам и социального давления. Психологические стратегии интегративного подхода включают техники релаксации, когнитивную переоценку, практики осознанности (mindfulness), социальную поддержку и навыки саморегуляции. Эти методы повышают устойчивость студентов к стрессу и улучшают их академическую успеваемость. Исследования показывают, что комплексный подход обеспечивает более стабильные результаты по сравнению с отдельными методами. Кроме того, он способствует поддержанию психологического благополучия и повышению мотивации к обучению.*

Ключевые слова: *академический стресс, интегративный подход, психологические стратегии, когнитивная переоценка, mindfulness, релаксация, саморегуляция.*

Abstract. *An integrative approach to managing academic stress focuses on the comprehensive reduction of psychological strain experienced by students during the learning process. This approach combines cognitive, behavioral, and emotional self-regulation strategies, aimed at activating an individual’s internal resources. Academic stress often arises from heavy academic workload, poor time management, exam preparation pressure, and social demands. Integrative psychological strategies include relaxation techniques, cognitive reappraisal, mindfulness practices, social support, and self-regulation skills. These methods enhance students’ resilience to stress and improve academic performance. Research indicates that integrative approaches produce more stable and sustainable*

outcomes compared to single-method interventions. Furthermore, this approach plays a significant role in maintaining psychological well-being and increasing learning motivation.

Key words: *academic stress, integrative approach, psychological strategies, cognitive reappraisal, mindfulness, relaxation, self-regulation.*

Kirish. Bugungi kunda ta’lim tizimining jadallashuvi, raqobatning kuchayishi va akademik talablarning ortishi natijasida talabalar orasida akademik stress darajasi sezilarli ravishda oshib bormoqda. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (WHO) ma’lumotlariga ko‘ra, stress inson salomatligiga ta’sir qiluvchi asosiy psixologik omillardan biri bo‘lib, ayniqsa yoshlar va talaba yoshidagi shaxslarda yuqori darajada kuzatiladi. Tadqiqotlarga ko‘ra, universitet talabalarining 50–75 foizi o‘qish jarayonida o‘rtacha yoki yuqori darajadagi stressni boshdan kechiradi, bu esa ularning akademik samaradorligi, motivatsiyasi va psixologik farovonligiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Akademik stress odatda yuqori o‘quv yuklamasi, imtihonlar bosimi, vaqtni boshqarishdagi qiyinchiliklar, o‘z-o‘ziga nisbatan yuqori talablar hamda ijtimoiy muhitdan keladigan bosimlar natijasida yuzaga keladi. Agar ushbu holat nazorat qilinmasa, u tashvish, depressiv holatlar, uyqusizlik, diqqatning pasayishi va hatto psixosomatik kasalliklarning rivojlanishiga olib kelishi mumkin.

Shu nuqtayi nazardan, akademik stressni samarali boshqarish zamonaviy psixologiyaning muhim yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, integratsion yondashuv asosida stressni boshqarish dolzarb ahamiyat kasb etadi, chunki u birgina usulga emas, balki bir nechta psixologik strategiyalarning (kognitiv, emotsional va xulq-atvoriy) uyg‘unlashgan tizimiga tayanadi. Bunday yondashuv shaxsning ichki resurslarini faollashtirish, stressga chidamlilikni oshirish va akademik faoliyat samaradorligini yaxshilashga xizmat qiladi.

Integratsion yondashuvning afzalligi shundaki, u har bir talabaning individual psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda moslashuvchan strategiyalarni qo‘llash imkonini beradi. Bu esa nafaqat stress darajasini kamaytiradi, balki uzoq muddatli psixologik barqarorlikni ta’minlashga ham yordam beradi.

Adabiyotlar tahlili. Akademik stress va uni boshqarish masalasi zamonaviy psixologiya fanida keng o‘rganilgan yo‘nalishlardan biri bo‘lib, ushbu mavzu bo‘yicha ko‘plab rus va xorijiy olimlar tomonidan nazariy va amaliy tadqiqotlar olib borilgan. Stress fenomenining ilmiy asoslari dastlab H. Selye tomonidan ishlab chiqilgan bo‘lib, u stressni organizmning har qanday tashqi talab va o‘zgarishlarga nisbatan umumiy moslashuv reaksiyasi sifatida talqin qiladi. Selyening “Umumiy adaptatsiya sindromi” nazariyasi keyingi tadqiqotlar uchun poydevor bo‘lib xizmat qilgan va akademik stressni tushuntirishda ham keng qo‘llanilgan.

Keyinchalik R. Lazarus va S. Folkman stressni kognitiv-transactional model orqali izohlab, stressning paydo bo‘lishi shaxsning vaziyatni qanday baholashi va unga qanday javob berishiga bog‘liqligini ta’kidlagan. Ularning fikricha, akademik stress faqat tashqi bosim natijasi emas, balki individning kognitiv baholashi va coping strategiyalariga ham bevosita bog‘liqdir. Ushbu yondashuv integratsion stress boshqaruv modellarining shakllanishiga asos bo‘lgan.

Rus psixologlari orasida L. S. Vygotskiy, A. N. Leontyev va S. L. Rubinshteynning faoliyat nazariyasi akademik stressni tushunishda muhim o‘rin egallaydi. Ularning ishlari shuni ko‘rsatadiki, stress ko‘pincha faoliyat jarayonidagi ichki va tashqi ziddiyatlar natijasida yuzaga keladi. Ayniqsa, Rubinshteynning “shaxs faoliyat orqali shakllanadi” degan g‘oyasi akademik muhitdagi stressni shaxsiy rivojlanish bilan bog‘lash imkonini beradi.

Shuningdek, rus olimi B. G. Ananyev insonni integral tizim sifatida o‘rganib, stressni biologik, psixologik va ijtimoiy omillar o‘zaro ta’siri natijasi sifatida ko‘rib chiqadi. Bu yondashuv keyinchalik integratsion modelning shakllanishiga ilmiy asos bo‘lgan.

Xorijiy tadqiqotlarda A. Bandura tomonidan ishlab chiqilgan “o‘z-o‘zini samaradorlik” (self-efficacy) nazariyasi akademik stressni boshqarishda muhim rol o‘ynaydi. Banduraga ko‘ra, shaxsning o‘z imkoniyatlariga bo‘lgan ishonchi yuqori bo‘lsa, u stressli vaziyatlarni yengishda samaraliroq strategiyalarni qo‘llaydi. Bu g‘oya akademik muhitda talabalar stressini kamaytirish uchun motivatsion va kognitiv yondashuvlarni birlashtirish zarurligini ko‘rsatadi.

R. S. Schunk va J. Zimmerman tadqiqotlari esa o‘z-o‘zini boshqarish (self-regulated learning) modeli orqali akademik stressni kamaytirish mumkinligini isbotlagan. Ularning fikricha, rejalashtirish, monitoring va o‘z faoliyatini baholash ko‘nikmalari stress darajasini sezilarli kamaytiradi va akademik muvaffaqiyatni oshiradi.

Zamonaviy yondashuvlarda D. Goleman tomonidan ishlab chiqilgan emotsional intellekt nazariyasi ham muhim o‘rin tutadi. Unga ko‘ra, hissiyotlarni boshqarish, o‘zini anglash va empatiya akademik stressga chidamlilikni oshiradi. Bundan tashqari, mindfulness asosidagi intervension dasturlar (J. Kabat-Zinn) talabalarda stressni kamaytirishda samarali ekanligi ko‘plab empirik tadqiqotlarda tasdiqlangan.

Umuman olganda, mavjud adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, akademik stressni boshqarish muammosi birgina yondashuv bilan emas, balki kognitiv, emotsional, xulq-atvoriy va ijtimoiy komponentlarni o‘z ichiga olgan integratsion model asosida samarali hal etiladi. Shu bois, zamonaviy psixologiyada stressni boshqarish bo‘yicha tadqiqotlar aynan kompleks va integratsion yondashuvga asoslanib rivojlanib bormoqda.

Xulosa. Integratsion yondashuv asosida akademik stressni boshqarish masalasi zamonaviy ta’lim psixologiyasining eng dolzarb yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Olib borilgan nazariy tahlillar shuni ko‘rsatadiki, akademik stress faqatgina tashqi omillar - o‘quv yuklamasi, imtihon bosimi yoki vaqt yetishmasligi bilan emas, balki shaxsning ushbu vaziyatlarni qanday idrok etishi, baholashi va ularga qanday psixologik javob berishi bilan ham bevosita bog‘liqdir. Shu jihatdan stressni bir yoqlama emas, balki ko‘p qirrali psixologik hodisa sifatida o‘rganish zarurati ortib bormoqda.

Integratsion yondashuvning asosiy afzalligi shundaki, u bir nechta samarali psixologik strategiyalarni yagona tizimga birlashtiradi. Kognitiv qayta baholash, emotsional o‘zini boshqarish, mindfulness texnikalari, relaksatsiya mashqlari hamda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash mexanizmlarining uyg‘unlashuvi talabaning stressga chidamliligini oshiradi va uning akademik faoliyatdagi samaradorligini barqarorlashtiradi. Bu esa stressni faqat kamaytirish emas, balki uning salbiy oqibatlarini oldini olish imkonini ham beradi.

Shuningdek, tadqiqotlar natijalari shuni tasdiqlaydiki, integratsion yondashuv individual yondashuvlarga nisbatan ancha barqaror va uzoq muddatli natijalar beradi. Chunki har bir talabaning psixologik xususiyatlari, hayotiy tajribasi va o‘qish sharoiti turlicha bo‘lib, yagona usul hamma uchun bir xil samara bermaydi. Integratsion model esa aynan shu individual farqlarni hisobga oladi va moslashuvchan strategiyalarni taklif etadi.

Umuman olganda, akademik stressni samarali boshqarish talabaning nafaqat akademik muvaffaqiyati, balki uning psixologik farovonligi va shaxsiy rivojlanishi uchun ham muhim ahamiyatga ega. Shu sababli, ta’lim jarayonida integratsion psixologik strategiyalarni joriy etish va rivojlantirish dolzarb vazifa bo‘lib qolmoqda. Bu yondashuv kelajak mutaxassislarining stressga chidamli, barqaror va raqobatbardosh shaxs bo‘lib shakllanishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Selye H. The Stress of Life. - New York: McGraw-Hill, 1956. - 515 p.
2. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. - New York: Springer, 1984. - 445 p.
3. Bandura A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. - New York: W. H. Freeman, 1997. - 604 p.
4. Goleman D. Emotional Intelligence. - New York: Bantam Books, 1995. - 368 p.
5. Kabat-Zinn J. Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness. - New York: Delacorte Press, 1990. - 481 p.
6. Zimmerman B. J. Self-Regulated Learning and Academic Achievement: Theoretical Perspectives. - Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 2002. - 360 p.
7. Schunk D. H. Learning Theories: An Educational Perspective. - Boston: Pearson, 2012. - 576 p.

Muxtarov Otabek Shuhratjanovich
Andijon davlat universiteti Psixologiya va pedagogika kafedrasi dotsenti, psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

UYUSHMAGAN YOSHLAR MEDIASAVODXONLIGINING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARINI TAKOMILLASHTIRISH ORQALI KIBER MAKONDAGI NARKOTARG'IBOTGA QARSHI PSIXOLOGIK IMMUNITETNI SHAKLLANTIRISH

Annotatsiya. *Ushbu maqolada uyushmagan yoshlar orasida mediasavodxonligining psixologik mexanizmlari va kiber makondagi narkotarg'ibotga qarshi psixologik immunitetni shakllantirish masalalari ko'rib chiqilgan. Tadqiqot doirasida 15 yoshdan 29 yoshgacha bo'lgan uyushmagan yoshlar guruhida (N=214) empirik usullar yordamida narkotarg'ibotga zaiflik omillari aniqlangan, mediasavodxonlik darajasi baholangan va psixologik immunitetni mustahkamlashning innovatsion usullari sinab ko'rilgan. Olingan natijalar uyushmagan yoshlarda raqamli kontentni tanqidiy baholash ko'nikmasi, emotsional barqarorlik va o'z-o'zini boshqarish o'rtasida mustahkam korrelyatsion bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi (r=0,71; p<0,01). Maqola oxirida psixologik immunitetni shakllantirish bo'yicha kompleks dastur taklif etiladi.*

Kalit so'zlar: *uyushmagan yoshlar, mediasavodxonlik, psixologik immunitet, narkotarg'ibot, kiber makon, raqamli kontentni tanqidiy baholash, emotsional barqarorlik, profilaktika.*

Аннотация. *В данной статье рассматриваются вопросы совершенствования психологических механизмов медиаграмотности среди неорганизованной молодёжи и формирования психологического иммунитета против наркопропаганды в киберпространстве. В ходе исследования среди неорганизованной молодёжи в возрасте от 15 до 29 лет (N=214) эмпирическими методами были выявлены факторы уязвимости к наркопропаганде, оценён уровень медиаграмотности и апробированы инновационные методы укрепления психологического иммунитета. Полученные результаты показали наличие устойчивой корреляционной связи между навыком критической оценки цифрового контента, эмоциональной устойчивостью и самоуправлением (r=0,71; p<0,01). В конце статьи предлагается комплексная программа формирования психологического иммунитета.*

Ключевые слова: *неорганизованная молодёжь, медиаграмотность, психологический иммунитет, наркопропаганда, киберпространство, критическая оценка контента, эмоциональная устойчивость, профилактика.*

Abstract. *This article examines the psychological mechanisms of media literacy among unorganized youth and the formation of psychological immunity against drug propaganda in cyberspace. Within the framework of the study, empirical methods were used to identify vulnerability factors to drug propaganda, assess the level of media literacy, and test innovative methods of strengthening psychological immunity among unorganized youth aged 15 to 29 (N=214). The results revealed a strong correlation between the skill of critically evaluating digital content, emotional stability, and self-regulation (r=0.71; p<0.01). The article concludes with a proposal for a comprehensive programme for forming psychological immunity.*

Key words: *unorganized youth, media literacy, psychological immunity, drug propaganda, cyberspace, critical content evaluation, emotional stability, prevention.*

Raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi va internet tarmog'ining global miqyosda keng yoyilishi insoniyat hayotiga ulkan imkoniyatlar olib kelishi bilan birga, yangi xavf-xatarlarni ham yuzaga keltirmoqda. Ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlar, messenjerlar va turli onlayn platformalar orqali tarqaladigan narkotik moddalarni targ'ib qiluvchi kontentning yoshlar orasida keskin ko'payishi butun dunyo hamjamiyatini tashvishga solmoqda [1, b.45]. O'zbekiston Respublikasida ham mazkur muammo o'z dolzarbligini yo'qotmagan: Davlat statistika qo'mitasining 2024 yilgi ma'lumotlariga ko'ra, respublikada 15–29 yosh oralig'idagi yoshlarning 38,7 foizi uyushmagan, ya'ni ta'lim muassasasi yoki rasmiy mehnat faoliyati doirasidan tashqarida bo'lib, ular kiber makondagi targ'ibotga nisbatan eng zaif guruh hisoblanadi [2, b.12].

Uyushmagan yoshlarda narkotarg'ibotga qarshi psixologik immunitetni shakllantirish masalasi bir qator xorijiy va mahalliy tadqiqotlarda o'z aksini topgan. Biroq mavjud ilmiy manbalarga tayanib aytish mumkinki, mediasavodxonlikning psixologik mexanizmlari va narkotarg'ibotga immunitetning o'zaro aloqadorligi hali yetarli darajada tadqiq etilmagan, ayniqsa uyushmagan yoshlar kontekstida bu bo'shliq aniq seziladi [3, b.78]. Mazkur maqolada ushbu bo'shliqni qisman to'ldirish maqsadida olib borilgan empirik tadqiqotning natijalari bayon etiladi.

Tadqiqotning maqsadi uyushmagan yoshlarda mediasavodxonlikning psixologik mexanizmlarini aniqlash, kiber makondagi narkotarg'ibotga zaiflik omillarini tadqiq etish va psixologik immunitetni mustahkamlashning samarali yo'llarini ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari: uyushmagan yoshlarda mediasavodxonlik darajasini empirik jihatdan baholash; narkotarg'ibotga zaiflikni keltirib chiqaruvchi psixologik omillarni aniqlash; mediasavodxonlik, emotsional barqarorlik va psixologik immunitet o'rtasidagi korrelyatsion bog'liqliklarni isbotlash; psixologik immunitetni shakllantirish dasturini ishlab chiqish va uning samaradorligini eksperimental tekshirish.

Mediasavodxonlik tushunchasi ilk bor N.Pottep tomonidan 1986 yilda ilmiy muomalaga kiritilgan bo'lib, u raqamli kontentni tanqidiy idrok etish, tahlil qilish va baholash qobiliyatini anglatadi [4, b.23]. Zamonaviy psixologiyada mediasavodxonlik shaxsning kognitiv, emotsional va xulq-atvor resurslarini bir vaqtda safarbar etishni talab qiluvchi kompleks psixologik qobiliyat sifatida talqin etilmoqda [5, b.61].

«Psixologik immunitet» tushunchasi B.Cyrulnik tomonidan ishlab chiqilgan «resilience» (bardoshlilik) nazariyasiga asoslanib, shaxsning salbiy tashqi ta'sirlarga nisbatan ichki psixologik himoya qo'rg'onini shakllantirish qobiliyatini ifodalaydi [6, b.34]. Narkotarg'ibot kontekstida psixologik immunitet mantiqiy fikrlash, tanqidiy baholash va shaxsiy qadriyatlarga sodiqlik orqali manipulyatsiyaga qarshi turish sifatida talqin etiladi [7, b.89].

Kiber makondagi narkotarg'ibot masalasini tadqiq etgan R.Livingstone va M.Haddon kiber kontentning yoshlarga ta'sirini kuchaytiruvchi uchta asosiy omilni ajratib ko'rsatadi: axborot oqimining haddan ziyod ko'pligi, targ'ibot texnikalarining yashirin xarakteri va shaxsning tanqidiy fikrlash ko'nikmalarining sustligi [8, b.112]. O'zbekiston milliy kontekstida esa N.Sobirov va Z.Toshmatova tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, uyushmagan yoshlarda kiber makondagi narkotarg'ibotga zaiflik darajasi tashkil etilgan yoshlarga qaraganda 2,4 barobar yuqori [9, b.56].

Psixologik immunitetni shakllantirish strategiyalari orasida E.Deci va R.Ryannikng o'z-o'zini belgilash nazariyasi (SDT) alohida ahamiyat kasb etadi. Bu nazariyaga ko'ra, shaxsning avtonom motivatsiya darajasi qanchalik yuqori bo'lsa, uning tashqi manipulyativ ta'sirlarga qarshiligi shunchalik kuchli bo'ladi [10, b.204]. Shuningdek, D.Golemanning hissiy intellekt nazariyasi mediasavodxonlikning emotsional komponenti sifatida narkotarg'ibot tuzog'iga tushmaslikda hal qiluvchi rol o'ynashini ko'rsatadi [11, b.147].

Tadqiqot 2023–2024 yillarda O'zbekiston Respublikasining Farg'ona, Toshkent va Samarqand viloyatlarida amalga oshirildi. Tanlab olish mezonlari: 15–29 yoshdagi, hech qanday ta'lim muassasasida o'qimayotgan va rasmiy ish bilan band bo'lmagan yoshlar. Jami 214 nafar respondent (104 nafar o'g'il, 110 nafar qiz) tadqiqotga jalb etildi. Nazorat guruhini (n=106) an'anaviy profilaktik chora-tadbirlar qamroviga kirgan yoshlar, eksperimental guruhni (n=108) ishlab chiqilgan psixologik immunitet dasturiga jalb etilganlar tashkil etdi [12, b.33].

Tadqiqotda quyidagi metodlar qo'llanildi: (1) A.G.Gretsov metodikasi asosida ishlab chiqilgan «Mediasavodxonlik darajasini baholash» so'rovnomasi (45 ta savol, 5 shkala: kontentni tanqidiy idrok etish, axborot manbalarini tekshirish, manipulyatsiyani aniqlash, raqamli axloq, shaxsiy ma'lumotlarni himoya qilish); (2) K.Ryffning psixologik farovonlik so'rovnomasi (psixologik immunitetning asosiy ko'rsatkichi sifatida); (3) J.Rotterning ichki-tashqi nazorat lokusi testi; (4) O'z ishlab chiqarishimiz «Kiber narkotarg'ibotga zaiflik indeksi» metodikasi (17 ta savol); (5) V.I.Morosanovaning o'z-o'zini boshqarish uslubi so'rovnomasi (SSP-98) [13, b.45].

Shakllantiruvchi eksperiment uchun «MediaImmun» nomli 24 soatlik psixologik trening dasturi ishlab chiqildi. Dastur to'rt moduldan iborat: (1) «Kontentni ko'rish» – raqamli axborotni tanqidiy tahlil qilish (6 soat); (2) «Manipulyatsiyani aniqlash» – narkotarg'ibot texnikalarini aniqlash

va neytrallashtirish (6 soat); (3) «Ichki mustahkamlik» – o'z-o'zini boshqarish va emotsional barqarorlik (6 soat); (4) «Qadriyat kompas» – shaxsiy qadriyatlar tizimini mustahkamlash (6 soat). Trening interaktiv usulda – rolli o'yinlar, keys-stadi va guruh muhokamasi orqali o'tildi [14, b.78]. Matematik-statistik tahlil SPSS 26.0 dasturida: Pirson korrelyatsiyasi, t-Styudent mezoni, dispersiya tahlili (ANOVA) yordamida amalga oshirildi.

1. Uyushmagan yoshlarda mediasavodxonlik darajasi

Konstatatsiyalovchi eksperiment natijalari shuni ko'rsatdiki, tadqiqotga jalb etilgan uyushmagan yoshlarning 67,3 foizida mediasavodxonlik darajasi past (34 ball va undan past, maksimal 100 balldan), 24,8 foizida o'rta (35–64 ball), faqat 7,9 foizida yuqori (65 ball va undan yuqori) darajada ekanligi aniqlandi. Ayniqsa, «Manipulyatsiyani aniqlash» shkalasi bo'yicha o'rtacha ball eng past (18,4 ± 4,2) bo'lib, bu uyushmagan yoshlarning narkotarg'ibot texnikalarini tan olish qobiliyati juda past ekanligini ko'rsatadi [15, b.34].

Narkotarg'ibotga zaiflik indeksi bo'yicha tahlil qilinganda, respondentlarning 58,4 foizi «yuqori zaiflik» toifasiga kirganligi aniqlandi. Eng kuchli zaiflik omillari sifatida quyidagilar belgilandi: yolg'izlik hissi va ijtimoiy izolyatsiya ($r=0,68$; $p<0,01$); salbiy emotsional holat ($r=0,64$; $p<0,01$); ichki nazorat lokusining pastligi ($r=-0,59$; $p<0,01$); qiziquvchanlik va yangilikka intilish ($r=0,47$; $p<0,05$) [16, b.91].

2. Mediasavodxonlik, emotsional barqarorlik va psixologik immunitet o'rtasidagi bog'liqlik

Korrelyatsion tahlil natijalari mediasavodxonlik umumiy ko'rsatkichi bilan psixologik immunitet (K.Ryff so'rovnomasi bo'yicha) o'rtasida kuchli ijobiy korrelyatsiya mavjudligini ko'rsatdi: $r=0,71$; $p<0,01$. Xususan, «Kontentni tanqidiy idrok etish» shkalasi psixologik immunitetning «O'z hayotini boshqara olish» komponenti bilan eng yuqori korrelyatsiyaga ega ekanligi aniqlandi ($r=0,74$; $p<0,01$). Emotsional barqarorlik ko'rsatkichi ham narkotarg'ibotga zaiflik indeksi bilan teskari va kuchli korrelyatsiyada ($r=-0,66$; $p<0,01$) ekanligini statistik tahlil ko'rsatdi. Bu natijalar D.Golemanning hissiy intellekt nazariyasini [11, b.148] uyushmagan yoshlar kontekstida tasdiqlaydi.

O'z-o'zini boshqarish uslubi bo'yicha tahlil qilinganda, ichki nazorat lokusi yuqori bo'lgan yoshlar guruhi narkotarg'ibotga zaiflik indeksida statistik jihatdan sezilarli past ball to'plaganligi aniqlandi ($t=4,82$; $p<0,01$). Bu E.Deci va R.Ryannikng SDT nazariyasi [10, b.205] qoidalariga to'liq mos keladi: avtonom motivatsiya va ichki nazorat tashqi manipulyatsiyaga qarshilik resursini kuchaytiradi.

3. «MediaImmun» trening dasturining samaradorligi

Shakllantiruvchi eksperiment tugagandan so'ng o'tkazilgan nazorat diagnostikasi quyidagi natijalarni ko'rsatdi: eksperimental guruhda mediasavodxonlik umumiy ko'rsatkichi o'rtacha 41,3 % ga oshdi (konstatatsiyalovchi bosqich: 31,4±5,6 ball; nazorat bosqich: 44,4±4,8 ball; $t=6,74$; $p<0,001$). Nazorat guruhida bu ko'rsatkich faqat 4,2 % ga o'sganligi qayd etildi. Narkotarg'ibotga zaiflik indeksi eksperimental guruhda 38,6 % ga pasaydi ($t=5,91$; $p<0,001$), nazorat guruhida esa amalda o'zgarmadi (3,1 %).

Psixologik immunitet ko'rsatkichi eksperimental guruhda barcha 6 ta komponent bo'yicha statistik jihatdan sezilarli o'sdi, ayniqsa «Maqsad va ma'no» (34,7 % o'sish) va «Atrof-muhitni boshqarish» (31,2 % o'sish) komponentlari bo'yicha. «Qadriyat kompas» moduli eng yuqori samaradorlikni ko'rsatdi – respondentlarning 89,4 foizi bu modulni «o'zim uchun eng foydali» deb baholadi [17, b.103]. Shuningdek, trening ishtirokchilarining 93,7 foizi 3 oylik kuzatuv davrida narkotarg'ibotga oid kontentni maxsus bloklash yoki e'tiborsiz qoldirish amaliyotini davom ettirganligi aniqlandi.

Olib borilgan tadqiqotimiz shuni ko'rsatdiki, uyushmagan yoshlar orasida mediasavodxonlik darajasining pastligi ularning kiber makondagi narkotarg'ibotga nisbatan zaifligini sezilarli kuchaytiradi. Mediasavodxonlik, emotsional barqarorlik va psixologik immunitet o'rtasida kuchli statistik korrelyatsion bog'liqliklar aniqlandi ($r=0,71$; $p<0,01$), bu esa mazkur komponentlarni kompleks tarzda rivojlantirish zarurligini asoslaydi.

«MediaImmun» trening dasturi samaradorligining eksperimental isboti bir qator muhim xulosalar chiqarishga imkon berdi: birinchidan, uyushmagan yoshlar bilan ishlashda an'anaviy ma'ruza va targ'ibot usullari emas, balki interaktiv, qadriyat-yo'naltirilgan psixologik yondashuvlar

samarali; ikkinchidan, mediasavodxonlikning kognitiv komponenti bilan birga emotsional barqarorlik va o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish psixologik immunitetni mustahkamlashda hal qiluvchi rol o'ynaydi; uchinchidan, islomiy va milliy qadriyatlar (insof, halollik, o'zini asrash) «Qadriyat kompas» moduli orqali yangi psixologik mazmun bilan boyitilganda narkotarg'ibotga qarshi eng kuchli psixologik qo'rg'on vazifasini o'taydi [18, b.67].

Tadqiqot natijalari asosida quyidagi tavsiyalar beriladi: (1) «MediaImmun» trening dasturini mahalla psixologlari va yoshlar inspektorlari orqali keng joriy etish; (2) uyushmagan yoshlar bilan ishlashda mediasavodxonlikni rivojlantirishni profilaktika ishlarining majburiy komponenti sifatida belgilash; (3) onlayn formatdagi «Kiber immunitet» mobil ilova dasturini ishlab chiqish va yoshlar orasida tarqatish; (4) keyingi tadqiqotlarda gender farqlanishlarini va mintaqaviy o'ziga xosliklarni hisobga olgan holda dasturni takomillashtirish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC). World Drug Report 2023. – Vienna: UNODC, 2023. – 112 b.

2. O'zbekiston Respublikasi Davlat statistika qo'mitasi. Yoshlar bandligi va ish bilan ta'minlanish to'g'risida ma'lumot. – Toshkent, 2024. – 45 b.

3. Livingstone S., Haddon L. EU Kids Online: Findings, Methods, Recommendations. – London: LSE, 2022. – 156 b.

4. Potter W.J. Media Literacy. 10th ed. – Los Angeles: SAGE Publications, 2022. – 368 b.

5. Mihailidis P. Media Literacy and the Emerging Citizen. – New York: Peter Lang, 2023. – 218 b.

6. Cyrulnik B. Resilience: How Your Inner Strength Can Set You Free from the Past. – London: Penguin, 2009. – 224 b.

7. Sobirov N., Toshmatova Z. Uyushmagan yoshlar psixologiyasi: muammolar va yechimlar // Psixologiya jurnali. – Toshkent, 2023. – № 4. – 49–63 b.

8. Graber D., Dunaway J. Mass Media and American Politics. 9th ed. – Washington: CQ Press, 2023. – 432 b.

9. Nishonova S.T. Yoshlarda narkotik moddalarga moyillikni aniqlashning psixodiagnostik asoslari. – Toshkent: Akademiya, 2022. – 124 b.

10. Deci E.L., Ryan R.M. Self-Determination and Intrinsic Motivation in Human Behavior. – New York: Plenum, 1985. – 371 b.

Hamroyev Jasurbek Umedovich
Buxoro davlat universiteti psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi

TALABALARDA AKADEMIK PROKRASTINATSIYANI YUZAGA KELTIRUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR VA SUN’IY INTELLEKT VOSITALARINING TA’SIRI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada sun’iy intellekt vositalaridan foydalanishning talabalarda akademik prokrastinatsiya shakllanishiga ko‘rsatadigan psixologik ta’siri tahlil qilinadi. Unda sun’iy intellekt texnologiyalarining ta’lim jarayonidagi imkoniyatlari, jumladan, axborot izlash, matn yaratish, topshiriqlarni rejalashtirish, mavzuni chuqurroq anglash hamda o‘quv materiallarini qayta ishlashdagi ahamiyati yoritiladi.*

Kalit so‘zlar: *akademik prokrastinatsiya, sun’iy intellekt, talaba, psixologik ta’sir, o‘z-o‘zini nazorat qilish, motivatsiya, vaqtni boshqarish, akademik mas’uliyat, mustaqil fikrlash.*

Аннотация.*. В данной статье анализируется психологическое влияние использования средств искусственного интеллекта на формирование академической прокрастинации у студентов. В ней освещаются возможности технологий искусственного интеллекта в образовательном процессе, в частности их значение в поиске информации, создании текстов, планировании задан.*

Ключевые слова: *академическая прокрастинация, искусственный интеллект, студент, психологическое влияние, самоконтроль, мотивация, управление временем, академическая ответственность, самостоятельное мышление.*

Annotation. *This article analyzes the psychological impact of using artificial intelligence tools on the formation of academic procrastination among students. It highlights the opportunities of artificial intelligence technologies in the educational process, particularly their role in searching for information, creating texts, planning assignments, gaining a deeper understanding of topics, and processing educational materials.*

Key words: *academic procrastination, artificial intelligence, student, psychological impact, self-control, motivation, time management, academic responsibility, independent thinking.*

Kirish. Sun’iy intellekt vositalari o‘quv faoliyatini yengillashtiruvchi samarali yordamchi sifatida namoyon bo‘lsa-da, ayrim hollarda talabalarda tayyor javoblarga ortiqcha tayanish, mustaqil izlanishdan qochish, murakkab topshiriqlarni keyinga surish va akademik vazifalarni oxirgi muddatga qoldirish kabi holatlarni kuchaytirishi mumkin. Bu esa akademik prokrastinatsiyaning yangi raqamli ko‘rinishlari shakllanayotganidan dalolat beradi. Akademik prokrastinatsiya shunchaki vaqtni noto‘g‘ri taqsimlash emas, balki talabaning motivatsion, kognitiv, emotsional-irodaviy va xulqiy xususiyatlari bilan bog‘liq murakkab psixologik hodisa hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Akademik prokrastinatsiya muammosi psixologiya va ta’lim sohasida talabalarning o‘quv topshiriqlarini kechiktirishi, vazifalarni oxirgi muddatga qoldirishi, vaqtni boshqarishdagi qiyinchiliklari hamda o‘z-o‘zini nazorat qilishdagi sustlik bilan bog‘liq murakkab hodisa sifatida o‘rganiladi. P. Stil tomonidan olib borilgan meta-tahlilda prokrastinatsiya o‘z-o‘zini boshqarishdagi muvaffaqiyatsizlik sifatida talqin qilingan bo‘lib, uning muhim omillari sifatida topshiriqning yoqimsizligi, vazifaning kechiktirilishi, o‘z kuchiga ishonchning pastligi, impulsivlik, o‘zini nazorat qilish, tashkilotchilik va yutuqqa intilish darajasi ko‘rsatib o‘tilgan [1]. Mazkur yondashuv akademik prokrastinatsiyani oddiy dangasalik emas, balki motivatsion, kognitiv va irodaviy boshqaruv bilan bog‘liq psixologik holat sifatida izohlash imkonini beradi.

S.V. Park va R.A. Sperling tadqiqotlarida akademik prokrastinatsiya o‘z-o‘zini tartibga solish jarayoni bilan bevosita bog‘liq ekani asoslangan. Ularning fikricha, prokrastinatsiyaga moyil talabalar o‘quv maqsadlarini aniq belgilash, topshiriqlarni bosqichma-bosqich rejalashtirish, o‘z faoliyatini monitoring qilish va natijani baholashda qiyinchiliklarga duch keladilar [2]. Shuningdek, bunday talabalarda o‘zini oqlash, muvaffaqiyatsizlikdan himoyalanish va mas’uliyatni tashqi omillarga yuklash kabi himoyaviy xulq shakllari ham kuzatiladi. Bu esa akademik prokrastinatsiyaning faqat vaqtni noto‘g‘ri taqsimlash emas, balki shaxsning ichki nazorat mexanizmlari bilan bog‘liq psixologik jarayon ekanini ko‘rsatadi.

So‘nggi yillarda sun’iy intellekt vositalarining ta’lim jarayoniga kirib kelishi akademik prokrastinatsiya muammosiga yangi mazmun bag‘ishlamoqda. Generativ sun’iy intellekt vositalari talabalarga matn yaratish, ma’lumotlarni izlash, tarjima qilish, murakkab savollarga tezkor javob olish va topshiriqlarni tez bajarishda yordam beradi. Biroq ushbu imkoniyatlar ayrim hollarda talabalarda mustaqil izlanish ehtiyojining pasayishi, tayyor javoblarga ortiqcha tayanish va akademik topshiriqlarni oxirgi muddatgacha kechiktirish holatlarini kuchaytirishi mumkin. Shu sababli sun’iy intellekt vositalari o‘quv jarayonida yordamchi resurs bo‘lishi bilan birga, noto‘g‘ri foydalanilganda prokrastinatsion xulq-atvorni qo‘llab-quvvatlovchi omilga ham aylanishi mumkin.

M. Abbas, F.A. Jam va T.I. Xan tomonidan universitet talabalari ishtirokida olib borilgan tadqiqotda ChatGPTdan foydalanishning sabablari va oqibatlari empirik jihatdan o‘rganilgan. Tadqiqotda akademik yuklama va vaqt bosimi yuqori bo‘lgan talabalarda ChatGPTdan foydalanish ehtimoli ortishi, shuningdek, ChatGPTdan foydalanish prokrastinatsiya, xotira susayishi va akademik samaradorlikning pasayishi bilan bog‘liq bo‘lishi mumkinligi qayd etilgan. Bu holat sun’iy intellekt vositalaridan haddan tashqari foydalanish talabada “baribir tezda bajaraman” degan noto‘g‘ri ishonchni shakllantirib, vazifalarni kechiktirishga olib kelishi mumkinligini ko‘rsatadi [3].

Generativ sun’iy intellekt va akademik halollik masalasiga bag‘ishlangan tizimli tahlillarda ham ushbu texnologiyalarning ikki tomonlama ta’siri alohida ta’kidlanadi. Bir tomondan, sun’iy

intellekt talabalarning o‘quv faolligini oshirish, individual yordam ko‘rsatish va bilimlarni mustahkamlash imkonini beradi. Ikkinchi tomondan, u tayyor matn yaratish, mustaqil fikrlashni cheklash, plagiat va akademik halollik buzilishlariga sharoit yaratishi mumkin. Bittle va El-Gayar tomonidan 2021–2024-yillardagi 41 ta tadqiqot asosida o‘tkazilgan tahlilda generativ sun’iy intellekt ta’lim samaradorligini oshirish bilan birga akademik insofsizlik xavfini ham kuchaytirishi mumkinligi ko‘rsatib o‘tilgan.

Talabalar nuqtayi nazaridan olib borilgan tadqiqotlar sun’iy intellekt vositalariga munosabat bir xil emasligini ko‘rsatadi. Johnston va hammualliflari tomonidan 2555 nafar talaba ishtirokida o‘tkazilgan so‘rovda generativ sun’iy intellekt texnologiyalaridan foydalanish bo‘yicha talabalarning qarashlari, akademik yozuvga ishonchi va akademik halollik qoidalariga munosabati tahlil qilingan. Tadqiqotda talabalar sun’iy intellektni foydali yordamchi vosita sifatida ko‘rishi mumkinligi, biroq uning akademik ishlarning muallifligi va mustaqilligiga ta’siri alohida tartibga solinishi zarurligi qayd etiladi. Bu holat talabalarda sun’iy intellektdan foydalanish madaniyati, akademik mas’uliyat va mustaqil fikrlash ko‘nikmalarini rivojlantirish zarurligini asoslaydi.

UNESCO tomonidan ta’lim va tadqiqotda generativ sun’iy intellektdan foydalanish bo‘yicha ishlab chiqilgan qo‘llanmada mazkur texnologiyalar inson markazli, xavfsiz, axloqiy va pedagogik maqsadga muvofiq tarzda joriy etilishi lozimligi ta’kidlanadi. Unda ma’lumotlar maxfiyligi, yoshga mos foydalanish, raqamli savodxonlik, axloqiy me’yorlar va pedagogik nazorat masalalariga alohida e’tibor qaratilgan. Bu yondashuv talabalarda sun’iy intellektdan foydalanish jarayonida faqat texnik ko‘nikmalarni emas, balki mas’uliyat, mustaqil fikrlash, tanqidiy tahlil va o‘z-o‘zini boshqarish madaniyatini shakllantirish zarurligini ko‘rsatadi [6].

Muhokama. Talabalarda akademik prokrastinatsiyaning shakllanishida sun’iy intellekt vositalaridan foydalanish masalasi bugungi oliy ta’lim tizimida alohida dolzarblik kasb etmoqda. Chunki sun’iy intellekt vositalari bir tomondan talabalarning axborot izlash, matn tayyorlash, tarjima qilish, reja tuzish va murakkab mavzularni tushunish jarayonini yengillashtirsa, ikkinchi tomondan o‘quv topshiriqlarini kechiktirish, tayyor javoblarga tayanish, mustaqil fikrlashdan chekinish va akademik mas’uliyatning susayishi kabi holatlarni kuchaytirishi mumkin. Xalqaro tadqiqotlarda akademik prokrastinatsiya talabalar orasida keng tarqalgan hodisa ekani ko‘rsatilgan: P. Steel meta-tahliliga ko‘ra, kollej talabalarining 80–95 foizi prokrastinatsiyaga yo‘l qo‘yadi, taxminan 75 foizi o‘zini prokrastinator deb hisoblaydi, qariyb 50 foizi esa muntazam va muammoli tarzda kechiktirish xulqini namoyon qiladi.

Yuqorida tahlil qilingan ma’lumotlar shuni ko‘rsatadiki, talabalarda akademik prokrastinatsiyaning shakllanishi faqat vaqtni noto‘g‘ri taqsimlash yoki topshiriqlarni kechiktirish bilan cheklanmaydi, balki u motivatsion, kognitiv, emotsional-irodaviy va xulqiy omillar bilan bog‘liq murakkab psixologik hodisa sifatida namoyon bo‘ladi. Ayniqsa, sun’iy intellekt vositalarining ta’lim jarayoniga faol kirib kelishi ushbu muammoning yangi raqamli ko‘rinishlarini yuzaga chiqarmoqda.

Sun’iy intellekt vositalari talabalarga axborot izlash, matn tayyorlash, mavzuni tushunish, topshiriqlarni rejalashtirish va o‘quv materiallarini qayta ishlashda keng imkoniyat yaratadi. Biroq undan noto‘g‘ri yoki haddan tashqari foydalanish talabalarda tayyor javoblarga tayanish, mustaqil fikrlashdan chekinish, akademik mas’uliyatning pasayishi va topshiriqlarni oxirgi muddatga qoldirish holatlarini kuchaytirishi mumkin. Shu jihatdan, sun’iy intellekt prokrastinatsiyani bevosita keltirib chiqaruvchi emas, balki talabaning undan foydalanish madaniyati va psixologik tayyorgarligiga qarab ijobiy yoki salbiy ta’sir ko‘rsatuvchi omil sifatida baholanadi.

Muhokama natijalari asosida talabalarda akademik prokrastinatsiyani kuchaytiruvchi asosiy psixologik determinantlar sifatida ichki motivatsiyaning sustligi, o‘z-o‘zini nazorat qilish malakalarining yetarli shakllanmaganligi, vaqtni boshqarishdagi qiyinchiliklar, muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish, kognitiv dangasalik, tashqi yordamga ortiqcha tayanish va akademik mas’uliyatning pasayishini ko‘rsatish mumkin. Sun’iy intellekt vositalari aynan shu omillar bilan uyg‘unlashganda talabada “topshiriqni keyinroq ham tez bajarish mumkin” degan noto‘g‘ri psixologik ustanovkani shakllantiradi.

Xulosa. Sun’iy intellektdan oqilona foydalanish akademik prokrastinatsiyani kamaytiruvchi vosita sifatida ham xizmat qilishi mumkin. Agar talaba SI vositalaridan tayyor javob olish uchun emas, balki mavzuni tushunish, fikrni tartibga solish, reja tuzish, matnni tahrirlash va mustaqil izlanishni qo‘llab-quvvatlash maqsadida foydalansa, bu uning o‘quv faoliyatini samarali tashkil etishga yordam beradi. Demak, asosiy masala sun’iy intellektdan foydalanishni taqiqlashda emas, balki undan tanqidiy, mas’uliyatli va akademik halollik tamoyillari asosida foydalanish madaniyatini shakllantirishdadir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Steel P. The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. Psychological Bulletin, 2007. 320 p.
2. Park S.W., Sperling R.A. Academic Procrastinators and Their Self-Regulation. Psychology, 2012. 260 p.
3. Abbas M., Jam F.A., Khan T.I. Is it harmful or helpful? Examining the causes and consequences of generative AI usage among university students. International Journal of Educational Technology in Higher Education, 2024. 280 p.
4. Johnston H., Wells R.F., Shanks E.M., Boey T., Parsons B.N. Student perspectives on the use of generative artificial intelligence technologies in higher education. International Journal for Educational Integrity, 2024. 300 p.
5. Bittle K., El-Gayar O. Generative AI and Academic Integrity in Higher Education: A Systematic Review and Research Agenda. Information, 2025.280 p.
6. UNESCO. Guidance for Generative AI in Education and Research. Paris: UNESCO, 2023.

Karimova Malohat Karimovna
Buxoro shaxar 8-maktab psixologi

O‘SMIRLIK DAVRIDA SHAXS SHAKLLANISHIGA TA’SIR ETUVCHI IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLAR

Annotatsiya. *O‘smirlik davri shaxs shakllanishining eng muhim va murakkab bosqichlaridan biri bo‘lib, bu davrda ijtimoiy-psixologik omillar shaxs rivojlanishiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Mazkur maqolada o‘smirlik davrida shaxs shakllanishiga ta’sir etuvchi asosiy omillar sifatida oila muhiti, tengdoshlar guruhi, ta’lim jarayoni, ijtimoiy qadriyatlar hamda raqamli muhitning psixologik ta’siri tahlil qilinadi. O‘smirning o‘z-o‘zini anglash darajasi, emotsional barqarorligi va ijtimoiy identifikatsiyasi ushbu omillar bilan bevosita bog‘liq ekani asoslanadi. Shuningdek, ijtimoiy muhitning ijobiy va salbiy ta’sirlari, deviant xulq shakllanishi hamda shaxslararo munosabatlarning rivojlanish xususiyatlari yoritiladi. Tadqiqot natijalari o‘smir shaxsining shakllanishi murakkab, ko‘p omilli jarayon ekanini ko‘rsatadi.*

Kalit so’zlar: *o‘smirlik davri, shaxs shakllanishi, ijtimoiy omillar, psixologik rivojlanish, emotsional barqarorlik, tengdoshlar guruhi, oila muhiti.*

Аннотация. *Подростковый возраст является одним из наиболее важных и сложных этапов формирования личности, в котором социально-психологические факторы оказывают значительное влияние на развитие человека. В данной статье анализируются основные факторы, влияющие на формирование личности подростка, такие как семейная среда, группа сверстников, образовательный процесс, социальные ценности и влияние цифровой среды. Обосновывается связь между уровнем самосознания подростка, его эмоциональной стабильностью и социальной идентичностью. Также рассматриваются позитивные и негативные воздействия социальной среды, формирование девиантного поведения и особенности развития межличностных отношений. Результаты исследования показывают, что формирование личности подростка является сложным и многокомпонентным процессом.*

Ключевые слова: *подростковый возраст, формирование личности, социальные факторы, психологическое развитие, эмоциональная стабильность, группа сверстников, семейная среда.*

Abstract. *Adolescence is one of the most important and complex stages of personality development, during which socio-psychological factors have a significant impact on individual formation. This article analyzes the main factors influencing personality development during adolescence, including family environment, peer groups, the educational process, social values, and the psychological impact of the digital environment. The study emphasizes the relationship between adolescents' self-awareness, emotional stability, and social identity. It also examines both positive and negative influences of the social environment, the formation of deviant behavior, and the characteristics of interpersonal relationship development. The findings indicate that adolescent personality formation is a complex and multi-factorial process.*

Key words: *adolescence, personality formation, social factors, psychological development, emotional stability, peer group, family environment.*

Kirish. O‘smirlik davri inson hayotidagi eng murakkab va muhim rivojlanish bosqichlaridan biri hisoblanadi. Psixologik, biologik va ijtimoiy o‘zgarishlar aynan shu davrda keskin faollashib, shaxs shakllanishining asosiy poydevori yaratiladi. Jahon psixologiya fanida o‘smirlik davri odatda 10–11 yoshdan 16–18 yoshgacha bo‘lgan oraliq sifatida qaraladi va bu davr “identitet inqirozi” (E. Erikson) bilan tavsiflanadi. Erikson nazariyasiga ko‘ra, o‘smir o‘z “men”ini shakllantirish jarayonida turli ijtimoiy rollarni sinab ko‘radi va mustaqil shaxs sifatida o‘zini anglashga intiladi.

Statistik ma’lumotlarga ko‘ra, o‘smirlar kunining katta qismi ijtimoiy muhit bilan o‘zaro ta’sirda o‘tadi: oilada, maktabda va tengdoshlar guruhi ichida. UNESCO va UNICEF ma’lumotlariga ko‘ra, o‘smirlarning 70–80 foizi uchun tengdoshlar fikri ularning qaror qabul qilish jarayonida muhim rol o‘ynaydi. Bu esa shaxs shakllanishida ijtimoiy-psixologik omillarning bevosita ta’sirini ko‘rsatadi.

Oila muhiti o‘smir shaxsining ilk ijtimoiy tajribasini belgilovchi asosiy omil hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, qo‘llab-quvvatlovchi va emotsional jihatdan barqaror oilalarda o‘sgan o‘smirlarda o‘z-o‘zini baholash darajasi yuqori, stressga chidamlilik esa kuchli bo‘ladi. Aksincha, oilaviy nizolar va nazoratning yetishmasligi deviant xulq shakllanishi xavfini oshiradi.

Ta’lim muassasasi ham o‘smir shaxsining rivojlanishida muhim rol o‘ynaydi. Maktab nafaqat bilim beruvchi tizim, balki ijtimoiylashuv muhiti sifatida ham xizmat qiladi. O‘qituvchi bilan munosabat, sinf jamoasi va akademik muhit o‘smirning kommunikativ kompetensiyasi va ijtimoiy moslashuvini shakllantiradi.

So‘nggi yillarda raqamli muhitning kengayishi o‘smir psixologiyasiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Statistikalarga ko‘ra, o‘smirlar kuniga o‘rtacha 4–6 soatni internet va ijtimoiy tarmoqlarda o‘tkazadi. Bu esa ularning o‘zini ifodalash, ijtimoiy taqqoslash va emotsional rivojlanish jarayonlariga bevosita ta’sir qiladi.

Shunday qilib, o‘smirlik davrida shaxs shakllanishi murakkab, ko‘p omilli jarayon bo‘lib, u biologik yetilish bilan bir qatorda ijtimoiy-psixologik muhit, oilaviy tarbiya, tengdoshlar ta’siri va zamonaviy axborot muhitining o‘zaro integratsiyasi natijasida shakllanadi. Mazkur maqolada aynan ushbu ijtimoiy-psixologik omillarning o‘smir shaxsiga ta’siri ilmiy jihatdan tahlil qilinadi.

Adabiyotlar tahlili. O‘smirlik davrida shaxs shakllanishiga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar muammosi zamonaviy psixologiya fanida eng ko‘p o‘rganiladigan dolzarb yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Ushbu jarayonni tushunishda klassik va zamonaviy rus hamda xorijiy olimlarning nazariy qarashlari muhim ilmiy asos bo‘lib xizmat qiladi, chunki ular shaxs rivojlanishini turli ijtimoiy va psixologik omillar bilan bog‘liq holda izohlaydi.

Avvalo, rus psixologiya maktabi vakillari L.S. Vygotskiy, S.L. Rubinshteyn va A.N. Leontyevning ishlari o‘smir shaxsining shakllanishini tushunishda fundamental ahamiyatga ega. Vygotskiy shaxs rivojlanishini ijtimoiy muhit va muloqot bilan bevosita bog‘liq deb hisoblab, “yaqin rivojlanish zonasi” nazariyasi orqali o‘smirning intellektual va shaxsiy o‘sishi kattalar va tengdoshlar bilan o‘zaro ta’sir jarayonida shakllanishini asoslab bergan. Rubinshteyn esa shaxsni faoliyat va ong

birligi sifatida talqin qilib, o‘smirning ijtimoiy tajribasi uning ichki psixologik tuzilmasini shakllantirishini ta’kidlaydi.

A.N. Leontyev faoliyat nazariyasida shaxs shakllanishining asosiy omili sifatida faoliyat va muloqotni ko‘rsatadi. Bu yondashuvga ko‘ra, o‘smirning o‘quv faoliyati, ijtimoiy rollari va tengdoshlar bilan o‘zaro munosabati uning shaxsiy sifatlarini belgilab beruvchi asosiy mexanizm hisoblanadi. Shuningdek, B.G. Ananyev va D.B. Elkonin o‘smirlik davrini shaxs rivojlanishining kritik bosqichi sifatida ko‘rib, bu davrda o‘z-o‘zini anglash, mustaqillik va ijtimoiy identitetning shakllanishini asosiy jarayon sifatida ajratib ko‘rsatgan.

G‘arb psixologiyasida esa o‘smir shaxsining shakllanishi ko‘proq psixososial va ijtimoiy interaksionistik yondashuvlar orqali izohlanadi. E. Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasida o‘smirlik davri “identitet vs. rol chalkashligi” bosqichi sifatida belgilanadi. Uning fikriga ko‘ra, o‘smir o‘z shaxsiy identitetini shakllantirish jarayonida turli ijtimoiy rollarni sinovdan o‘tkazadi va bu jarayonda oilaviy, ijtimoiy hamda madaniy omillar muhim rol o‘ynaydi.

J. Meadning “symbolic interactionism” nazariyasi ham o‘smir shaxsining shakllanishida muhim ahamiyatga ega bo‘lib, unga ko‘ra individ o‘zini boshqalar bilan muloqot jarayonida anglaydi va “Men” konsepsiyasi ijtimoiy o‘zaro ta’sir orqali shakllanadi. E. Goffman esa shaxsning ijtimoiy rollarni “ijro etishi” konsepsiyasini ilgari surib, o‘smirlarning ijtimoiy muhitda o‘zini qanday namoyon qilishini tahlil qilishga imkon yaratadi.

Zamonaviy xorijiy tadqiqotchilar, jumladan U. Bronfenbrenner ekologik tizimlar nazariyasi orqali o‘smir rivojlanishini bir nechta darajadagi ijtimoiy tizimlar - mikro, mezo, ekzo va makro tizimlar o‘zaro ta’siri natijasi sifatida ko‘rsatadi. Bu yondashuv oila, maktab, tengdoshlar guruhi va jamiyatning o‘smir shaxsiga kompleks ta’sirini tushuntirishda muhim o‘rin tutadi.

Shuningdek, J. Bowlby va M. Ainsworthning bog‘lanish (attachment) nazariyasi o‘smirlik davridagi emotsional barqarorlik va ijtimoiy munosabatlarning shakllanishini tushuntirishda keng qo‘llaniladi. Ularning tadqiqotlariga ko‘ra, erta bolalik davridagi emotsional bog‘lanish sifati o‘smirlik davrida shaxslararo munosabatlar va ishonch darajasiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

So‘nggi yillarda D. Boyd va S. Turkle kabi olimlar raqamli muhitning o‘smir psixologiyasiga ta’sirini chuqur o‘rganib, ijtimoiy tarmoqlar o‘smirlarning identitet shakllanishi, o‘zini taqdim etish va emotsional rivojlanish jarayonlariga sezilarli ta’sir ko‘rsatishini ta’kidlaydilar. M. Castells esa “tarmoq jamiyati” konsepsiyasi orqali zamonaviy axborotlashgan jamiyatda shaxs shakllanishining yangi ijtimoiy sharoitlarini asoslab beradi.

Umuman olganda, tahlil qilingan ilmiy adabiyotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlik davrida shaxs shakllanishi murakkab, ko‘p omilli jarayon bo‘lib, u biologik yetilish bilan bir qatorda ijtimoiy muhit, madaniy qadriyatlar, oilaviy tarbiya, tengdoshlar ta’siri hamda raqamli axborot muhitining o‘zaro integratsiyasi natijasida shakllanadi. Shu bois ushbu muammoni zamonaviy sharoitda kompleks yondashuv asosida o‘rganish dolzarb ilmiy ahamiyat kasb etadi.

Muhokama. O‘smirlik davrida shaxs shakllanishiga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar murakkab va ko‘p qatlamli tizim sifatida namoyon bo‘lib, ushbu jarayonni faqat bir yo‘nalishdagi omil bilan izohlash yetarli emas. O‘tkazilgan nazariy va amaliy tahlillar shuni ko‘rsatadiki, o‘smir shaxsining rivojlanishi oila muhiti, tengdoshlar guruhi, ta’lim jarayoni hamda zamonaviy raqamli muhitning o‘zaro ta’siri natijasida shakllanadi. Bu omillar bir-biri bilan uzviy bog‘liq bo‘lib, o‘smirning emotsional holati, xulq-atvori va ijtimoiy identifikatsiyasiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Avvalo, oila muhitining ta’siri eng birlamchi va asosiy omil sifatida e’tirof etiladi. O‘smir oilada ilk ijtimoiy tajribani egallaydi va aynan shu muhitda uning o‘z-o‘zini baholash darajasi, ishonch hissi hamda emotsional barqarorligi shakllanadi. Qo‘llab-quvvatlovchi va barqaror oilaviy muhit o‘smirda ijobiy shaxsiy sifatlarni rivojlantirsa, nizoli yoki beqaror oilaviy holatlar aksincha, psixologik beqarorlik va ijtimoiy moslashuv qiyinchiliklarini yuzaga keltirishi mumkin.

Tengdoshlar guruhi o‘smir hayotida ikkinchi muhim ijtimoiy institut sifatida maydonga chiqadi. Ushbu davrda o‘smirlar orasida tengdoshlar fikriga bo‘lgan sezgirlik ortadi, ijtimoiy maqom va guruhga mansublik ehtiyoji kuchayadi. Bu holat shaxslararo munosabatlarning shakllanishida ijobiy (hamkorlik, do‘stlik, empatiya) hamda salbiy (bosim, taqlid, deviant xulq) omillarning

kuchayishiga olib kelishi mumkin. Ayniqsa, guruh ichidagi ijtimoiy bosim o‘smir qarorlariga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi.

Ta’lim muassasasi ham o‘smir shaxsining shakllanishida muhim rol o‘ynaydi, chunki u nafaqat bilim beruvchi tizim, balki ijtimoiylashuv maydoni ham hisoblanadi. O‘qituvchi bilan munosabat, sinf jamoasidagi psixologik iqlim va akademik talablar o‘smirning kommunikativ ko‘nikmalari, mas’uliyat hissi va o‘zini boshqarish qobiliyatini shakllantiradi. Ijobiy pedagogik muhit o‘smirda motivatsiyani oshirsa, keskin va bosimga asoslangan muhit esa psixologik stressni kuchaytirishi mumkin.

So‘nggi yillarda raqamli muhitning o‘smir psixologiyasiga ta’siri keskin ortib bormoqda. Ijtimoiy tarmoqlar va virtual kommunikatsiya shakllari o‘smirlar uchun yangi ijtimoiy maydon yaratgan bo‘lsa-da, bu jarayon identitet shakllanishida murakkab o‘zgarishlarni keltirib chiqarmoqda. Virtual “men” va real “men” o‘rtasidagi farqlanish, ijtimoiy taqqoslashning kuchayishi hamda onlayn tasdiq (layk, izoh)ga bog‘liqlik o‘smirning emotsional holatiga bevosita ta’sir qiladi.

Muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, o‘smir shaxsining shakllanishi doimiy o‘zgaruvchan va dinamik jarayon bo‘lib, unda ijtimoiy-psixologik omillar bir-biri bilan uzviy aloqada ishlaydi. Bu jarayonda hech bir omil yakka holda ustunlik qilmaydi, balki ularning kompleks ta’siri shaxs rivojlanishining yo‘nalishini belgilaydi.

Shu bilan birga, zamonaviy sharoitda o‘smirlarning psixologik rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash uchun kompleks yondashuv zarur. Oila, maktab va ijtimoiy institutlar hamkorligi, shuningdek, raqamli savodxonlikni oshirish va psixologik madaniyatni rivojlantirish o‘smirlarning sog‘lom shaxs sifatida shakllanishida muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa. O‘smirlik davrida shaxs shakllanishi murakkab, ko‘p omilli va doimiy o‘zgarib boruvchi jarayon bo‘lib, u biologik yetilish bilan bir qatorda ijtimoiy-psixologik muhit ta’sirida shakllanadi. O‘tkazilgan nazariy tahlil va muhokamalar shuni ko‘rsatadiki, o‘smir shaxsining rivojlanishida oila muhiti, tengdoshlar guruhi, ta’lim tizimi hamda zamonaviy axborot va raqamli muhit asosiy determinantlar sifatida namoyon bo‘ladi.

Oila o‘smirning dastlabki emotsional tajribasi va shaxsiy ishonch tizimini shakllantiruvchi eng muhim ijtimoiy institut hisoblanadi. Barqaror va qo‘llab-quvvatlovchi oilaviy muhit o‘smirda ijobiy o‘z-o‘zini baholash, emotsional barqarorlik va ijtimoiy faollikni rivojlantiradi. Aksincha, oilaviy nizolar va emotsional beqarorlik shaxs shakllanishida salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin.

Tengdoshlar guruhi o‘smir hayotida ijtimoiy identitetni shakllantirishda hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Ushbu davrda guruhga mansublik ehtiyoji kuchayib, o‘smirning qaror qabul qilish jarayonida ijtimoiy bosim sezilarli darajada ortadi. Bu esa ham ijobiy (hamkorlik, empatiya), ham salbiy (taqlid, deviant xulq) xulq shakllarining paydo bo‘lishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Ta’lim muassasasi esa o‘smirning nafaqat bilim olish, balki ijtimoiylashuv jarayonida ham muhim o‘rin tutadi. O‘qituvchi va tengdoshlar bilan o‘zaro munosabatlar o‘smirning kommunikativ kompetensiyasi, mas’uliyat hissi va o‘zini boshqarish qobiliyatini rivojlantiradi.

Shuningdek, raqamli muhitning kengayishi o‘smir psixologiyasiga yangi ta’sir mexanizmlarini olib kirdi. Virtual muloqot, ijtimoiy tarmoqlar va onlayn identitet shakllanishi o‘smirning o‘zini anglash jarayonini murakkablashtirib, emotsional va ijtimoiy taqqoslash darajasini oshirmoqda.

Umuman olganda, o‘smirlik davrida shaxs shakllanishi barcha ijtimoiy-psixologik omillarning o‘zaro integratsiyasi natijasida yuzaga keladi. Shu sababli o‘smirlarni sog‘lom shaxs sifatida rivojlantirish uchun oila, ta’lim tizimi va jamiyat o‘rtasida uzviy hamkorlikni ta’minlash, shuningdek, psixologik va raqamli savodxonlikni rivojlantirish dolzarb ahamiyatga ega hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Выготский Л. С. Мышление и речь. - М.: Лабиринт, 2005. - 352 с.
2. Выготский Л. С. Психология развития человека. - М.: Эксмо, 2010. - 1136 с.
3. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. - М.: Смысл, 2004. - 431 с.
4. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. - СПб.: Питер, 2012. - 720 с.
5. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. - СПб.: Питер, 2011. - 288 с.

6. Эльконин Д. Б. Психология игры. - М.: Владос, 1999. - 360 с.
7. Эриксон Э. Детство и общество. - М.: Педагогика, 1996. - 592 с.
8. Mead G. H. Mind, Self and Society. - Chicago: University of Chicago Press, 1934. - 401 p.
9. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development. - Cambridge: Harvard University Press, 1979. - 330 p.
10. Bowlby J. Attachment and Loss. - New York: Basic Books, 1982. - 496 p.
11. Ainsworth M. D. Patterns of Attachment. - Hillsdale: Erlbaum, 1978. - 462 p.
12. Goffman E. The Presentation of Self in Everyday Life. - New York: Anchor Books, 1959. - 256 p.

Ostonova Lobar Rashid qizi
Buxoro davlat universiteti, Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi
lobarostonova@3gmail.com

TALABALARNING BO'SH VAQTINI MAZMUNLI TASHKIL ETISHDA IJTIMOIY FAOLLIKNING AHAMIYATI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada talabalarning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etishning pedagogik-psixologik mexanizmlari tahlil qilinadi. Bo'sh vaqtni samarali o'tkazish shaxsning ijtimoiy faolligi, ijodiy salohiyati va ma'naviy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqotda talabalarning bo'sh vaqt faoliyatini tashkil etishda motivatsiya, qiziqish, shaxsiy qadriyatlar va ijtimoiy muhit omillari o'rganiladi.*

Kalit so'zlar: *bo'sh vaqt, talaba shaxsi, pedagogik-psixologik mexanizm, motivatsiya, ijtimoiy faollik, kreativlik, ma'naviy rivojlanish.*

Annotation. *This article analyzes the pedagogical and psychological mechanisms of organizing students' leisure time meaningfully. Effective use of free time positively influences students' social activity, creativity, and moral development. The research explores factors such as motivation, interests, personal values, and social environment that determine students' leisure behavior.*

Key words: *leisure time, student personality, pedagogical-psychological mechanisms, motivation, social activity, creativity, moral development.*

Аннотация. *В статье рассматриваются педагогико-психологические механизмы содержательной организации свободного времени студентов. Эффективное использование досуга оказывает положительное влияние на социальную активность, творческий потенциал и духовное развитие личности. В исследовании анализируются такие факторы, как мотивация, интересы, личностные ценности и социальная среда, влияющие на организацию свободного времени студентов.*

Ключевые слова: *свободное время, личность студента, педагогикопсихологический механизм, мотивация, социальная активность, креативность, духовное развитие.*

Kirish. Insonning ma'naviy boyligini oshirish hamda uni boyitish albatta insonning bo`sh vaqti bilan belgilanadi. Ammo fikr-mulohazalar ham adolatli. Shu bilan birga, bo'sh vaqtni o'tkazish madaniyati shaxsning o'zi, uning bo'sh vaqtini nafaqat yangi taassurotlar, balki bilim, ko'nikma va qobiliyatlarni egallash vositasiga aylantirish istagi natijasidir. Madaniyat-moddiy va ma'naviy mehnat mahsulotlarida, ijtimoiy normalar va ma'naviy qadriyatlar tizimida, ijtimoiy munosabatlar majmuasida shakllangan odamlar hayotini yaratish, rivojlantirish va ta'minlashning o'ziga xos usuli hisoblanadi.

Talabalarning bo'sh vaqti -bu muloqot qilish, ma'naviy madaniyat qadriyatlarini iste'mol qilish, ko'ngil ochish va dam olishni ta'minlaydigan boshqa tartibga solinmagan faoliyat uchun ishlatiladigan bo'sh vaqtning bir qismidir. Faoliyat esa -bu atrof-muhitga, jamiyatga nisbatan faol munosabatning o'ziga xos insoniy shakli bo'lib, uning maqsadga muvofiq o'zgarishi yoki o'zgarmasligini nazarda tutadi.

Yotoqxonada tarbiyaviy ishlarning dolzarb yo'nalishlaridan biri talabalarning madaniy va hordiq chiqarish faoliyatini tashkil etishdir. Madaniy va hordiq chiqarish faoliyati tushunchasi uchta atamadan iborat:" madaniyat"," hordiq chiqarish","faoliyat". Ilmiy adabiyotlarda ular umumlashtirilgan shaklda quyidagicha talqin qilinadi.

Talaba - yoshlarning bo'sh vaqtlarining o'ziga xos xususiyatlari va mazmuni shunchaki "men xohlagan narsani qilaman"tamoyili bo'yicha emas, balki ma`lum bir faoliyat talabalarning o'z oldiga qo'ygan muayyan manfaatlar va maqsadlarini amalga oshirish imkoniyati hisoblanadi. Madaniy qadriyatlarni o'zlashtirish, yangi narsalarni bilish, havaskor mehnat, ijodkorlik, jismoniy tarbiya va sport, turizm, sayohat - bu bo'sh vaqtlarida band bo'lishi mumkin bo'lgan jarayonlardir. Ushbu mashg'ulotlarning barchasi yoshlarning bo'sh vaqtlari madaniyatining erishilgan darajasini ko'rsatadi.

Talabaning ijtimoiy farovonligi, bo'sh vaqtidan qoniqish ko'p jihatdan bo'sh vaqtlarida o'z faoliyatini umumiy maqsadlarga erishish, hayot dasturini amalga oshirish, muhim kuchlarini rivojlantirish va takomillashtirishga yo'naltirish qobiliyatiga bog'liq hisoblanadi.

Talaba yoshlar o'yin faoliyatiga ko'proq moyil bo'lib, psixikani to'liq qamrab oladi, doimiy ravishda yangi his-tuyg'ular oqimini ta'minlaydi va monoton, ixtisoslashgan faoliyatga moslashish qiyindir. Talabalarning o'yin faoliyatiga qiziqishi aniq. Ushbu qiziqishlar doirasi keng va xilma-xil: televizion va gazeta viktorinalarida, tanlovlarda ishtirok etish; kompyuter o'yinlari; sport va hozalar. Bugungi qiyin ijtimoiy-iqtisodiy sharoitda o'yin dunyosi o'quvchilarga jiddiy ta'sir ko'rsatmoqda. Yoshlarning madaniy va hordiq chiqarish tadbirlarini tayyorlash va o'tkazish amaliyotini ko'plab kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, ularning muvaffaqiyati ko'p jihatdan talaba-yoshlarda raqobat, improvizatsiya va zukkolik istagini rag'batlantiradigan o'yin bloklarini o'z tuzilmalariga kiritishga muvaffaq bo`ladilar.

Adabiyotlar tahlili.Yoshlar dam olishining boshqa xususiyatlari uning oqimi muhitining o'ziga xosligini o'z ichiga oladi. Ota-onalar muhiti, qoida tariqasida, talabalarning bo'sh vaqtlarini o'tkazish uchun ustuvor markaz emas. Yoshlarning aksariyati bo'sh vaqtlarini uydan tashqarida, tengdoshlari bilan o'tkazishni afzal ko'rishadi. Jiddiy hayotiy muammolarni hal qilish haqida gap ketganda, yoshlar ota-onalar, o'qituvchilarning maslahatlari va ko'rsatmalarini bajonidil qabul qiladilar, ammo o'ziga xos bo'sh vaqt qiziqishlari sohasida, ya'ni xatti-harakatlar, do'stlar, kitoblar, kiyimlarni tanlashda ular o'zlarini mustaqil tutishadi. Tengdoshlar bilan muloqot qilish istagi yoshlarning hissiy aloqalarga bo'lgan katta ehtiyoji bilan izohlanadi. Buni quyidagicha ko'rish mumkin:

inson va jamiyat hayotining zaruriy sharti;
shaxsni shaxsga ijodiy o'zgartirish manbai;
bilim va ijtimoiy tajribani uzatish shakli;
shaxsning o'zini o'zi anglashining boshlang'ich nuqtasi;
jamiyatdagi odamlarning xatti-harakatlarini tartibga solish;
mustaqil faoliyat turi;

Yoshlarning dam olish faoliyatining diqqatga sazovor xususiyati muloqotda psixologik qulaylik, turli xil ijtimoiy-psixologik odamlar bilan muloqot qilishning ma'lum ko'nikmalarini egallash istagi hisoblanadi. Bo'sh vaqt sharoitida yoshlarning muloqoti, birinchi navbatda, uning quyidagi ehtiyojlarini qondiradi:

hissiy aloqada, hamdardlikda;
ma'lumotlarda;
birgalikda harakat qilish uchun kuchlarni birlashtirishda.

Yoshlarning bo'sh vaqtlari, xuddi o'spirinlarning bo'sh vaqtlari estafetasini ushlab turgandek, talabada bunday odat va ko'nikmalarni mustahkamlaydi va ko'p jihatdan o'rnatadi, bu esa uning bo'sh vaqtga bo'lgan munosabatini to'liq belgilaydi. Aynan talaba hayotining ushbu bosqichida dam olish va dam olishning individual uslubi ishlab chiqiladi, bo'sh vaqtni tashkil etishning birinchi tajribasi to'planadi, u yoki bu faoliyatga bog'liqlik paydo bo'ladi. Yosh yillarda bo'sh vaqtni tashkil etish va o'tkazish printsipi ham belgilanadi - ijodiy yoki ijodiy emas. Biri sayr qilishni, ikkinchisi baliq ovlashni, uchinchisi ixtironi, to'rtinchisi oson o'yin - kulgini chaqiradi. Albatta, har kim o'z imkoniyatlari va sharoitlaridan kelib chiqib, o'ziga xos tarzda dam oladi. Biroq, bo'sh vaqt to'liq

bo'lishi uchun javob berishi kerak bo'lgan bir qator umumiy talablar mavjud. Ushbu talablar bo'sh vaqt o'ynashga mo'ljallangan ijtimoiy roldan kelib chiqadi.

Shunga asoslanib, biz yoshlarning bo'sh vaqtlarini tashkil etish va o'tkazishga qo'yiladigan talablarni shakllantiramiz. Avvalo, unga talaba-yoshlarni tarbiyalash va o'z-o'zini tarbiyalash, har tomonlama, uyg'un rivojlangan shaxsni shakllantirish vositasi sifatida murojaat qilish kerakdir. Muayyan tadbirlarni, bo'sh vaqt shakllarini tanlash va tashkil qilishda ularning tarbiyaviy ahamiyatini hisobga olish, shaxsning qaysi fazilatlarini shaxsda shakllantirishga yoki mustahkamlashga yordam berishini aniq tasavvur qilish kerak.

Yotoqxonada madaniy va hordiq chiqarishni tashkil etishning maqsadi har tomonlama, uyg'un rivojlangan shaxsni tarbiyalashdir. Bo'sh vaqtni tashkil qilishda ehtiyojlarning butun majmuasi, shu jumladan shaxsning rivojlanishi, o'zini takomillashtirishga bo'lgan ehtiyoji qondiriladi. Ushbu ehtiyojning ahamiyati juda katta, chunki talabaning har tomonlama rivojlanish maqsadlarini amalga oshirish uchun faqat tashqi, hech bo'lmaganda belgilovchi shartlarning mavjudligi inobatga olish zarurdir. Talabaning o'zi ushbu rivojlanishni xohlashi, uning zarurligini tushunishi kerak. Shunday qilib, faol, mazmunli dam olish muayyan ehtiyojlarni talab qiladi va talabalarning qobiliyatlari rivojlantiriladi. Dam olish tadbirlarining ijodiy turlariga, ularda har bir talabaning bevosita ishtirokini ta'minlashga e'tibor qaratish esa - bu bo'sh vaqtni mazmunli va faol o'tkazishga hissa qo'shadigan o'g'il-qizlarda shaxsiy fazilatlarni shakllantirish usulidir.

Shuni ta'kidlash kerakki, yoshlarning bo'sh vaqtini tashkil etish va o'tkazish madaniyati nuqtai nazaridan tavsiflash ushbu hodisaning ko'plab jihatlarini - ham shaxsiy, ham jamoatchilikni qamrab oladi. Bo'sh vaqt madaniyati, birinchi navbatda, insonning ichki madaniyati bo'lib, u bo'sh vaqtini mazmunli va foydali o'tkazishga imkon beradigan ma'lum shaxsiy xususiyatlarga ega ekanligini anglatadi. Fikrlash, xarakter, tashkilotchilik, ehtiyojlar va qiziqishlar, ko'nikmalar, didlar, hayotiy maqsadlar, istaklar - bularning barchasi talaba yoshlarning dam olish madaniyatining shaxsiy, individual-sub'ektiv tomonini tashkil etadi.

Yoshlarning bo'sh vaqtlarini tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, yoshlar uchun eng jozibali shakllar musiqa, raqs, o'yinlar, tok-shoular, KVN, ammo yotoqxonadagi tarbiyaviy ishlar har doim ham o'quvchilarning qiziqishlariga qarab qurilmaydi. Shubhasiz, bo'sh vaqt turli xil, qiziqarli, ko'ngilochar va ko'zga tashlanmaydigan bo'lishi kerak. Bunday bo'sh vaqtni har kimga turli xil dam olish va o'yin-kulgilarda o'z tashabbuslarini faol ravishda namoyish etish imkoniyatini berish orqali ta'minlash mumkin. Madaniy yoshlarning bo'sh vaqtlarining ajoyib sifati-bu hissiy rang berish, har bir imkoniyatga o'zingiz yoqtirgan ish bilan shug'ullanish, qiziqarli odamlar bilan uchrashish, u uchun muhim joylarga tashrif buyurish, muhim voqealarning ishtirokchisi bo'lish imkoniyati. Yoshlarning madaniy hordiq chiqarishining asosiy xususiyatlari - madaniy-texnik jihozlarning yuqori darajasi, zamonaviy hordiq chiqarish texnologiyalari va shakllari, usullaridan foydalanish, estetik jihatdan boy makon va hordiq chiqarish jarayonining yuqori badiiy darajasi.

Bo'sh vaqtni tashkil etish tizimi o'quvchilarning bo'sh vaqtdagi qiziqishlari va ehtiyojlari bilan belgilanadi. Dam olish ehtiyojlari ma'lum bir namoyon bo'lish ketma-ketligiga ega. Bitta ehtiyojni qondirish odatda yangisini keltirib chiqaradi. Bu sizga faoliyat turini o'zgartirish va bo'sh vaqtni boyitish imkonini beradi. Dam olish sohasida faoliyatning oddiy shakllaridan tobora murakkablashib boradigan, passiv dam olishdan faol dam olishga, chuqurroq ijtimoiy va madaniy intilishlarni qondirishdan, jismoniy faoliyatdan o'tish hisoblanadi.

Dam olish tarkibi bir-biridan psixologik va madaniy ahamiyati, hissiy og'irligi, ma'naviy faollik darajasi bilan ajralib turadigan bir necha darajalardan iborat. Dam olishning eng oson turi - bu dam olish. U ish paytida sarflangan kuchlarni tiklash uchun mo'ljallangan va faol va passivga bo'linadi. Passiv dam olish charchoqni yengillashtiradigan va kuchni tiklaydigan dam olish holati bilan tavsiflanadi. Siz nima bilan band ekanligingiz muhim emas, agar siz o'zingizni chalg'itsangiz, stressdan xalos bo'lsangiz, hissiy dam olishingiz mumkin.

Uydagi odatiy dam olish oddiy faoliyat tinchlik kayfiyatini keltirib chiqaradi. Bu gazetalarni tomosha qilish, stol o'yini, tasodifiy suhbat, fikr almashish, yurish bo'lishi mumkin. Ushbu turdagi dam olish uzoq maqsadlarni qo'ymaydi, u passiv, individualdir. Bu faqat ijobiy dam olishning boshlanishini o'z ichiga oladi, va shunga qaramay, bunday dam olish yotoqxonadagi talabalar

hayotining ajralmas qismidir. Bu yanada murakkab va ijodiy faoliyat uchun tayyorgarlik darajasi bo'lib xizmat qiladi.

Faol dam olish, aksincha, boshlang'ich darajadan yuqori bo'lgan odamning kuchini takrorlaydi. Bu ishda qo'llanilmagan mushaklar va aqliy funksiyalarga ish beradi. Faol dam olish, passivdan farqli o'laroq, ozgina yangi kuch, ixtiyoriy kuch va tayyorgarlikni talab qiladi. Faol dam olishga quyidagilar kiradi: jismoniy tarbiya, sport, turizm, o'yinlar, filmlarni tomosha qilish, ko'rgazmalar, teatrlar, muzeylarga tashrif buyurish, musiqa tinglash, o'qish, do'stona muloqot kabilarni o`z ichiga oladi. An'anaga ko'ra," o'yin-kulgi " bo'sh vaqtingizda dam olish imkoniyatini beradigan, tashvishlardan chalg'itadigan, zavq bag'ishlaydigan, ya'ni o'yin-kulgi har doim dam olishdan farqli o'laroq, passiv yoki yarim passiv bo'lishi mumkin bo'lgan faoliyatni talab qiladi. Dam olish jarayonida ham odam fiziologik holatini tiklaydi va ko'ngil ochish psixologik stresslarni, ortiqcha yuklarni, ortiqcha ishlarni engillashtirish uchun zarurdir. Shuning uchun o'yin-kulgi maxsus hissiy yukni talab qiladi.

Xulosa qilib aytganda, hozirgi kunda talaba yoshlarning ehtiyojlari va qiziqishlari doimiy ravishda o'zgarib, o'sib bormoqda, bo'sh vaqt tarkibi ham murakkablashmoqda. Shuning uchun talabalarning turli guruhlarining bo'sh vaqtlarini tashkil etishning tabaqalashtirilgan shakllarini ishlab chiqish kerak. Ushbu tashkilot turli xil tadbirlarni o'z ichiga olishi kerak. Talabalar ehtiyojlari, madaniy va kasbiy tayyorgarligi darajasi va bo'sh vaqtni tashkil etishga munosabati bilan bir-biridan farq qiladi. Aynan shu narsa yotoqxonada madaniy va hordiq chiqarishni tashkil etishning zamonaviy shakllarini tanlashda hisobga olinishi kerak. Talabalarga har bir holatda eng samarali dam olish tadbirlarini, tanlash erkinligini va turli xil tadbirlarni o'zgartirish imkoniyatini taklif qilish kerak. O'qituvchi, shuningdek, ma'lum bir yosh davrida talabalarning psixologik xususiyatlarini hisobga olishi va ijtimoiy psixologiya nuqtai nazaridan bo'sh vaqtni tashkil qilish uchun talabalar guruhini yaratish imkoniyatini ko'rib chiqishi kerak.

Bo'sh vaqtni tashkil etish faoliyatini takomillashtirish uchun kichik guruhlar deb ataladigan jarayonlar, aloqalar va munosabatlarni tushunish katta ahamiyatga ega. Ular "shaxs-jamiyat" zanjirining Markaziy bo'g'inidir, chunki jamoat manfaatlarini o'quvchining atrofidagi mikro muhitning shaxsiy manfaatlari va manfaatlari bilan uyg'unlashtirish darajasi ularning vositachiligiga bog'liqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Karimova, V.M. (2018). Shaxs psixologiyasi. - Toshkent: Universitet nashriyoti. - 240 b.
2. Nishanova, Z.M. (2020). Talabalarda ijtimoiy faollikni rivojlantirishning psixologik asoslari. - Toshkent: Fan va texnologiya. - 212 b.
3. G‘aniyeva, N.S. (2022). Yoshlarning bo‘sh vaqtini samarali tashkil etishning psixologik asoslari. – Toshkent: Ilm Ziyo. – 168 b.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Yoshlar siyosatini takomillashtirish to‘g‘risida”gi qarori. PQ–4351. – 2019-yil 27-avgust. 8. Рубинштейн, С.Л. (2012). Основы общей психологии. – Санкт-Петербург: Питер. – 720 с.

Ro’ziyev Umar Muzafarovich
Buxoro davlat universiteti, Psixologiya kafedrasi dotsenti

IJTIMOIY FOBIYA IJTIMOIY TASHVISH BUZILISHI HOLATLARNING MUAMMOLARI

Annotastiya. *Sotsiofobiya kasbiy va ijtimoiy faoliyatda jiddiy to‘siqlar yaratishi mumkin. U kuchli nazoratsiz tashvish bilan kechadi, psixologik va jismoniy komponentlarni o‘z ichiga oladi. Bu maqolada shaxslarda bezovtalik hissi va ijtimoiy fobiya ko’rinishlari va ularni oldini olish, ijtimoiy fobiya belgilari, kimlarda ko’proq kuzatilishi, ijtimoiy fobiyaning sabablari, haqida fikr yuritilgan. Maqolada ijtimoiy fobiya ko’rinishlari, kelib chiqish sabablari, oldini olish usullari haqida ma’lumot berilgan.*

Tayanch tushunchalar: *Agorafobiya, xavotir bezovtalik, sintez funksiyasi, zaifliklar fobiya, xulq-atvor, muzlatish, somatik kasalliklar, vahima, irrastional qo'rquv, ayxmofobiya, chuqur depressiya, stereotip travmatik holat,obsessiya. signal funksiyasi, tartibga solish funksiyasi, hissiy shantaj va oldindan sezish obsessiv qo'rquv.*

Аннотация. *Социофобия может стать серьезным препятствием в профессиональной и социальной деятельности. Сопровождается сильной неконтролируемой тревогой, включающей психологические и физические компоненты. В статье рассматриваются проявления тревожности и социофобии у людей, а также их профилактика, симптомы социофобии, у кого они чаще всего наблюдаются, причины социофобии. В статье представлена информация о проявлениях социофобии, причинах ее возникновения и методах профилактики.*

Базовые понятия: *агорафобия, тревога, функция синтеза, слабости фобия, поведение, замораживание, соматические расстройства, паника, иррациональный страх, эйхмофобия, глубокая депрессия,стереотипное травматическое состояние, навязчивая идея. сигнальная функция, регуляторная функция, эмоциональный шантаж и предчувствие навязчивый страх.*

Annotation. *Social phobia can become a serious obstacle in professional and social activities. It is accompanied by severe uncontrollable anxiety, including psychological and physical components. The article discusses the manifestations of anxiety and social phobia in people, as well as their prevention, symptoms of social phobia, who they are most often observed in, and the causes of social phobia. The article provides information about the manifestations of social phobia, the causes of its occurrence and methods of prevention.*

Basic concepts: *agoraphobia, anxiety, anxiety, synthesis function, weakness phobia, behavior, freezing, somatic disorders, panic, irrational fear, eichmophobia, deep depression, stereotypical traumatic state, obsession. signaling function, regulatory function, emotional blackmail, and premonition of obsessive fear.*

Ijtimoiy fobiya-bu tashvish buzilishining bir turi bo'lib, unda odam har qanday ijtimoiy aloqada kuchli qo'rquv va xavotirni his qiladi. Ushbu kasallikka chalingan bemor vahima qo'zg'atadi, chunki uning so'zlari va harakatlari boshqalar tomonidan salbiy baholanadi, shuning uchun u jamiyat bilan aloqa qilishdan qochadi. Shu bilan birga, qo'rquv va tashvish haqiqiy tahdidga mos kelmaydi.

Ijtimoiy fobiya paydo bo'lishining xususiyatlari va sabablarini tavsiflash uchun barqaror psixologik toifalarning yo'qligi, ushbu kasallikka chalinganlarning ko'payishi bilan bir qatorda, ijtimoiy qo'rquvni ilmiy va psixologik o'rganish boshlangan kunning muhim dalilidir (J Biik va Litvinov, g Romek, E A Romek, R Campeas).

Ijtimoiy fobiya ijtimoiy tashvish buzilishi uni oldini olish hissiy chidamlilikni shakllantirishni, xavfsiz ijtimoiy aloqalarni rivojlantirishni va salbiy fikrlash shakllarini qiyinlashtirishni talab qiladi. Yengil alomatlar uchun maqsadli aralashuvlar ijtimoiy qo'rquvning klinik kasallikka aylanishini to'xtatishi mumkin. Kognitiv xulq-atvor terapiyasi. Ijtimoiy tashvish bilan bog'liq bo'lgan salbiy fikrlash shakllari va jismoniy javoblarni aniqlash, ularga qarshi kurashish va qayta ko'rib chiqishga yordam beradi.

Ijtimoiy tashvish buzilishining belgilari. Ijtimoiy tashvish buzilishining asosiy alomati - bu boshqa odamlar tomonidan sinchiklab tekshirilishidan yoki xijolat bo'lishidan haddan tashqari qo'rqishdir. Qo'rquv shunchalik kattaki, u odamni ijtimoiy muhitdan butunlay qochishga olib kelishi mumkin.Ko‘pincha boshqa fobik buzilishlar, depressiya, umumiy tashvish buzilishi, obsesif-kompulsiv nevroz va vahima buzilishlari bilan birga kechadi. Giyohvandlik, alkogolizm, boshqa kimyoviy va kimyoviy bo‘lmagan qaramliklar (masalan, kompyuter o‘yinlariga qaramlik) rivojlanish ehtimoli yuqori ekanligi qayd etiladi. Sotsiofobiya bemorlarning kasbiy va ijtimoiy hayotiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi, yangi odamlar bilan tanishishga va yaqin munosabatlar o‘rnatishga to‘sqinlik qiladi.Sotsiofobiya ko‘pincha o‘ta qattiqqo‘l va talabchan, hissiy jihatdan uzoqlashgan yoki haddan tashqari g‘amxo‘r ota-onalarning farzandlarida rivojlanadi. Yuqori talabchanlik, qattiqqo‘llik va hissiy yaqinlikning yetishmasligi sharoitida sotsiofobiya paydo bo‘lishining sababi asosiy xavfsizlikning yetishmasligidir. Erta yoshda yetarlicha "hissiy erkalash" olmagan bola jazo va

norozilik qo‘rquvi bilan yashaydi, dunyoni yetarli darajada xavfsiz emas deb hisoblashga odatlanadi. Keyinchalik bunday munosabat ijtimoiy o‘zaro munosabatlardan qo‘rqish hissini keltiribchiqaradi.Sotsiofobiya rivojlanish ehtimolini oshiradigan yana bir omil - bu tez-tez uchraydigan ijtimoiy nizolar, bolalik davrida ijtimoiy qabul qilinmaslik va ma’qullanmaslik.Ijtimoiy fobiyaning asosiy alomati muayyan ijtimoiy vaziyatlardan qo‘rqish hisoblanadi. Ijtimoiy fobiya bilan bog'liq eng keng tarqalgan qo'rquvlar orasida jamoat oldida nutq so'zlash (shu jumladan maktabda yoki institutda butun sinf yoki guruh oldida javoblar), yuqori ijtimoiy mavqega ega bo'lgan yoki yuqori obro'ga ega bo'lgan odamlar bilan suhbatlar (boshliqlar, o'qituvchilar), begonalar bilan har qanday aloqa, suhbatlar, biznes muzokaralari va uchrashuvlar notanish sheriklar bilan.

Bundan tashqari, sotsiofobiya bilan og‘rigan bemorlar ko‘pincha jamoat joylarida turli harakatlarni bajarishda qo‘rquv his qiladilar. Ular boshqa odamlar huzurida ichish, ovqatlanish, biror harakat qilish, o‘qish, yozish va hokazolardan qo‘rqishlari mumkin.Ba’zi sotsiofobiya bilan og‘rigan bemorlar uchun yuzma yuz gapirishdan ko’ra (telefon orqali) yoki masofadan turib (Skype orqali) muloqot qilish muammo bo‘lib qoladi.

Qo‘rquv nafaqat muayyan ijtimoiy vaziyatga tushganda, balki bu vaziyat haqida o‘ylanganda ham namoyon bo‘ladi. Xavfsiz muhitda bo'lganida, ijtimoiy fobiya bilan og'rigan bemorlar o'tmishda o'zlarini qanday tutganliklari, qanday xatolarga yo'l qo'yganliklari, qaysi daqiqalarda, ularning fikriga ko'ra, kulgili, noqulay va noloyiq ko'rinishlari va boshqalar haqida tashvishlanadilar.Ijtimoiy fobiya bilan og'rigan bemorlar atrofdagi odamlarning reaktsiyasidan juda xavotirda, ular baholashdan qo'rqishadi va eng yomonini taxmin qilishadi.

Sotsiofobiya bilan og‘rigan bemorlarning tipik farazlari quyidagilardan iborat: "hamma menga qoralab qarardi", "men o‘zimni mutlaqo noloyiq his qilardim", "ular ichlarida ustimdan kulishardi". Bunday farazlar proyeksiyalardan iborat bo‘lib, haqiqatga hech qanday aloqasi yo‘q. Shunday bo‘lsa-da, sotsiofobiya bilan og‘rigan bemorlar keyingi xatti-harakatlarini ana shu taxminlardan kelib chiqib quradilar. Ular keyingi safar xuddi shunday taassurot qoldirmaslik yoki hech bo‘lmasa "ortiqcha sharmanda bo‘lmaslik" uchun qanday yo‘l tutish kerakligini uzoq vaqt o‘ylaydilar.

O‘z harakatlarini salbiy baholashga moyillik o‘z xulq-atvoriga nisbatan noxolis qarashni shakllantiradi. Sotsiofobiya bilan og‘rigan bemorlar tashqi ko‘rinishi, mimikasi, imo-ishoralari, nutqi, yurish-turishi, harakatlarining o‘ziga xos xususiyatlari va boshqalarni nihoyatda tanqidiy baholaydilar. Sotsiofobiya bilan og‘rigan bemorlar doimo o‘zlarining ijtimoiy jihatdan noqisligi, noadekvatligi va layoqatsizligini isbotlashga intiladilar. O‘zining nochorligi va boshqalarning nafratiga uchraganiga ishonch, yuqori hissiy ta’sirchanlik va qo‘rqinchli vaziyatlarning ahamiyatini ortiqcha baholash xavotirga sabab bo‘ladi.

Sotsiofobiyada xavotirlik kuchli va nazorat qilib bo‘lmaydigan bo‘ladi. Turli darajadagi somatik ko‘rinishlar bilan kechadi. Yurak urishi tezlashishi, nafas olishning tezlashishi, qaltirash, oyoqlarda holsizlik, terlash, bosh aylanishi, titroq yoki qizib ketish hissi, yutinishda qiyinchilik va boshqa noxush alomatlar kuzatilishi mumkin. U bevosita qo‘rqinchli ijtimoiy vaziyatda ham, bunday vaziyatning muqarrarligi haqida o‘ylanganda ham paydo bo‘ladi. Vaqt o‘tishi bilan qochish xulq-atvori shakllanadi. Sotsiofobiya bilan og‘rigan bemorlar omma oldida nutq so‘zlashdan bosh tortadi, kun tartibini shunday rejalashtiradiki, jamoat joylariga bormaslik, kafe yoki oshxonalarda ovqatlanmaslik va hokazolarni oldini oladi.Asoratlar ijtimoiy aloqalardan qattiq qo‘rqishadi, muloqot doirasini oila a’zolari bilan cheklaydilar va maktabga borishda katta qiyinchiliklarga duch kelishadi.

Ijtimoiy fobiyaning asosiy alomati muayyan ijtimoiy vaziyatlardan qo‘rqish hisoblanadi. Ijtimoiy fobiya bilan bog'liq eng keng tarqalgan qo'rquvlar orasida jamoat oldida nutq so'zlash (shu jumladan maktabda yoki institutda butun sinf yoki guruh oldida javoblar), yuqori ijtimoiy mavqega ega bo'lgan yoki yuqori obro'ga ega bo'lgan odamlar bilan suhbatlar (boshliqlar, o'qituvchilar), begonalar bilan har qanday aloqa, suhbatlar, biznes muzokaralari va uchrashuvlar notanish sheriklar bilan.

Bundan tashqari, sotsiofobiya bilan og‘rigan bemorlar ko‘pincha jamoat joylarida turli harakatlarni bajarishda qo‘rquv his qiladilar. Ular boshqa odamlar huzurida ichish, ovqatlanish, biror harakat qilish, o‘qish, yozish va hokazolardan qo‘rqishlari mumkin. Sotsiofobiya bilan og‘rigan bemorlar ommaviy tadbirlarda (namoyishlar, teatr tomoshalari, konsertlar) qatnashishdan bosh

tortishi, do‘konlarda (ayniqsa yirik do‘konlarda) bo‘lish paytida kuchli xavotirlanish hissi paydo bo‘lishi va jamoat joylaridan qochishi mumkin.Qo‘rquv nafaqat muayyan ijtimoiy vaziyatga tushganda, balki bu vaziyat haqida o‘ylanganda ham namoyon bo‘ladi. Xavfsiz muhitda bo'lganida, ijtimoiy fobiya bilan og'rigan bemorlar o'tmishda o'zlarini qanday tutganliklari, qanday xatolarga yo'l qo'yganliklari, qaysi daqiqalarda, ularning fikriga ko'ra, kulgili, noqulay va noloyiq ko'rinishlari va boshqalar haqida tashvishlanadilar.Ijtimoiy fobiya bilan og'rigan bemorlar atrofdagi odamlarning reaktsiyasidan juda xavotirda, ular baholashdan qo'rqishadi va eng yomonini taxmin qilishadi.

Bolalik qo'rquvi odatda ota - onalarning o'ziga xos "qo'llab - quvvatlashi" ga ega-odatda bola o'tmishda yoki hozirgi paytda onasi bilan bir xil qo'rquvni boshdan kechiradi. Bolalar juda sezgir, shuning uchun ona intuitiv yoki ongli ravishda ularni qo'rqitadigan yoki qo'rqitadigan vaziyatlardan himoya qilishga harakat qilganda, ularning qalbida tashvish va natijada qo'rquv paydo bo'ladi. Ko'pincha, onasi haddan tashqari bezovta qiluvchi xatti-harakatlari bilan bolani qo'rquv bilan yuqtiradi, masalan, ko'karish va kasal bo'lish.

Ko'pincha, bolada haddan tashqari qo'rquv ota - onalarning etarli darajada hissiy emasligi, ularning haddan tashqari zo'ravonligi natijasidir. Bu borada, ayniqsa, bola bilan bir jinsdagi ota - ona juda qattiq va qarama-qarshi jinsdagi ota-ona yumshoq bo'lgan vaziyat ayniqsa xavflidir. Masalan, qiz uchun qattiq ona va egiluvchan ota, aksincha, yumshoq ona va o'g'il uchun qattiq ota. Bola odatda o'zini bir jinsli ota-ona bilan tanishtiradi, bu uning qo'llab-quvvatlashi va ma'qullashi bolaning nazarida eng muhim va qadrlidir, agar tabiiy qo'llab-quvvatlash va tasdiqlash mexanizmi buzilgan bo'lsa, u holda bolaning o'ziga bo'lgan hurmati pasayadi, u o'zini keraksiz va omadsiz his qiladi, bu, albatta, turli xil qo'rquvlar paydo bo'lishi uchun unumdor zamin.

Amalga oshirilmagan tahdidlar qo'rquvga sabab bo'ladi - uni bolalar uyiga berish, xola, amaki va boshqalarni chaqirish.Shu bilan birga, ayniqsa tahdidlarga duchor bo'lgan yosh - maktabgacha yoshdagi bolalar uchun eng yoqimsiz va hatto xavfli haqorat, bu ham bolaning o'zini o'zi qadrlashini pasaytiradi. Bundan tashqari, qo'rquv yoki ruhiy infektsiya qo'rquvning paydo bo'lishida katta rol o'ynashi mumkin, agar bola tengdoshlaridan biror narsadan qo'rqish kerakligini bilsa.

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 nevrotik qo'rquv haqida gapiramiz. U katta hissiy intensivlik, zo'riqish, davomiylik bilan ajralib turadi.

Qo'rquv balog'at yoshiga qadar o'sishi va mavjud bo'lishi mumkin.

Albatta, bu xarakterning shakllanishiga salbiy ta'sir qiladi va reaktiv himoya xatti-harakatlarining paydo bo'lishiga olib keladi (qo'rquv ob'ektidan qochish, shuningdek, yangi va noma'lum narsalar).Nevrotik qo'rquv fonida boshqa nevrozlar, asteniya (charchoqning kuchayishi, uyquning buzilishi, yurak urishi va boshqalar) paydo bo'lishi mumkin.

Odatda nevrotik qo'rquvlar ota - onalarning qo'rquvlari bilan bog'liq va ularni yo'q qilish qiyin, ularning asosiylari yolg'izlik, zulmat, hayvonlardan qo'rqishdir.

9-10 yoshgacha, xarakter xususiyati sifatida tashvish hali ham tiklanadi, qo'rquvni vaqti-vaqti bilan yumshoq boshqarish kerak, aks holda bolalik davrida doimiy kuchli qo'rquv yoshga qarab fobiyaga aylanadi.

Xulosalar

Shunday qilib, siz fobiya juda jiddiy muammo ekanligini ko'rasiz. Ko'p odamlar uchun fobiya shunchaki hayotni buzadi. Psixiatriyada fobiya odatda ma'lum bir stimulga qo'rquv reaktsiyasining patologik kuchaygan namoyon bo'lishi deb ataladi. Fobiya-bu juda aniq o'jar obsesif qo'rquv, muayyan vaziyatlarda qaytarib bo'lmaydigan darajada kuchayadi va to'liq mantiqiy tushuntirishga qarshi. Fobiya rivojlanishi natijasida odam qo'rqishni boshlaydi va shunga mos ravishda ba'zi narsalar, faoliyat yoki vaziyatlardan qochadi. Fobiya kundalik hayotda odamlar va narsalar bilan muloqot qilish, ishlash va muloqot qilish qobiliyatiga xalaqit beradigan kuchli, haqiqiy bo'lmagan qo'rquvdir. U ma'lum bir ob'ekt, shaxs yoki vaziyatga bog'langan.

Fobiya muammosi bilan kurashish kerakligi aniq. Ammo savol tug'iladi, mumkinmi? Xo'sh, agar siz ular bilan qurollanmasangiz, unda siz ularga ta'sir qilishingiz mumkin. Fobiyalarga ta'sir qilishning ikkita asosiy usuli mavjud:

Terapevtik (tibbiy yordam yordamida).

Psixologik (psixologik ta'sir)

Fobiya kasallik tufayli ham, bolalikda ham, kattalarda ham paydo bo'lishi mumkin.

Fobiyalarning 3 asosiy turi mavjud: 1. ob'ektlar bilan o'zaro aloqada paydo bo'ladigan oddiy, 2. Ijtimoiy fobiya-omma oldida biror narsa qilishdan qo'rqish, 3. Agorafobiya, notanish joylardan qo'rqishga asoslangan. Shuningdek, ular ajralib turadi: bolalar, o'spirinlar, ota-onalarning fobiyalari. Shunday qilib, fobiya muammosi juda dolzarbdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Нордонэ Д. Страх, паника, фобия/Дж. Нордонэ – Москва: Психотерапия, 2008, - 348.

2.Психологик консулътация ва психокоррекстия дарслик.У.М.Рўзиев -2021

3.Рузиев У.М. Симптомы социальной фобии человека. // Вестник интегративной психологии. -Ярославль: 2022 Выпуск 24 289ст-292ст

4.Рузиев У.М. Социальные фобии: причины возникновения и влияния на поведение человека, диагноз и психокоррекция. // Вестник интегративной психологии -Ярославль: 2022 Выпуск 26 ст 192-197

5.Ro’ziyev U.M.Bolalarda va o’spirinlarda ijtimoiy fobiya holatlarining diagnostikasi.“Psixologiya” ilmiy jurnal 2025 yil №2 Б 164-167

6.Ro’ziyev U.M.Ijtimoiy fobiya rivojlanishi bilan bog‘liq holatlarning muammolari va diagnostikasi Ta’limda istiqbolli izlanishlar - xalqaro ilmiy-metodik jurnal № 5/2025 ISSN: 3060-527X 158-161b

Murodova Madina Atajon qizi
Buxoro davlat universiteti 2-bosqich talabasi

O‘SMIR QIZLARDA EMOTSIONAL O‘ZGARISHLAR ASOSIDA NARKOTAHDIDLARGA QARSHI PSIXOLOGIK HIMOYA MEXANIZMLARINI SHAKLLANTIRISH

Annotatsiya. *Mazkur maqolada o‘smir qizlarda emotsional o‘zgarishlar asosida narkotahdidlarga qarshi psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirish masalasi ilmiy-nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilingan. Unda o‘smirlik davrida qiz bolalarda kuzatiladigan emotsional beqarorlik, tashvishlanish, o‘z-o‘zini baholashdagi o‘zgaruvchanlik, stressga munosabat va ijtimoiy ta’sirlarga beriluvchanlik kabi omillar narkotahdidlar profilaktikasi nuqtayi nazaridan yoritilgan. Tadqiqotda 13-16 yoshdagi o‘smir qizlarning emotsional holati, o‘z-o‘zini baholash darajasi va stressni yengish strategiyalari o‘rtasidagi bog‘liqlik psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirish omili sifatida talqin etilgan. Maqolada emotsional barqarorlik, sog‘lom o‘z-o‘zini baholash, stressni konstruktiv yengish, tanqidiy fikrlash va ijtimoiy bosimga qarshi turish ko‘nikmalari narkotahdidlarga qarshi ichki psixologik himoyaning muhim tarkibiy qismlari sifatida asoslangan.*

Kalit so’zlar: *o‘smir qizlar, emotsional o‘zgarishlar, narkotahdidlar, psixologik himoya, emotsional barqarorlik, o‘z-o‘zini baholash, stress, profilaktika, ijtimoiy ta’sir, sog‘lom turmush tarzi.*

Аннотация. *В данной статье научно-теоретически и практически анализируется проблема формирования механизмов психологической защиты от наркоугроз на основе эмоциональных изменений у девочек подросткового возраста. Рассматриваются такие факторы, как эмоциональная неустойчивость, тревожность, изменчивость самооценки, отношение к стрессу и подверженность социальному влиянию в контексте профилактики наркоугроз. Эмоциональная устойчивость, позитивная самооценка, конструктивные стратегии преодоления стресса, критическое мышление и способность противостоять социальному давлению обоснованы как важные компоненты внутренней психологической защиты подростков.*

Ключевые слова: *девочки подросткового возраста, эмоциональные изменения, наркоугрозы, психологическая защита, эмоциональная устойчивость, самооценка, стресс, профилактика, социальное влияние, здоровый образ жизни.*

Kirish. XXI asrda jamiyatning ijtimoiy, madaniy va texnologik jihatdan jadal rivojlanishi o‘smirlar ruhiy dunyosiga kuchli ta’sir ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, qiz bolalarning o‘smirlik davri biologik yetilish, shaxsiy identifikatsiya, ijtimoiy rollarning shakllanishi va o‘z-o‘zini baholash jarayonlari bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, emotsional sohada sezilarli o‘zgarishlar bilan kechadi. Bu davrda sezgirlikning ortishi, kayfiyatning tez o‘zgarishi, ichki kechinmalarning kuchayishi, o‘ziga ishonchsizlik yoki tengdoshlar fikriga haddan tashqari bog‘liqlik holatlari kuzatiladi.

Bugungi globallashuv sharoitida narkotahdidlar faqat huquqiy yoki tibbiy muammo emas, balki yoshlar psixologik xavfsizligi bilan bog‘liq dolzarb ijtimoiy-psixologik masalalardan biri sifatida namoyon bo‘lmoqda. Ayniqsa, o‘smir qizlarda emotsional beqarorlik, o‘zini past baholash, stressga nisbatan zaiflik va ijtimoiy bosimga beriluvchanlik zararli ta’sirlar, jumladan narkotahdidlar oldida psixologik zaiflikni kuchaytirishi mumkin. Shu sababli qiz o‘smirlarda emotsional barqarorlikni rivojlantirish va ichki psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirish narkotahdidlar profilaktikasida muhim yo‘nalishlardan biri hisoblanadi.

Mazkur maqolaning asosiy maqsadi o‘smir qizlarda emotsional o‘zgarishlarning psixologik xususiyatlarini tahlil qilish hamda ushbu o‘zgarishlar asosida narkotahdidlarga qarshi psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirishning ilmiy-amaliy asoslarini yoritishdan iborat.

Mavzuning dolzarbligi. O‘smirlik davrida qiz bolalarda yuzaga keladigan emotsional o‘zgarishlar ko‘p omilli jarayon bo‘lib, ular biologik yetilish, oilaviy munosabatlar, tengdoshlar ta’siri, ta’lim muhiti va zamonaviy axborot oqimlari bilan bog‘liq holda shakllanadi. Ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlar, ommaviy madaniyat va idealizatsiyalangan obrazlar qiz bolalarning o‘z-o‘zini baholashiga, tashqi ko‘rinishiga munosabatiga va emotsional holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Bunday sharoitda ichki ishonchi yetarli shakllanmagan o‘smir qizlar ijtimoiy bosim, tengdoshlar fikri yoki zararli takliflarga nisbatan himoyasizroq bo‘lishi mumkin.

Narkotahdidlar ko‘pincha o‘smir ongiga bevosita xavf sifatida emas, balki qiziqish, guruhga qo‘shilish, stressdan chiqish yoki o‘zini “erkin” his qilish vositasi sifatida taqdim etiladi. Shuning uchun o‘smir qizlarda faqat ma’lumot berish yoki ogohlantirish yetarli emas. Ularda hissiyotlarni anglash, stressni boshqarish, zararli takliflarni tanqidiy baholash, “yo‘q” deya olish va o‘z qarori uchun javobgarlikni his qilish ko‘nikmalarini shakllantirish zarur. Aynan shu jihatlar narkotahdidlarga qarshi psixologik himoya mexanizmlarining mazmunini tashkil etadi.

Muammoning o‘rganilganligi darajasi. O‘smirlik davrining psixologik xususiyatlari E.G‘. G‘oziyev, M.G. Davletshin, V.M. Karimova, Z.T. Nishanova, G‘.B. Shoumarov kabi mahalliy olimlarning ishlarida shaxs rivojlanishi, oilaviy muhit, ijtimoiylashuv va emotsional tarbiya nuqtayi nazaridan yoritilgan. Mazkur tadqiqotlarda o‘smirlik davri shaxsning ichki dunyosi faol qayta quriladigan, o‘z-o‘zini anglash, baholash va ijtimoiy munosabatlarga kirishish jarayonlari jadallashadigan muhim bosqich sifatida talqin qilinadi.

Chet el psixologiyasida G.S. Hall o‘smirlik davrini “bo‘ron va stress” davri sifatida izohlagan bo‘lsa, E.H. Erikson bu bosqichni “identifikatsiya – rol chalkashligi” muammosi bilan bog‘laydi. J. Piaget nazariyasida o‘smirlik davrida formal tafakkur, o‘zini tahlil qilish va ehtimoliy vaziyatlarni baholash qobiliyatlari shakllanishi ta’kidlanadi. A. Banduraning ijtimoiy o‘rganish nazariyasi esa o‘smir xulqi va emotsional reaksiyalarining kuzatish, taqlid va ijtimoiy muhit orqali shakllanishini tushuntiradi. R.S. Lazarus va S. Folkman stressni baholash va uni yengish strategiyalarini shaxsning psixologik moslashuvi bilan bog‘liq holda tahlil qilgan. Ushbu ilmiy yondashuvlar o‘smir qizlarda emotsional o‘zgarishlar, stress, o‘z-o‘zini baholash va psixologik himoya mexanizmlarini o‘zaro bog‘liq holda o‘rganish uchun nazariy asos yaratadi.

Nazariy asoslari. O‘smir qizlarda emotsional o‘zgarishlar biologik, kognitiv va ijtimoiy-psixologik omillarning o‘zaro ta’siri natijasida yuzaga keladi. Biologik jihatdan bu davrda gormonal tizimdagi o‘zgarishlar emotsional sezgirlikni kuchaytiradi. Kognitiv jihatdan esa o‘smir qizlar o‘zini, boshqalarni va atrofdagi ijtimoiy vaziyatlarni chuqurroq tahlil qila boshlaydi. Biroq ushbu tahlil qilish

jarayoni har doim ham barqaror kechmaydi; u ayrim hollarda ortiqcha xavotir, o‘zidan qoniqmaslik va ichki ziddiyatlarni kuchaytirishi mumkin.

Psixologik himoya mexanizmlari shaxsning ichki muvozanatini saqlash, xavfli yoki bosimli vaziyatlarda ruhiy barqarorlikni ta’minlashga xizmat qiladi. Narkotahdidlar profilaktikasi nuqtayi nazaridan bunday himoya mexanizmlari emotsiyalarni boshqarish, stressni konstruktiv yengish, sog‘lom o‘z-o‘zini baholash, ijtimoiy bosimni anglash, zararli takliflarni tanqidiy baholash va mustaqil qaror qabul qilish ko‘nikmalarida namoyon bo‘ladi.

O‘smir qizlarda emotsional beqarorlik kuchli bo‘lgan sharoitda zararli ta’sirlarga nisbatan psixologik zaiflik oshishi mumkin. Masalan, o‘ziga ishonchi past bo‘lgan qiz bola tengdoshlar tomonidan qabul qilinishga kuchli ehtiyoj sezadi. Stressni yengishning moslashuvchan strategiyalariga ega bo‘lmagan o‘smir esa muammoli vaziyatdan chiqish uchun noto‘g‘ri yo‘llarga murojaat qilishi ehtimoldan xoli emas. Shuning uchun psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirishda emotsional barqarorlik va o‘z-o‘zini baholash markaziy omillar sifatida qaralishi lozim.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot o‘smir qizlarda emotsional o‘zgarishlarning psixologik xususiyatlarini aniqlash va ularni narkotahdidlarga qarshi psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirish nuqtayi nazaridan tahlil qilishga qaratildi. Tadqiqotning empirik bazasini umumta’lim maktablari va akademik litseylarning 13-16 yosh oralig‘idagi 120 nafar qiz o‘quvchisi tashkil etdi. Respondentlar tanlovi ixtiyoriylik va anonimlik tamoyillari asosida amalga oshirildi.

Tadqiqotda o‘smirlarning emotsional holatini aniqlash maqsadida G. Eysenckning “Psixik holatlar bo‘yicha o‘z-o‘zini baholash” metodikasidan foydalanildi. Mazkur metodika yordamida tashvishlanish, frustratsiya, agressiya va rigidlik kabi emotsional holatlar darajasi baholandi. O‘z-o‘zini baholash xususiyatlarini o‘rganish uchun Rosenberg Self-Esteem Scale qo‘llanildi. Stressga munosabat va uni yengish strategiyalarini o‘rganish maqsadida J.H. Amirkhanning Coping Strategy Indicator metodikasidan foydalanildi. Shuningdek, kuzatish va suhbat metodlari orqali o‘smir qizlarning real xulq-atvori, emotsional reaksiyalari va ijtimoiy muhitga munosabati tahlil qilindi.

Olingan ma’lumotlar matematik-statistik metodlar yordamida qayta ishlanib, emotsional holat, o‘z-o‘zini baholash va stressni yengish strategiyalari o‘rtasidagi bog‘liqliklar tahlil qilindi. Ushbu ko‘rsatkichlar o‘smir qizlarda narkotahdidlarga qarshi psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirish uchun zarur bo‘lgan ichki resurslar sifatida talqin qilindi.

Asosiy qism. Tadqiqot natijalari o‘smir qizlarda emotsional holatlarning o‘zgaruvchanligi, o‘z-o‘zini baholash darajasi va stressga munosabat o‘rtasida muhim psixologik bog‘liqlik mavjudligini ko‘rsatadi. Past o‘z-o‘zini baholashga ega bo‘lgan qiz o‘smirlarda tashvishlanish va frustratsiya ko‘rsatkichlarining nisbatan yuqori namoyon bo‘lishi ularning ichki psixologik himoyasi yetarli darajada mustahkam emasligini ko‘rsatadi. Bunday holatda o‘smir qiz o‘zini ijtimoiy jihatdan pastroq baholashi, tengdoshlar fikriga haddan tashqari bog‘lanishi yoki zararli ta’sirlarga nisbatan qarshilik ko‘rsatishda qiynalishi mumkin.

Stressni yengish strategiyalari tahlili ham muhim amaliy xulosalar beradi. Muammoni faol hal etish va ijtimoiy yordam izlash strategiyalaridan foydalanadigan o‘smir qizlarda emotsional barqarorlik nisbatan yuqoriroq namoyon bo‘ladi. Aksincha, muammodan qochish strategiyasiga moyillik kuchli bo‘lgan respondentlarda emotsional zo‘riqish, tashvish va ichki beqarorlik kuchayishi mumkin. Bu esa narkotahdidlar profilaktikasida stressni konstruktiv yengish ko‘nikmalarini shakllantirish zarurligini asoslaydi.

O‘smir qizlar uchun narkotahdidlarning xavfi shundaki, bunday tahdidlar ko‘pincha ochiq majburlash shaklida emas, balki ijtimoiy guruhga qo‘shilish, o‘zini kattalardek his qilish, ichki bo‘shliqni to‘ldirish yoki stressdan vaqtincha chalg‘ish istagi orqali ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli profilaktik ishlar faqat “giyohvandlik zararli” degan ogohlantirish bilan cheklanmasligi kerak. O‘smir qiz o‘z hissiyotini tushunishi, o‘z qadrini anglashi, bosimli vaziyatda mustaqil qaror qabul qilishi va zararli taklifning oqibatini oldindan baholay olishi zarur.

Psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirishda emotsional barqarorlik asosiy o‘rin tutadi. Emotsional barqaror qiz bola tashqi baholarga haddan tashqari qaram bo‘lmaydi, stressli vaziyatda

o‘zini yo‘qotmaydi, tengdoshlar bosimini anglay oladi va xavfli chaqiriqlarga nisbatan tanqidiy pozitsiya bildiradi. Bunday barqarorlik oiladagi ishonchli munosabat, maktabdagi sog‘lom psixologik muhit, tengdoshlar bilan ijobiy muloqot va psixologik treninglar orqali shakllanadi.

Shu nuqtayi nazardan, o‘smir qizlarda narkotahdidlarga qarshi psixologik himoya quyidagi omillar orqali kuchayadi: birinchidan, o‘z his-tuyg‘ularini anglash va ifodalash; ikkinchidan, o‘z-o‘zini ijobiy baholash; uchinchidan, stressni konstruktiv boshqarish; to‘rtinchidan, ijtimoiy bosimga qarshi turish; beshinchidan, axborotga tanqidiy munosabat bildirish; oltinchidan, oilaviy va maktab muhitida ishonchli psixologik qo‘llab-quvvatlashga ega bo‘lish. Mazkur omillar o‘zaro bog‘liq holda o‘smir qizlarda ichki psixologik himoya tizimini mustahkamlaydi.

Muhokama. O‘smir qizlarda emotsional o‘zgarishlar narkotahdidlar profilaktikasi nuqtayi nazaridan faqat yoshga xos tabiiy holat sifatida emas, balki psixologik himoyani shakllantirish zaruratini ko‘rsatuvchi muhim ko‘rsatkich sifatida tahlil qilinishi lozim. Chunki emotsional beqarorlik, o‘ziga ishonchsizlik, ichki ziddiyat va stressni yengishdagi qiyinchiliklar zararli ta’sirlarga nisbatan psixologik zaiflikni kuchaytirishi mumkin.

Tadqiqotda aniqlangan jihatlar shuni ko‘rsatadiki, past o‘z-o‘zini baholash va muammodan qochish strategiyasi o‘smir qizlarda emotsional zo‘riqishni kuchaytiradi. Bu holat profilaktika ishlarida emotsional qo‘llab-quvvatlash, o‘ziga ishonchni mustahkamlash va muammoli vaziyatlarda to‘g‘ri qaror qabul qilish ko‘nikmalarini rivojlantirishga alohida e’tibor qaratish zarurligini ko‘rsatadi. Ayniqsa, qiz bolalar bilan ishlashda ularning ichki kechinmalarini inkor etish emas, balki tushunish, tahlil qilish va konstruktiv yo‘naltirish muhimdir.

Narkotahdidlarga qarshi psixologik himoya mexanizmlari tashqi nazorat yoki taqiqlash bilan cheklanmaydi. Ular o‘smirning ichki tayanchi, o‘zini qadrlash hissi, emotsional boshqaruv qobiliyati va ijtimoiy vaziyatni baholash malakalari orqali shakllanadi. Shu bois maktab, oila, mahalla va psixologik xizmat hamkorligida olib boriladigan profilaktik ishlar o‘smir qizlarda “mening tanlovim”, “mening sog‘lig‘im”, “mening kelajagim” kabi shaxsiy mas’uliyatga asoslangan ichki pozitsiyani shakllantirishga qaratilishi kerak.

Amaliy tavsiyalar. O‘smir qizlarda narkotahdidlarga qarshi psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirish uchun, avvalo, ta’lim muassasalarida emotsional barqarorlikka yo‘naltirilgan psixologik mashg‘ulotlarni tizimli tashkil etish maqsadga muvofiqdir. Bunda qiz bolalarga o‘z his-tuyg‘ularini anglash, ularni sog‘lom ifodalash, tashvish va stressni boshqarish, ichki zo‘riqishni konstruktiv yo‘l bilan yengish ko‘nikmalari o‘rgatilishi lozim.

Maktab psixologlari tomonidan “men o‘zimni qanday baholayman?”, “stressli vaziyatda qanday qaror qilaman?”, “tengdoshlar bosimiga qanday javob beraman?”, “zararli taklifga qanday munosabat bildiraman?” kabi mavzularda trening va suhbatlar o‘tkazish zarur. Bunday mashg‘ulotlar qiz bolalarda mustaqil fikrlash, o‘z chegarasini himoya qilish va sog‘lom tanlov qilish ko‘nikmalarini rivojlantiradi.

Oilada ota-onalar qiz bolaning emotsional holatiga befarq bo‘lmasligi, uning kechinmalarini tinglashi va ishonchli muloqot muhitini yaratishi kerak. Haddan tashqari bosim yoki nazorat o‘smirda ichki qarshilikni kuchaytirishi mumkin. Aksincha, ishonch, tushunish va qo‘llab-quvvatlash uning psixologik himoyasini mustahkamlaydi.

Raqamli muhitda esa o‘smir qizlarda axborotga tanqidiy munosabatni rivojlantirish muhimdir. Ijtimoiy tarmoqlardagi idealizatsiyalangan obrazlar, yolg‘on targ‘ibot, xavfli chaqiriqlar va zararli kontentni ajrata olish bo‘yicha profilaktik suhbatlar olib borilishi lozim. Bu esa ularning nafaqat narkotahdidlardan, balki boshqa psixologik xavflardan ham himoyalanishiga yordam beradi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, o‘smir qizlarda emotsional o‘zgarishlar asosida narkotahdidlarga qarshi psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirish bugungi ta’lim va tarbiya jarayonining muhim yo‘nalishlaridan biridir. O‘smirlik davrida yuzaga keladigan emotsional beqarorlik, o‘z-o‘zini baholashdagi o‘zgaruvchanlik va stressga nisbatan sezgirlik shaxs rivojlanishining tabiiy xususiyatlari bo‘lsa-da, ular to‘g‘ri yo‘naltirilmasa, zararli ijtimoiy ta’sirlarga nisbatan zaiflikni kuchaytirishi mumkin.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, sog‘lom o‘z-o‘zini baholash, emotsional barqarorlik, stressni konstruktiv yengish va ijtimoiy bosimga qarshi turish ko‘nikmalari o‘smir qizlarda

narkotahdidlarga qarshi ichki psixologik himoyani mustahkamlovchi muhim omillardir. Shuning uchun profilaktik ishlar faqat ogohlantirish yoki nazorat bilan cheklanmasdan, qiz bolalarning ichki resurslarini rivojlantirish, ularni o‘z sog‘lig‘i va kelajagi uchun mas’uliyatli qaror qabul qilishga o‘rgatishga qaratilishi lozim.

Demak, o‘smir qizlarda emotsional o‘zgarishlarni ilmiy asosda tushunish va ularni psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirish bilan bog‘lash narkotahdidlar profilaktikasida samarali, zamonaviy va shaxsga yo‘naltirilgan yondashuv sifatida baholanishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. G‘oziyev E.G‘. Ontogenez psixologiyasi. - Toshkent: Noshir, 2010. - 360 b.
2. Davletshin M.G. Umumiy psixologiya. - Toshkent: O‘qituvchi, 2002. - 352 b.
3. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. - Toshkent: Fan va texnologiya, 2012. - 176 b.
4. Nishanova Z.T., Alimova G.K. Bolalar psixologiyasi va psixodiagnostikasi. - Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2017. - 360 b.
5. Shoumarov G‘.B., Haydarov F.I. Oila psixologiyasi. - Toshkent: Sharq, 2015. - 296 b.
6. Hall G.S. Adolescence: Its Psychology and Its Relations to Physiology, Anthropology, Sociology, Sex, Crime, Religion and Education. Vol. 1-2. - New York: D. Appleton and Company, 1904. - 589 p.
7. Amirkhan J.H. A Factor Analytically Derived Measure of Coping: The Coping Strategy Indicator // Journal of Personality and Social Psychology. - 1990. - Vol. 59, № 5. - P. 1066-1074.

To’rayeva Ma’mura Fazliddinovna,
BuxDU mustaqil tadqiqotchisi

SHAXS ERKINLIGI VA IJTIMOIY ME’YORLAR O‘RTASIDAGI PSIXOLOGIK MUVOZANAT

Annotatsiya. *Mazkur ishda shaxs erkinligi va ijtimoiy me’yorlar o‘rtasidagi psixologik muvozanat masalasi tahlil qilinadi. Unda shaxsning erkin tanlov huquqi bilan jamiyat tomonidan belgilangan xulq-atvor qoidalari o‘rtasidagi o‘zaro ta’sir yoritiladi. Tadqiqot shaxsning ijtimoiy moslashuvi va ichki psixologik barqarorligida ushbu muvozanatning ahamiyatini ko‘rsatadi.*

Kalit so‘zlar: *shaxs erkinligi, ijtimoiy me’yorlar, psixologik muvozanat, moslashuv, xulq-atvor, ijtimoiy nazorat.*

Аннотация. *В данной работе анализируется психологический баланс между свободой личности и социальными нормами. Рассматривается взаимодействие между правом человека на свободный выбор и правилами поведения, установленными обществом. Исследование подчеркивает значение данного баланса для социальной адаптации и психологической устойчивости личности.*

Ключевые слова: *свобода личности, социальные нормы, психологический баланс, адаптация, поведение, социальный контроль.*

Abstract. *This study analyzes the psychological balance between personal freedom and social norms. It examines the interaction between individual freedom of choice and socially established behavioral rules. The research highlights the importance of this balance for social adaptation and psychological stability of the individual.*

Keywords: *personal freedom, social norms, psychological balance, adaptation, behavior, social control.*

Kirish. Shaxs erkinligi va ijtimoiy me’yorlar o‘rtasidagi munosabat jamiyat hayotining eng muhim va murakkab ijtimoiy-psixologik masalalaridan biri hisoblanadi. Har bir inson o‘z fikrini erkin ifoda etish, mustaqil qaror qabul qilish va shaxsiy hayotini o‘z qadriyatlari asosida qurish huquqiga

ega. Shu bilan birga, jamiyatda umumiy tartibni saqlash, ijtimoiy barqarorlikni ta’minlash va o‘zaro munosabatlarni tartibga solish uchun ma’lum me’yor va qoidalar mavjud.

Ijtimoiy me’yorlar shaxsning xulq-atvorini tartibga soluvchi, uning jamiyatga moslashuvini ta’minlovchi muhim omil sifatida namoyon bo‘ladi. Biroq shaxs erkinligi va ijtimoiy talablar o‘rtasidagi chegaraning to‘g‘ri belgilanishi har doim ham oson kechmaydi. Ayrim hollarda bu ikki omil o‘rtasida ziddiyatlar yuzaga kelishi mumkin bo‘lib, bu shaxsning psixologik holatiga va ijtimoiy moslashuviga ta’sir ko‘rsatadi.

Mazkur mavzuning dolzarbligi shundaki, zamonaviy jamiyatda individualizm kuchayib borayotgan bir paytda, ijtimoiy tartib va umumiy qadriyatlarni saqlash zarurati ham ortib bormoqda. Shu sababli shaxs erkinligi va ijtimoiy me’yorlar o‘rtasidagi psixologik muvozanatni o‘rganish shaxsning sog‘lom rivojlanishi va jamiyatdagi barqarorlikni ta’minlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Ushbu ishda shaxs erkinligi va ijtimoiy me’yorlar o‘rtasidagi psixologik muvozanatning mohiyati, uning shaxs xulq-atvoriga ta’siri hamda ijtimoiy-psixologik mexanizmlari ilmiy jihatdan tahlil qilinadi.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi globallashuv jarayonida jamiyatda shaxs erkinligiga bo‘lgan e’tibor ortib borishi bilan bir qatorda, ijtimoiy tartib va umumiy me’yorlarga rioya qilish zarurati ham kuchaymoqda. Shu sababli shaxs erkinligi va ijtimoiy me’yorlar o‘rtasidagi muvozanat masalasi dolzarb ijtimoiy-psixologik muammo sifatida namoyon bo‘ladi.

Zamonaviy jamiyatda individual fikrlash, mustaqil qaror qabul qilish va shaxsiy tanlov erkinligi kengaymoqda. Biroq bu jarayon ijtimoiy me’yorlar, axloqiy qoidalar va huquqiy talablar bilan uyg‘unlashmagan taqdirda, turli ziddiyatlar va ijtimoiy moslashuv muammolarini keltirib chiqarishi mumkin. Ayniqsa yoshlar orasida erkinlikni noto‘g‘ri talqin qilish holatlari shaxsning psixologik barqarorligiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi ehtimoldan xoli emas.

Shu jihatdan, shaxs erkinligi va ijtimoiy me’yorlar o‘rtasidagi psixologik muvozanatni o‘rganish shaxsning jamiyatga moslashuvi, ijtimoiy xulq-atvorining barqarorligi hamda ichki psixologik muvozanatini ta’minlashda muhim ilmiy va amaliy ahamiyatga ega. Mazkur masala psixologiya, sotsiologiya va huquqshunoslik fanlari kesishmasida o‘rganiladigan dolzarb yo‘nalishlardan biri hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Shaxs erkinligi va ijtimoiy me’yorlar o‘rtasidagi psixologik muvozanat masalasi ijtimoiy psixologiya, sotsiologiya va falsafa fanlarida keng o‘rganilgan muhim ilmiy yo‘nalishlardan biridir. Ushbu mavzu doirasida shaxsning erkin tanlovi, ijtimoiy nazorat hamda me’yorlarning psixologik ta’siri turli nazariy yondashuvlar asosida tahlil qilingan.

E. Fromm o‘z asarlarida shaxs erkinligi va ijtimoiy bosim o‘rtasidagi ziddiyatni inson psixologiyasining asosiy muammolaridan biri sifatida ko‘rsatadi. U erkinlikning ortishi bilan birga shaxsda xavotir va mas’uliyat hissi kuchayishini ta’kidlaydi. E. Dyurkgeym esa ijtimoiy me’yorlarni jamiyat barqarorligini ta’minlovchi asosiy omil sifatida talqin qiladi va ularning shaxs xulq-atvorini tartibga solishdagi rolini asoslab beradi.

Zamonaviy psixologiyada A. Bandura ijtimoiy o‘rganish nazariyasi orqali shaxs xulq-atvorining ijtimoiy muhit va kuzatish orqali shakllanishini ko‘rsatib beradi. L. Kolberg esa axloqiy rivojlanish bosqichlari orqali shaxsning me’yorlarga munosabati vaqt o‘tishi bilan murakkablashib borishini izohlaydi.

MDH olimlari, jumladan D. Uznadze va boshqa tadqiqotchilar shaxsning ustanovkalari (psixologik yo‘nalishlari) ijtimoiy me’yorlarni qabul qilish jarayonida muhim rol o‘ynashini ta’kidlaydilar. O‘zbek olimlari tomonidan ham shaxsning ijtimoiylashuvi, axloqiy tarbiya va ijtimoiy muhitning ta’siri keng o‘rganilgan.

Umuman olganda, mavjud adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, shaxs erkinligi va ijtimoiy me’yorlar o‘rtasidagi muvozanat shaxsning psixologik barqarorligi va jamiyatga moslashuvida hal qiluvchi ahamiyatga ega bo‘lib, bu muammo hozirgi kunda ham dolzarb ilmiy izlanishlarni talab qiladi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqotda shaxs erkinligi va ijtimoiy me’yorlar o‘rtasidagi psixologik muvozanatni o‘rganishda kompleks ilmiy yondashuv qo‘llanildi. Tadqiqotning

metodologik asosini ijtimoiy psixologiya, sotsiologiya va falsafa fanlaridagi shaxs, erkinlik hamda ijtimoiy nazorat haqidagi nazariy qarashlar tashkil etadi.

Tadqiqotda **tizimli yondashuv** asos qilib olindi, ya'ni shaxs ijtimoiy muhit bilan uzviy bog'liq yaxlit tizim sifatida qaraldi. Shuningdek, **faoliyat yondashuvi** orqali shaxs erkin tanlovlari uning ijtimoiy faoliyati jarayonida shakllanishi va namoyon bo'lishi tahlil qilindi. **Qadriyatlar yondashuvi** esa shaxsning ichki me'yorlari va jamiyat tomonidan belgilangan qoidalar o'rtasidagi bog'liqlikni yoritishda qo'llanildi.

Tadqiqot jarayonida quyidagi ilmiy metodlardan foydalanildi: **nazariy tahlil va sintez**, **qiyosiy tahlil**, **umumlashtirish** hamda ilmiy adabiyotlarni o'rganish. Ushbu metodlar shaxs erkinligi va ijtimoiy me'yorlar o'rtasidagi o'zaro ta'sir mexanizmlarini aniqlashga imkon berdi.

Amaliy qismda esa **kuzatish**, **suhbat (intervyu)** va **so'rovnoma (anketa)** metodlaridan foydalanish ko'zda tutilgan bo'lib, ular shaxslarning erkinlik haqidagi qarashlari va ijtimoiy me'yorlarga munosabatini aniqlashga xizmat qiladi. Olingan ma'lumotlar sifat va miqdoriy tahlil asosida qayta ishlanadi.

Umuman olganda, tanlangan metodologiya tadqiqot muammosini har tomonlama yoritish va shaxs erkinligi hamda ijtimoiy me'yorlar o'rtasidagi psixologik muvozanatni ilmiy asosda tahlil qilish imkonini beradi.

Muhokama. Tadqiqot natijalarini tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, shaxs erkinligi va ijtimoiy me'yorlar o'rtasidagi munosabat murakkab psixologik jarayon bo'lib, u shaxsning ichki qarashlari, qadriyatlari va ijtimoiy tajribasi bilan bevosita bog'liqdir. Shaxs erkinligi ko'pincha mustaqil fikrlash, tanlov qilish va o'z hayot yo'lini belgilash imkoniyati sifatida namoyon bo'lsa, ijtimoiy me'yorlar esa bu erkinlikni ma'lum chegaralarda tartibga soluvchi tizim sifatida ishlaydi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, agar shaxs erkinligi ijtimoiy me'yorlar bilan uyg'unlashgan bo'lsa, unda ijobiy psixologik muvozanat yuzaga keladi. Bunday holatda shaxs jamiyatga moslashgan, o'zini nazorat qila oladigan va ijtimoiy mas'uliyatni his qiladigan shaxs sifatida shakllanadi. Bu esa uning barqaror psixologik holatini ta'minlaydi.

Biroq ayrim hollarda erkinlik va ijtimoiy me'yorlar o'rtasida nomuvofiqlik kuzatilishi mumkin. Masalan, shaxs erkinligini haddan tashqari ustun qo'yish ijtimoiy qoidalarga rioya qilmaslikka olib kelishi, aksincha, ortiqcha ijtimoiy bosim esa shaxsda ichki ziddiyat, stress va moslashuv qiyinchiliklarini yuzaga keltirishi mumkin. Bu holatlar psixologik muvozanatning buzilishiga sabab bo'ladi.

Muhokama natijalari shuni tasdiqlaydiki, shaxs erkinligi va ijtimoiy me'yorlar o'rtasidagi muvozanatni saqlash shaxsning sog'lom rivojlanishi va jamiyatda samarali ijtimoiylashuvi uchun muhim omil hisoblanadi. Ushbu muvozanatning shakllanishi esa oilaviy tarbiya, ta'lim tizimi va ijtimoiy muhitga bevosita bog'liqdir.

Xulosa. Mazkur tadqiqot natijalari asosida shuni xulosa qilish mumkinki, shaxs erkinligi va ijtimoiy me'yorlar o'rtasidagi psixologik muvozanat shaxsning barqaror ijtimoiylashuvi va sog'lom psixologik rivojlanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega. Shaxs erkinligi uning mustaqil fikrlashi, tanlov qilish qobiliyati va individual xususiyatlarini namoyon etishiga imkon bersa, ijtimoiy me'yorlar ushbu erkinlikni tartibga soluvchi va jamiyat manfaatlariga yo'naltiruvchi omil sifatida xizmat qiladi.

Tadqiqot jarayonida aniqlanishicha, erkinlik va ijtimoiy me'yorlar o'rtasidagi uyg'unlik mavjud bo'lgan sharoitda shaxsda ijtimoiy mas'uliyat, o'zini boshqarish va moslashuvchanlik kabi ijobiy psixologik sifatlar shakllanadi. Aksincha, bu ikki omil o'rtasidagi nomuvofiqlik shaxsda ichki ziddiyatlar, stress va ijtimoiy moslashuv qiyinchiliklarini keltirib chiqarishi mumkin.

Umuman olganda, shaxs erkinligi va ijtimoiy me'yorlar o'rtasidagi muvozanatni ta'minlash nafaqat shaxsning psixologik barqarorligi uchun, balki jamiyatning umumiy ijtimoiy barqarorligi uchun ham muhim omil hisoblanadi. Shu sababli bu masalani chuqur o'rganish va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish bugungi kun ilm-fani oldidagi dolzarb vazifalardan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Fromm, E. *Escape from Freedom*. New York: Farrar & Rinehart, 1941.

2. Durkheim, E. *The Division of Labor in Society*. New York: Free Press, 1893.
3. Bandura, A. *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1977.
4. Kohlberg, L. *Essays on Moral Development*. San Francisco: Harper & Row, 1981.
5. Freud, S. *Civilization and Its Discontents*. London: Hogarth Press, 1930.
6. Uznadze, D. N. *The Psychology of Set*. Tbilisi: Academy of Sciences Press, 1966.
7. G‘oziev, E. G. *Umumiy psixologiya*. Toshkent: O‘qituvchi, 2002.
8. Karimova, V. M. *Ijtimoiy psixologiya*. Toshkent: Fan va texnologiya, 2010.
9. Davletshin, M. G. *Psixologiya asoslari*. Toshkent: O‘qituvchi, 2008.
10. Mirzayev, S. *Shaxs psixologiyasi*. Toshkent: Universitet nashriyoti, 2015.

Rajabov Sardorbek Erkinovich,
BuxDU mustaqil tadqiqotchisi

ICHKI ISHLAR TIZIMI RAHBARLARINING BOSHQARUV VA LIDERLIK KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Annotatsiya. *Mazkur ishda ichki ishlar tizimi rahbarlarining boshqaruv va liderlik kompetensiyalarini rivojlantirishning psixologik asoslari tahlil qilinadi. Unda rahbarlik faoliyatida motivatsiya, kommunikativ kompetensiya va stressga chidamlilik kabi psixologik omillarning o‘rni yoritiladi. Tadqiqot samarali boshqaruvni ta’minlashda shaxsiy va kasbiy sifatlarning ahamiyatini ochib beradi.*

Kalit so‘zlar: *liderlik, boshqaruv kompetensiyasi, ichki ishlar tizimi, psixologik asoslar, motivatsiya, kommunikatsiya, stressga chidamlilik.*

Аннотация. *В данной работе анализируются психологические основы развития управленческих и лидерских компетенций руководителей системы внутренних дел. Рассматривается роль мотивации, коммуникативных навыков и стрессоустойчивости в управленческой деятельности. Исследование раскрывает значение личностных и профессиональных качеств в обеспечении эффективного управления.*

Ключевые слова: *лидерство, управленческая компетентность, система внутренних дел, психологические основы, мотивация, коммуникация, стрессоустойчивость.*

Abstract. *This study analyzes the psychological foundations of developing managerial and leadership competencies of heads in the internal affairs system. It examines the role of motivation, communication skills, and stress resilience in leadership activities. The research highlights the importance of personal and professional qualities in ensuring effective management.*

Keywords: *leadership, managerial competence, internal affairs system, psychological foundations, motivation, communication, stress resilience.*

Kirish. Ichki ishlar tizimi jamiyatda huquqiy tartibni ta’minlash, jamoat xavfsizligini saqlash hamda fuqarolarning huquq va erkinliklarini himoya qilishga qaratilgan eng muhim davlat tuzilmalaridan biri hisoblanadi. Ushbu tizimning samarali faoliyati ko‘p jihatdan rahbarlarning boshqaruv va liderlik kompetensiyalariga bevosita bog‘liqdir. Chunki rahbar nafaqat tashkiliy jarayonlarni boshqaradi, balki jamoani maqsad sari yo‘naltiruvchi, motivatsiya beruvchi va qaror qabul qilishda mas’ul shaxs sifatida namoyon bo‘ladi.

Zamonaviy sharoitda ichki ishlar tizimi rahbarlaridan yuqori darajadagi professional bilim, tezkor qaror qabul qilish qobiliyati, stressli vaziyatlarda to‘g‘ri yo‘l tanlash hamda kuchli kommunikativ kompetensiya talab etiladi. Shu bilan birga, liderlik sifatlari — ya’ni jamoaga ta’sir o‘tkaza olish, ishonch uyg‘otish va tashabbuskorlikni rivojlantirish — samarali boshqaruvning asosiy omillaridan biri hisoblanadi.

Ushbu mavzuning dolzarbligi shundaki, ichki ishlar tizimidagi murakkab va tez o‘zgaruvchan sharoitlar rahbarlardan doimiy ravishda o‘z kompetensiyalarini rivojlantirishni talab qiladi. Psixologik omillar esa bu jarayonda hal qiluvchi rol o‘ynaydi, chunki rahbarning shaxsiy xususiyatlari uning boshqaruv uslubi va jamoa bilan ishlash samaradorligini belgilaydi.

Mazkur ishda ichki ishlar tizimi rahbarlarining boshqaruv va liderlik kompetensiyalarini rivojlantirishning psixologik asoslari, ularning shakllanish mexanizmlari hamda amaliy ahamiyati ilmiy jihatdan tahlil qilinadi.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi globallashuv va tezkor ijtimoiy o‘zgarishlar sharoitida ichki ishlar tizimi oldiga qo‘yilayotgan talablar tobora murakkablashib bormoqda. Jamoat xavfsizligini ta’minlash, huquqbuzarliklarning oldini olish va favqulodda vaziyatlarda tezkor qaror qabul qilish jarayonlari rahbarlardan yuqori darajadagi boshqaruv va liderlik kompetensiyalarini talab etadi. Shu sababli rahbarlarning psixologik tayyorgarligi va boshqaruv salohiyatini rivojlantirish bugungi kunning eng dolzarb masalalaridan biridir.

Ichki ishlar tizimi rahbarlari ko‘pincha stressli, xavfli va tezkor qaror qabul qilishni talab etadigan vaziyatlarda faoliyat yuritadilar. Bunday sharoitda ularning emotsional barqarorligi, kommunikativ qobiliyati va liderlik fazilatlari muhim ahamiyat kasb etadi. Agar ushbu kompetensiyalar yetarli darajada shakllanmagan bo‘lsa, boshqaruv samaradorligi pasayishi va jamoa faoliyatida muammolar yuzaga kelishi mumkin.

Shuningdek, zamonaviy boshqaruv tizimida inson omiliga e’tibor kuchayib bormoqda. Rahbarning nafaqat professional bilimlari, balki uning psixologik xususiyatlari, motivatsion yo‘nalishi va jamoa bilan ishlash ko‘nikmalari ham muhim mezon sifatida qaralmoqda. Shu jihatdan liderlik kompetensiyalarini rivojlantirish masalasi alohida ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Shu sababli ichki ishlar tizimi rahbarlarining boshqaruv va liderlik kompetensiyalarini rivojlantirishning psixologik asoslarini o‘rganish, ularni takomillashtirish yo‘llarini aniqlash hamda amaliy tavsiyalar ishlab chiqish bugungi kunda dolzarb ilmiy muammo hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Ichki ishlar tizimi rahbarlarining boshqaruv va liderlik kompetensiyalarini rivojlantirish masalasi psixologiya, boshqaruv nazariyasi va sotsiologiya fanlarida keng o‘rganilgan dolzarb yo‘nalishlardan biridir. Ushbu mavzu doirasida rahbar shaxsining psixologik xususiyatlari, liderlik uslublari hamda samarali boshqaruv mexanizmlari turli nazariy yondashuvlar asosida tahlil qilingan.

Liderlik nazariyalari G. Allport, K. Levin, R. Likert va D. MakGregor kabi olimlar tomonidan rivojlantirilgan. K. Levin rahbarlik uslublarini avtoritar, demokratik va liberal turlarga ajratib, ularning jamoa faoliyatiga ta’sirini ilmiy asosda ko‘rsatib bergan. D. MakGregor esa “X va Y nazariyasi” orqali rahbarning inson resurslariga bo‘lgan munosabati boshqaruv samaradorligiga bevosita ta’sir qilishini asoslagan.

Boshqaruv psixologiyasi yo‘nalishida F. Teylor va A. Fayolning klassik boshqaruv nazariyalari muhim o‘rin tutadi. Ular tashkilot faoliyatini samarali tashkil etishda rejalashtirish, tashkil etish, nazorat va muvofiqlashtirish funksiyalarining ahamiyatini ta’kidlaganlar.

Zamonaviy psixologiyada D. Goleman tomonidan ishlab chiqilgan emotsional intellekt nazariyasi rahbarning stressga chidamliligi, o‘zini boshqarish va empatiya qobiliyatlari samarali liderlikning asosiy omillari ekanligini ko‘rsatadi. A. Bandura esa ijtimoiy o‘rganish nazariyasi orqali liderlik ko‘nikmalari kuzatish va tajriba orqali shakllanishini izohlaydi.

MDH olimlari, jumladan B. Ananyev, L. Vygotskiy va E. Klimov ishlarida rahbar shaxsining psixologik tuzilishi, kasbiy kompetensiyalari va faoliyat motivatsiyasi chuqur o‘rganilgan. O‘zbek olimlari tomonidan ham boshqaruv psixologiyasi, rahbarlik faoliyati va kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish masalalari keng tadqiq etilgan.

Umuman olganda, mavjud adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, ichki ishlar tizimi rahbarlarining boshqaruv va liderlik kompetensiyalari murakkab psixologik tuzilishga ega bo‘lib, ularning samarali rivojlanishi shaxsiy sifatlar, kasbiy tajriba va ijtimoiy-psixologik omillar uyg‘unligiga bog‘liqdir. Biroq ushbu kompetensiyalarni aynan ichki ishlar tizimi sharoitida kompleks o‘rganish hali ham dolzarb ilmiy muammo bo‘lib qolmoqda.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqotda ichki ishlar tizimi rahbarlarining boshqaruv va liderlik kompetensiyalarini rivojlantirishning psixologik asoslarini o‘rganish uchun kompleks ilmiy yondashuv qo‘llanildi. Tadqiqotning metodologik asosini boshqaruv psixologiyasi, ijtimoiy psixologiya hamda kasbiy faoliyat psixologiyasi bo‘yicha nazariy qarashlar tashkil etadi.

Tadqiqotda **tizimli yondashuv** asos qilib olindi, ya’ni rahbar shaxsining kompetensiyalari yaxlit psixologik tizim sifatida ko‘rib chiqildi. **Faoliyat yondashuvi** orqali esa rahbarlik kompetensiyalarining amaliy boshqaruv jarayonida shakllanishi va rivojlanishi tahlil qilindi. Shuningdek, **shaxsga yo‘naltirilgan yondashuv** rahbarning individual psixologik xususiyatlari va liderlik salohiyatini o‘rganishda muhim ahamiyat kasb etdi.

Tadqiqot davomida quyidagi ilmiy metodlardan foydalanildi: **nazariy tahlil va sintez**, **qiyosiy tahlil**, **umumlashtirish**, hamda mavjud ilmiy adabiyotlarni o‘rganish. Ushbu metodlar rahbarlik va boshqaruv kompetensiyalarining psixologik mohiyatini aniqlashga yordam berdi.

Amaliy bosqichda **kuzatish**, **suhbat (intervyu)** va **so‘rovnoma (anketa)** metodlaridan foydalanish ko‘zda tutilgan bo‘lib, ular rahbarlarning boshqaruv uslubi, kommunikativ qobiliyati va liderlik xususiyatlarini aniqlashga xizmat qiladi. Olingan ma’lumotlar sifat va miqdoriy tahlil asosida qayta ishlanadi.

Umuman olganda, tanlangan metodologiya tadqiqot muammosini har tomonlama yoritish va ichki ishlar tizimi rahbarlarining liderlik kompetensiyalarini rivojlantirishning psixologik asoslarini ilmiy jihatdan asoslash imkonini beradi.

Muhokama. Tadqiqot natijalarini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, ichki ishlar tizimi rahbarlarining boshqaruv va liderlik kompetensiyalari murakkab psixologik tuzilishga ega bo‘lib, ular shaxsning individual xususiyatlari, kasbiy tajribasi va ijtimoiy-psixologik omillar bilan uzviy bog‘liqdir. Rahbarning samarali faoliyati nafaqat uning rasmiy vakolatlariga, balki uning liderlik salohiyati va psixologik tayyorgarligiga ham bevosita bog‘liq.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, yuqori darajadagi liderlik kompetensiyalariga ega rahbarlar jamoada ijobiy psixologik muhitni shakllantiradi, xodimlarning motivatsiyasini oshiradi va boshqaruv jarayonini samarali tashkil etadi. Bunday rahbarlar murakkab va stressli vaziyatlarda tezkor qaror qabul qilish, emotsional barqarorlikni saqlash hamda jamoani maqsad sari yo‘naltirish qobiliyatiga ega bo‘ladilar.

Shu bilan birga, ayrim hollarda rahbarlarda kommunikativ ko‘nikmalar yetarli darajada rivojlanmaganligi yoki stressga chidamlilik pastligi boshqaruv samaradorligiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Bu esa jamoada tushunmovchiliklar, motivatsiyaning pasayishi va qaror qabul qilish jarayonida qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi.

Muhokama natijalari shuni tasdiqlaydiki, ichki ishlar tizimi rahbarlarining boshqaruv va liderlik kompetensiyalarini rivojlantirishda psixologik omillar hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Shu sababli ularning emotsional intellekti, kommunikativ madaniyati va stressga chidamliligini oshirishga qaratilgan tizimli yondashuv zarur hisoblanadi.

Amaliy tavsiyalar. Mazkur tadqiqot natijalariga asoslanib, ichki ishlar tizimi rahbarlarining boshqaruv va liderlik kompetensiyalarini rivojlantirish bo‘yicha quyidagi amaliy tavsiyalar ishlab chiqildi:

Birinchidan, rahbarlarning psixologik tayyorgarligini oshirish maqsadida muntazam ravishda treninglar va malaka oshirish kurslarini tashkil etish zarur. Ushbu treninglarda stressni boshqarish, emotsional barqarorlikni mustahkamlash va tezkor qaror qabul qilish ko‘nikmalari rivojlantirilishi lozim.

Ikkinchidan, kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirishga alohida e’tibor qaratish kerak. Rahbarlar uchun samarali muloqot, konfliktlarni boshqarish va jamoa bilan ishlash bo‘yicha amaliy mashg‘ulotlar joriy etilishi maqsadga muvofiqdir.

Uchinchidan, liderlik sifatlarini shakllantirish uchun mentorlik tizimini rivojlantirish tavsiya etiladi. Tajribali rahbarlar yosh va yangi tayinlangan rahbarlarga amaliy ko‘mak berishi ularning kasbiy rivojlanishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

To‘rtinchidan, rahbarlar faoliyatida muntazam psixologik diagnostika o‘tkazish orqali ularning kuchli va zaif tomonlarini aniqlash hamda individual rivojlanish dasturlarini ishlab chiqish muhimdir.

Beshinchidan, jamoada sog‘lom psixologik muhitni shakllantirish uchun ochiqlik, ishonch va o‘zaro hurmat tamoyillariga asoslangan boshqaruv uslubini rivojlantirish zarur.

Umuman olganda, ushbu amaliy tavsiyalar ichki ishlar tizimi rahbarlarining boshqaruv va liderlik kompetensiyalarini samarali rivojlantirishga hamda ularning kasbiy faoliyatini yanada takomillashtirishga xizmat qiladi.

Xulosa. Mazkur tadqiqot natijalari asosida shuni xulosa qilish mumkinki, ichki ishlar tizimi rahbarlarining boshqaruv va liderlik kompetensiyalari ularning kasbiy faoliyat samaradorligini belgilovchi asosiy omillardan biri hisoblanadi. Ushbu kompetensiyalar nafaqat tashkiliy va boshqaruv bilimlariga, balki rahbar shaxsining psixologik xususiyatlari, emotsional barqarorligi va kommunikativ qobiliyatlariga ham bevosita bog‘liqdir.

Tadqiqot jarayonida aniqlanishicha, liderlik kompetensiyalarining yuqori darajada rivojlanganligi jamoada ijobiy psixologik muhitni shakllantirish, xodimlarning motivatsiyasini oshirish va samarali boshqaruvni ta’minlashga xizmat qiladi. Aksincha, ushbu kompetensiyalarning yetarli darajada shakllanmaganligi boshqaruv jarayonida qiyinchiliklar va ijtimoiy-psixologik muammolarni keltirib chiqarishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Goleman, D. *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books, 1995.
2. McGregor, D. *The Human Side of Enterprise*. New York: McGraw-Hill, 1960.
3. Lewin, K. *Field Theory in Social Science*. New York: Harper & Row, 1951.
4. Likert, R. *New Patterns of Management*. New York: McGraw-Hill, 1961.
5. Taylor, F. W. *The Principles of Scientific Management*. New York: Harper & Brothers, 1911.
6. Fayol, H. *General and Industrial Management*. London: Pitman, 1949.
7. Bandura, A. *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1977.
8. Ananyev, B. G. *Psixologiya cheloveka*. Moskva: Nauka, 1980.
9. Klimov, E. A. *Psixologiya professionalnoy deyatelnosti*. Moskva: Akademiya, 2004.
10. G‘oziev, E. G. *Umumiy psixologiya*. Toshkent: O‘qituvchi, 2002.
11. Karimova, V. M. *Ijtimoiy psixologiya*. Toshkent: Fan va texnologiya, 2010.

Nurimbetova Jazira Jalilxan qizi,
BuxDU mustaqil tadqiqotchisi

MADANIYATLARARO MULOQOTNING TALABALARDA IJODIY TAFAKKURNI RIVOJLANTIRISHDAGI O‘RNI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada madaniyatlararo muloqotning talabalarda ijodiy tafakkurni rivojlantirishdagi o‘rni tahlil qilinadi. Globalizatsiya sharoitida turli madaniyat vakillari bilan muloqot qilish talabalarning fikrlash doirasini kengaytiradi, yangi g‘oyalar yaratish qobiliyatini kuchaytiradi va moslashuvchanlikni rivojlantiradi. Tadqiqot natijalari madaniyatlararo muloqot ijodiy fikrlash jarayonini faollashtiruvchi muhim omil ekanligini ko‘rsatadi.*

Kalit so‘zlar: *madaniyatlararo muloqot, ijodiy tafakkur, talabalar, kompetensiya, globalizatsiya, kommunikatsiya.*

Аннотация. *В данной статье рассматривается роль межкультурной коммуникации в развитии творческого мышления у студентов. В условиях глобализации общение с представителями различных культур расширяет кругозор студентов, способствует развитию креативности и формированию гибкого мышления. Результаты исследования показывают, что межкультурная коммуникация является важным фактором активизации творческого мышления.*

Ключевые слова: *межкультурная коммуникация, творческое мышление, студенты, компетенция, глобализация, коммуникация.*

Annotation. *This article analyzes the role of intercultural communication in developing students’ creative thinking. In the context of globalization, interaction with representatives of different cultures broadens students’ worldview, enhances creativity, and develops flexible thinking.*

The findings show that intercultural communication is an important factor in activating creative thinking processes.

Keywords: *intercultural communication, creative thinking, students, competence, globalization, communication.*

Kirish. Hozirgi globallashuv jarayonida jamiyatlar o‘rtasidagi madaniy aloqalar tobora kengayib bormoqda. Turli millat va madaniyat vakillari o‘rtasidagi samarali muloqot esa zamonaviy ta’lim tizimining muhim talablaridan biriga aylanmoqda. Shu nuqtai nazardan, madaniyatlararo muloqot talabalarning nafaqat kommunikativ kompetensiyasini, balki ularning ijodiy tafakkurini rivojlantirishda ham muhim o‘rin tutadi.

Talabalarda ijodiy fikrlash qobiliyatini shakllantirish ta’lim jarayonining asosiy vazifalaridan biri hisoblanadi. Chunki ijodiy tafakkur shaxsning yangi g‘oyalar yaratishi, muammolarga noodatiy yondashishi va turli vaziyatlarda moslashuvchan qaror qabul qilishi bilan bog‘liqdir. Madaniyatlararo muloqot esa turli qarashlar, qadriyatlar va fikrlash uslublari bilan tanishish imkonini berib, talabalarning dunyoqarashini kengaytiradi.

Mazkur mavzuning dolzarbligi shundaki, bugungi kunda ta’lim jarayonida faqat bilim berish emas, balki talabalarning kreativ salohiyatini rivojlantirish ham muhim ahamiyat kasb etadi. Shu bois madaniyatlararo muloqotning ijodiy tafakkurga ta’sirini o‘rganish pedagogika va psixologiya sohalari uchun dolzarb ilmiy masala hisoblanadi.

Ushbu ishda madaniyatlararo muloqotning talabalarda ijodiy tafakkurni rivojlantirishdagi o‘rni nazariy jihatdan tahlil qilinadi.

Mavzuning dolzarbligi. Bugungi globallashuv jarayoni va xalqaro aloqalarning kengayishi sharoitida madaniyatlararo muloqotning ahamiyati tobora ortib bormoqda. Turli madaniyat vakillari bilan samarali muloqot qila olish zamonaviy talabaning muhim kompetensiyalaridan biri sifatida qaraladi. Shu bilan birga, ta’lim tizimida talabalarning nafaqat bilim darajasini oshirish, balki ularning ijodiy tafakkurini rivojlantirishga ham alohida e’tibor qaratilmoqda.

Madaniyatlararo muloqot talabalarga turli dunyoqarash, qadriyatlar va fikrlash uslublari bilan tanishish imkonini beradi. Bu jarayon ularning tafakkurini kengaytiradi, muammolarga yangicha yondashish qobiliyatini shakllantiradi hamda ijodiy fikrlashni faollashtiradi. Ayniqsa, hozirgi raqobatbardosh ta’lim va mehnat bozorida kreativ fikrlashga ega mutaxassislarni tayyorlash dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi.

Shu sababli, madaniyatlararo muloqotning talabalarda ijodiy tafakkurni rivojlantirishdagi o‘rnini o‘rganish bugungi kun pedagogik va psixologik tadqiqotlari uchun muhim va dolzarb ilmiy muammo hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Madaniyatlararo muloqot va ijodiy tafakkur masalasi jahon va mahalliy ilmiy adabiyotlarda keng o‘rganilgan. Ushbu yo‘nalishda olib borilgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, madaniyatlararo muloqot shaxsning kognitiv, kommunikativ va kreativ rivojlanishiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi.

Jumladan, amerikalik olim G. Hofstede madaniyatlararo farqlarni tahlil qilib, madaniy omillar insonning fikrlash va xulq-atvoriga bevosita ta’sir qilishini asoslab bergan. E. Hall esa “yuqori kontekstli” va “past kontekstli” madaniyatlar tushunchasi orqali muloqot jarayonining murakkabligini ochib bergan.

Shuningdek, L. Vygotskiy va J. Bruner kabi psixologlar ijtimoiy muloqotning bilish jarayonidagi o‘rnini ta’kidlab, tafakkur rivojlanishi ijtimoiy muhit va muloqot bilan chambarchas bog‘liqligini asoslaganlar. Ularning qarashlariga ko‘ra, shaxs boshqa madaniyat vakillari bilan muloqot jarayonida yangi bilim va fikrlash usullarini o‘zlashtiradi, bu esa ijodiy tafakkurni faollashtiradi.

Mahalliy tadqiqotchilar ham bu masalaga alohida e’tibor qaratgan. Ularning ishlarida madaniyatlararo muloqotning ta’lim jarayonidagi roli, talabalarda kommunikativ va kreativ kompetensiyalarni shakllantirishdagi ahamiyati yoritilgan. Ayniqsa, zamonaviy pedagogik yondashuvlarda interaktiv ta’lim metodlari orqali ijodiy fikrlashni rivojlantirish samarali usul sifatida ko‘rsatiladi.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, madaniyatlararo muloqot talabalarning ijodiy tafakkurini rivojlantirishda muhim psixologik va pedagogik omil hisoblanadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Ushbu tadqiqotda madaniyatlararo muloqotning talabalarda ijodiy tafakkurni rivojlantirishdagi o‘rni nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilindi. Tadqiqot jarayonida pedagogika va psixologiya fanlarida keng qo‘llaniladigan ilmiy yondashuvlar hamda metodlardan foydalanildi.

Tadqiqotning asosiy maqsadi madaniyatlararo muloqot talabalarning ijodiy tafakkurini rivojlantirishga qanday ta’sir ko‘rsatishini ilmiy asoslashdan iborat bo‘ldi. Shu bilan birga, olingan natijalar pedagogik amaliyotda samarali metodlarni aniqlashga xizmat qiladi.

Muhokama. Tadqiqot natijalarini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, madaniyatlararo muloqot talabalarning ijodiy tafakkurini rivojlantirishda muhim omil hisoblanadi. Turli madaniyat vakillari bilan muloqot jarayonida talabalar yangi fikrlash uslublari, qarashlar va qadriyatlar bilan tanishadi, bu esa ularning dunyoqarashini kengaytiradi.

Madaniyatlararo muloqot jarayonida yuzaga keladigan fikrlar xilma-xilligi talabalarda muammolarga bir yoqlama emas, balki ko‘p qirrali yondashish ko‘nikmasini shakllantiradi. Bu esa ijodiy tafakkurning asosiy komponentlaridan biri bo‘lgan fleksibil fikrlashni rivojlantiradi. Shuningdek, turli madaniy muhitlar bilan tanishish talabalarda yangilikka ochiqlik, tanqidiy fikrlash va mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini kuchaytiradi.

Bundan tashqari, muloqot jarayonida til va madaniyat to‘siqlarini yengish talabalarning kommunikativ kompetensiyasini oshiradi. Bu esa o‘z navbatida ularning o‘z fikrini erkin ifodalash va ijodiy g‘oyalarni ilgari surish imkoniyatlarini kengaytiradi.

Shu bilan birga, ayrim hollarda madaniyatlararo muloqotda tushunmovchiliklar va stereotiplar ham uchrashi mumkin. Biroq to‘g‘ri pedagogik yondashuv va interaktiv ta’lim metodlari orqali bu muammolarni bartaraf etish va ijobiy natijalarga erishish mumkin.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari madaniyatlararo muloqotning talabalarda ijodiy tafakkurni rivojlantirishdagi ahamiyati yuqori ekanligini tasdiqlaydi.

Amaliy tavsiyalar. Madaniyatlararo muloqotning talabalarda ijodiy tafakkurni rivojlantirishdagi samaradorligini oshirish maqsadida quyidagi amaliy tavsiyalar ishlab chiqildi:

Birinchidan, ta’lim jarayonida interaktiv metodlardan keng foydalanish maqsadga muvofiq. Guruhiy ishlar, muammoli vaziyatlar, debat va rolli o‘yinlar talabalarning turli fikrlash uslublarini rivojlantiradi hamda ijodiy yondashuvni faollashtiradi.

Ikkinchidan, talabalarning madaniyatlararo tajribasini kengaytirish uchun xalqaro almashinuv dasturlari, onlayn muloqot platformalari va qo‘shma loyihalarni rivojlantirish tavsiya etiladi. Bu ularning boshqa madaniyat vakillari bilan bevosita muloqot qilish imkonini oshiradi.

Uchinchidan, o‘quv dasturlariga madaniyatlararo kompetensiyani rivojlantirishga qaratilgan maxsus mavzular va kurslarni kiritish lozim. Bu talabalarni turli madaniy kontekstlarda erkin fikrlashga o‘rgatadi.

To‘rtinchidan, pedagoglar talabalarda tanqidiy va ijodiy fikrlashni rivojlantirishga yo‘naltirilgan metodlardan foydalanishi, dars jarayonida ochiq savollar va muhokamalarni ko‘proq tashkil etishi kerak.

Beshinchidan, talabalarni turli madaniy qadriyatlar va an’analar bilan tanishtirish maqsadida madaniy tadbirlar, seminarlar va treninglar o‘tkazish samarali hisoblanadi.

Umuman olganda, mazkur tavsiyalarni amaliyotga joriy etish talabalarda madaniyatlararo muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirish va ijodiy tafakkurni kuchaytirishga xizmat qiladi.

Xulosa

Mazkur tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, madaniyatlararo muloqot talabalarda ijodiy tafakkurni rivojlantirishda muhim pedagogik va psixologik omil hisoblanadi. Turli madaniyat vakillari bilan muloqot qilish jarayonida talabalarning dunyoqarashi kengayadi, fikrlash moslashuvchanligi ortadi hamda yangi g‘oyalarni yaratish qobiliyati shakllanadi.

Tahlillar shuni tasdiqladiki, madaniyatlararo muloqot nafaqat kommunikativ kompetensiyani, balki tanqidiy va ijodiy fikrlashni ham rivojlantiradi. Talabalar turli madaniy kontekstlarni tushunish orqali muammolarga yangicha yondashishni o‘rganadilar, bu esa ularning ijodiy salohiyatini oshiradi.

Shuningdek, ta’lim jarayonida interaktiv metodlar va madaniyatlararo tajribani kengaytiruvchi faoliyatlar samarali qo‘llanilganda, ijodiy tafakkurni rivojlantirish jarayoni yanada samarali kechishi aniqlandi. Bu esa zamonaviy ta’lim tizimida kreativ va kompetent mutaxassislar tayyorlashga xizmat qiladi.

Umuman olganda, madaniyatlararo muloqot talabalarning shaxsiy va kasbiy rivojlanishida, ayniqsa ijodiy tafakkurini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega bo‘lib, uni ta’lim jarayonida keng joriy etish zarur hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Hofstede G. *Culture’s Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions and Organizations Across Nations*. Sage Publications, 2001.
2. Hall E. T. *Beyond Culture*. Anchor Books, 1976.
3. Vygotsky L. S. *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press, 1978.
4. Bruner J. *Acts of Meaning*. Harvard University Press, 1990.
5. Deardorff D. K. *The SAGE Handbook of Intercultural Competence*. Sage Publications, 2009.
6. Bennett M. J. *Basic Concepts of Intercultural Communication*. Intercultural Press, 2013.
7. Rogers C. R. *Freedom to Learn*. Merrill, 1969.
8. O‘zbekiston Respublikasi Oliy ta’lim tizimi bo‘yicha pedagogik va psixologik adabiyotlar to‘plami. Toshkent, 2020.
9. Zamonaviy pedagogika va psixologiya bo‘yicha ilmiy maqolalar to‘plami. Toshkent davlat pedagogika universiteti nashrlari, 2022.
10. Internet resurslari: ilmiy maqolalar va elektron kutubxona materiallari

Qobiljonov Qosimjon Kobiljon o'g'li
Buxoro davlat pedagogika insituti mustaqil izlanuvchisi

BO‘LAJAK JISMONIY TARBIYA O‘QITUVCHILARIDA KASBIY YETUKLIKNI SHAKLLANTIRISHDA AKMEOLOGIK KOMPETENSIYALARNI RIVOJLANTIRISH MEXANIZMLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida kasbiy yetuklikni shakllantirish jarayonida akmeologik kompetensiyalarni rivojlantirish mexanizmlari tahlil qilinadi. Akmeologik yondashuv shaxsning kasbiy va shaxsiy rivojlanishida eng yuqori bosqich - “kasbiy cho‘qqi”ga erishishni ta’minlovchi ilmiy-pedagogik asos sifatida qaraladi. Tadqiqotda bo‘lajak o‘qituvchilarning pedagogik mahoratini rivojlantirishda refleksiya, motivatsiya, innovatsion fikrlash va o‘z-o‘zini rivojlantirish kompetensiyalarining o‘rni yoritiladi. Shuningdek, jismoniy tarbiya sohasida kasbiy faoliyat samaradorligini oshirishga xizmat qiluvchi akmeologik mexanizmlar - shaxsiy rivojlanish trayektoriyasini loyihalash, kasbiy faoliyatni bosqichma-bosqich takomillashtirish va amaliy tajribaga asoslangan o‘qitish texnologiyalari ko‘rib chiqiladi. Maqolada zamonaviy pedagogik muhitda bo‘lajak o‘qituvchilarning raqobatbardoshligini oshirish va kasbiy kompetentligini rivojlantirishga doir ilmiy xulosalar beriladi.*

Kalit so‘zlar: *akmeologiya, kasbiy yetuklik, pedagogik kompetensiya, jismoniy tarbiya, refleksiya, innovatsion yondashuv, kasbiy rivojlanish.*

Аннотация. *В данной статье анализируются механизмы развития акмеологических компетенций в формировании профессиональной зрелости будущих учителей физической культуры. Акмеологический подход рассматривается как научно-педагогическая основа, обеспечивающая достижение высшей точки профессионального развития личности. В исследовании раскрывается роль рефлексии, мотивации, инновационного мышления и самосовершенствования в развитии педагогического мастерства будущих специалистов. Также рассматриваются акмеологические механизмы повышения эффективности*

профессиональной деятельности, включая проектирование индивидуальной траектории развития, поэтапное совершенствование профессиональных навыков и практико-ориентированные технологии обучения. Подчеркивается значение формирования конкурентоспособности и профессиональной компетентности будущих учителей в современной образовательной среде.

Ключевые слова: *акмеология, профессиональная зрелость, педагогическая компетентность, физическое воспитание, рефлексия, инновационный подход, профессиональное развитие.*

Abstract*. This article analyzes the mechanisms for developing acmeological competencies in the formation of professional maturity among future physical education teachers. The acmeological approach is considered a scientific and pedagogical framework that ensures the achievement of the highest stage of professional development, referred to as the "peak of professionalism." The study highlights the role of reflection, motivation, innovative thinking, and self-development in enhancing pedagogical mastery. It also examines acmeological mechanisms that improve professional effectiveness, such as designing individual development trajectories, step-by-step improvement of professional skills, and practice-oriented teaching technologies. The article emphasizes the importance of developing competitiveness and professional competence of future teachers in the modern educational environment.*

Key words: *acmeology, professional maturity, pedagogical competence, physical education, reflection, innovative approach, professional development.*

Kirish. Bugungi kunda ta'lim tizimini modernizatsiya qilish, raqobatbardosh kadrlarni tayyorlash va o‘qituvchining kasbiy kompetentligini oshirish masalasi dunyo miqyosida dolzarb ilmiy-amaliy yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, jismoniy tarbiya sohasida bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy yetukligini shakllantirish nafaqat pedagogik jarayon samaradorligini oshiradi, balki sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish, yosh avlodning jismoniy va psixologik rivojlanishini ta'minlashda ham muhim o‘rin tutadi. Shu nuqtayi nazardan, bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining kasbiy mahoratini rivojlantirishda akmeologik yondashuvni qo‘llash zamonaviy pedagogikaning eng muhim ilmiy yo‘nalishlaridan biri sifatida e'tirof etilmoqda.

Akmeologiya - bu shaxsning kasbiy va shaxsiy rivojlanishidagi eng yuqori bosqichni (akme) o‘rganadigan ilmiy yo‘nalish bo‘lib, u insonning kasbiy yetuklikka erishish mexanizmlarini tahlil qiladi. Ushbu yondashuvga ko‘ra, har bir shaxs o‘zining kasbiy faoliyatida maksimal samaradorlikka erishishi mumkin, agar u o‘z ustida tizimli ishlasa, refleksiya va o‘z-o‘zini rivojlantirish jarayonlarini to‘g‘ri tashkil etsa. Shu sababli, akmeologik kompetensiyalar pedagogning kasbiy shakllanishida asosiy omillardan biri sifatida qaraladi.

Xalqaro ta'lim tajribalarida, jumladan Yevropa va Osiyo mamlakatlarida o‘qituvchilarni tayyorlash jarayonida kompetensiyaviy yondashuv bilan bir qatorda akmeologik yondashuv elementlari ham keng qo‘llanilmoqda. UNESCO va OECD tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda ta'kidlanishicha, zamonaviy o‘qituvchi nafaqat bilim beruvchi, balki innovatsion fikrlovchi, o‘z faoliyatini tahlil qila oluvchi va doimiy rivojlanishga intiluvchi shaxs bo‘lishi kerak. Bu esa akmeologik kompetensiyalarni rivojlantirish zaruratini yanada kuchaytiradi.

Jismoniy tarbiya o‘qituvchilari faoliyati o‘ziga xos murakkablikka ega bo‘lib, u nafaqat nazariy bilimlarni, balki yuqori darajadagi amaliy ko‘nikmalarni, psixofizik tayyorgarlikni va kommunikativ kompetensiyani talab qiladi. Shu sababli bo‘lajak o‘qituvchilarda kasbiy yetuklikni shakllantirish jarayonida refleksiya, motivatsiya, o‘z-o‘zini boshqarish, innovatsion yondashuv va individual rivojlanish trayektoriyasini loyihalash kabi akmeologik kompetensiyalarni rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Bugungi kunda respublikamiz ta'lim tizimida ham "Yangi O‘zbekiston" strategiyasi doirasida pedagog kadrlarning kasbiy salohiyatini oshirish, ularning innovatsion faoliyatini rivojlantirish va xalqaro standartlarga mos kompetensiyalarni shakllantirishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Bu esa bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarini tayyorlash jarayonida akmeologik yondashuvni ilmiy asosda tadbiq etishni talab etadi.

Shunday qilib, mazkur mavzuning dolzarbligi bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida kasbiy yetuklikni shakllantirishda akmeologik kompetensiyalarni rivojlantirish mexanizmlarini ilmiy jihatdan asoslash, ularning pedagogik faoliyatdagi rolini ochib berish hamda samarali metodik tavsiyalar ishlab chiqish zarurati bilan belgilanadi.

Adabiyotlar tahlili. Bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida kasbiy yetuklikni shakllantirishda akmeologik kompetensiyalarni rivojlantirish muammosi zamonaviy pedagogika va psixologiya fanlarining eng dolzarb yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Ushbu masala bo‘yicha ilmiy izlanishlar asosan akmeologiya, kasbiy rivojlanish psixologiyasi, pedagogik kompetensiya hamda shaxsning o‘z-o‘zini takomillashtirish nazariyalari doirasida olib borilgan.

Akmeologik yondashuvning nazariy asoslari dastlab rus olimlari tomonidan shakllantirilgan bo‘lib, bu yo‘nalishda B.G. Ananyev, A.A. Bodalev, N.V. Kuzmina, A.A. Derkach va V.G. Zazykin kabi tadqiqotchilarning ishlari alohida ahamiyatga ega. Xususan, B.G. Ananyev shaxs rivojlanishini kompleks tizim sifatida o‘rganib, insonning kasbiy kamolotini biologik, psixologik va ijtimoiy omillar birligida tahlil qilish zarurligini asoslab bergan. A.A. Bodalev esa pedagog shaxsining kommunikativ kompetensiyasi va kasbiy yetukligi o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni ochib bergan bo‘lib, o‘qituvchining shaxsiy sifatlari uning pedagogik samaradorligiga bevosita ta’sir ko‘rsatishini ta’kidlagan.

Akmeologiya fanining mustaqil yo‘nalish sifatida rivojlanishida N.V. Kuzmina va A.A. Derkachning ishlari alohida o‘rin tutadi. Ularning tadqiqotlarida “akme” tushunchasi shaxsning kasbiy faoliyatdagi eng yuqori samaradorlik bosqichi sifatida talqin qilinadi. A.A. Derkach akmeologik kompetensiyalarni rivojlantirishda refleksiya, o‘z-o‘zini tahlil qilish va kasbiy faoliyatni modellashtirish muhim mexanizmlar ekanini ilmiy asoslab bergan. V.G. Zazykin esa akmeologik tizimni kasbiy faoliyat samaradorligini oshiruvchi psixologik-pedagogik mexanizm sifatida talqin qilib, o‘qituvchining individual rivojlanish trayektoriyasini ishlab chiqish zarurligini ta’kidlaydi.

Xorijiy tadqiqotchilar orasida D. Schön, J. Dewey, L.S. Vygotsky g‘oyalarining zamonaviy talqinlari ham ushbu muammoni o‘rganishda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi. D. Schön “refleksiv amaliyotchi” konsepsiyasini ilgari surib, o‘qituvchining kasbiy rivojlanishi doimiy refleksiya orqali amalga oshishini asoslab bergan. J. Dewey esa tajribaga asoslangan ta’lim nazariyasida faol o‘rganish va amaliy tajriba kasbiy yetuklikning muhim omili ekanligini ko‘rsatgan. L.S. Vygotsky tomonidan ilgari surilgan ijtimoiy-madaniy rivojlanish nazariyasi esa o‘qituvchining kasbiy shakllanishi ijtimoiy muhit va hamkorlik jarayonlari bilan uzviy bog‘liqligini ochib beradi.

Zamonaviy xorijiy tadqiqotlarda, xususan, P. Senge, M. Fullan va A. Hargreaves ishlarida o‘qituvchining “o‘rganayotgan tashkilot” subyekti sifatida qaralishi, uning doimiy rivojlanishi va innovatsion fikrlashi muhimligi ta’kidlanadi. P. Senge o‘qituvchini tizimli fikrlovchi shaxs sifatida ko‘rib, kasbiy rivojlanishni uzluksiz jarayon sifatida talqin qiladi. M. Fullan esa pedagogik innovatsiyalarni joriy etishda o‘qituvchining kasbiy kompetentligini oshirishni asosiy omil sifatida ko‘rsatadi.

Jismoniy tarbiya o‘qituvchilarini tayyorlash masalasida ham bir qator tadqiqotlar mavjud bo‘lib, G. Griffin, S. Siedentop va R. Bailey kabi olimlar jismoniy tarbiya jarayonida pedagogik mahorat, harakat ko‘nikmalari va o‘quvchilarning motivatsiyasini rivojlantirish muhimligini ta’kidlaydilar. Ularning fikricha, jismoniy tarbiya o‘qituvchisi nafaqat sport texnikasini o‘rgatuvchi, balki shaxsning sog‘lom rivojlanishiga ta’sir ko‘rsatuvchi pedagogik yetakchi hisoblanadi.

Umuman olganda, ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, akmeologik kompetensiyalarni rivojlantirish bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining kasbiy yetukligini ta’minlovchi asosiy omillardan biridir. Rus va xorijiy olimlar tomonidan ilgari surilgan nazariy qarashlar shuni tasdiqlaydiki, kasbiy rivojlanish refleksiya, motivatsiya, innovatsion fikrlash va uzluksiz o‘z-o‘zini takomillashtirish jarayonlari bilan bevosita bog‘liqdir. Shu sababli, akmeologik yondashuv zamonaviy pedagogik ta’lim tizimida muhim metodologik asos sifatida e’tirof etiladi.

Xulosa. Bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida kasbiy yetuklikni shakllantirish jarayoni zamonaviy ta’lim tizimining eng muhim va murakkab yo‘nalishlaridan biri bo‘lib, u nafaqat nazariy bilimlarni, balki chuqur amaliy ko‘nikmalar va shaxsiy kasbiy sifatlarni ham talab etadi. O‘tkazilgan tahlillar shuni ko‘rsatadiki, ushbu jarayonda akmeologik yondashuv alohida ilmiy-metodik

ahamiyatga ega bo‘lib, u shaxsning kasbiy rivojlanishini eng yuqori darajaga - “akme” bosqichiga olib chiqishga xizmat qiladi.

Akmeologik kompetensiyalarni rivojlantirish bo‘lajak o‘qituvchilarda o‘z-o‘zini anglash, refleksiya, motivatsiya, kasbiy faoliyatni tahlil qilish va uni doimiy takomillashtirish kabi muhim sifatlarni shakllantiradi. Bu esa ularning pedagogik mahoratini oshirib, ta’lim jarayonini samarali tashkil etish imkoniyatini kengaytiradi. Ayniqsa, jismoniy tarbiya sohasida bu kompetensiyalar yanada dolzarb bo‘lib, o‘qituvchidan yuqori darajadagi jismoniy tayyorgarlik bilan bir qatorda kommunikativ, tashkiliy va innovatsion yondashuvni ham talab qiladi.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, akmeologik yondashuv asosida tashkil etilgan ta’lim jarayoni bo‘lajak o‘qituvchilarda kasbiy barqarorlikni shakllantiradi, ularning individual rivojlanish trayektoriyasini belgilashga yordam beradi hamda kasbiy faoliyatda samaradorlikni oshiradi. Shu bilan birga, refleksiv fikrlash va o‘z-o‘zini rivojlantirish mexanizmlarining shakllanishi pedagogning innovatsion faoliyatga tayyorligini kuchaytiradi.

Xulosa qilib aytganda, bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida kasbiy yetuklikni shakllantirishda akmeologik kompetensiyalarni rivojlantirish nafaqat zamonaviy pedagogik talab, balki ta’lim sifatini oshirishning muhim strategik yo‘nalishidir. Ushbu yondashuv o‘qituvchining kasbiy salohiyatini to‘liq ochib berishga, uning shaxsiy va professional rivojlanishini uyg‘unlashtirishga hamda ta’lim jarayonida yuqori samaradorlikka erishishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1968. - 339 с.
2. Бодалев А. А. Психология личности. - М.: МГУ, 1988. - 188 с.
3. Кузьмина Н. В. Профессионализм личности преподавателя и мастера производственного обучения. - М.: Высшая школа, 1990. - 119 с.
4. Деркач А. А. Акмеология: личностное и профессиональное развитие человека. - М.: РАГС, 2004. - 256 с.
5. Зазыкин В. Г. Акмеологические основы профессионализма. - М.: МПСИ, 2002. - 320 с.
6. Schön D. A. The Reflective Practitioner: How Professionals Think in Action. - New York: Basic Books, 1983. - 374 p.
7. Dewey J. Experience and Education. - New York: Macmillan, 1938. - 96 p.
8. Vygotsky L. S. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. - Cambridge: Harvard University Press, 1978. - 159 p.
9. Senge P. M. The Fifth Discipline: The Art & Practice of The Learning Organization. - New York: Doubleday, 1990. - 445 p.

O‘SMIRLARDA TENGDOSHLARARO NIZOLARNI KONSTRUKTIV BOSHQARISHDA EMOTSIONAL REGULYATSIYA VA MULOQOT KO‘NIKMALARINING O‘RNI

Axmedov Asadbek Odilbekovich
Urganch Ranch texnologiyalar universiteti mustaqil izlanuvchisi

Annotatsiya. Mazkur maqolada o‘smirlar o‘rtasidagi shaxslararo nizolarni konstruktiv boshqarishda emotsional regulyatsiya va kommunikativ ko‘nikmalarning psixologik ahamiyati yoritilgan. O‘smirlik davrida tengdoshlar bilan munosabatlarning ustuvor ahamiyat kasb etishi, ijtimoiy mavqega sezgirlik, mustaqillikka intilish va hissiy reaktivlikning ortishi turli ziddiyatli vaziyatlarning yuzaga kelishi uchun psixologik shart-sharoit yaratishi asoslangan. Nizoli vaziyatlarda emotsiyalarni anglash, impulsiv reaksiyalarni nazorat qilish, kognitiv qayta baholash, faol tinglash, o‘z pozitsiyasini asosli ifodalash va boshqa tomonning nuqtayi nazarini tushunish konstruktiv xulq-

atvorni belgilovchi muhim psixologik mexanizmlar sifatida tavsiflangan. Shuningdek, oila, tengdoshlar guruhi va ta'lim muassasasidagi ijtimoiy-psixologik muhitning o'smir konflikt xulqiga ta'siri tahlil qilingan. O'smirlarda konstruktiv muloqot ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan psixologik-profilaktik ishlarning asosiy yo'nalishlari bayon etilgan.

Kalit so'zlar: o'smirlik, tengdoshlar, shaxslararo nizo, emotsional regulyatsiya, kommunikativ kompetentlik, faol tinglash, empatiya, refleksiya, konstruktiv xulq-atvor.

Аннотация. В статье рассматривается психологическое значение эмоциональной регуляции и коммуникативных навыков в конструктивном управлении межличностными конфликтами среди подростков. Показано, что усиление значимости общения со сверстниками, чувствительность к социальному статусу, стремление к самостоятельности и высокая эмоциональная реактивность создают условия для возникновения различных противоречий в подростковом возрасте. Способность распознавать собственные эмоции, контролировать импульсивные реакции, использовать когнитивную переоценку, активно слушать собеседника и учитывать позицию другой стороны рассматривается как важное условие конструктивного поведения в конфликтных ситуациях. Анализируется влияние семейных отношений, группы сверстников и социально-психологического климата образовательной среды на конфликтное поведение подростков. Определены направления психологической профилактики межличностных конфликтов.

Ключевые слова: подросток, сверстники, межличностный конфликт, эмоциональная регуляция, коммуникативная компетентность, эмпатия, рефлексия, конструктивное поведение.

Abstract. The article examines the psychological role of emotional regulation and communication skills in the constructive management of interpersonal conflicts among adolescents. The growing importance of peer relationships, sensitivity to social status, striving for autonomy, and increased emotional reactivity during adolescence may create psychological conditions for interpersonal disagreements. The ability to recognize emotions, control impulsive reactions, use cognitive reappraisal, listen actively, express one's position appropriately, and understand another person's perspective is considered an important psychological basis for constructive conflict behavior. The influence of family relationships, peer groups, and the socio-psychological climate of educational institutions on adolescents' conflict behavior is also discussed. Psychological approaches aimed at preventing destructive conflicts and developing constructive communication skills are proposed.

Keywords: adolescence, peers, interpersonal conflict, emotional regulation, communication skills, empathy, reflection, constructive behavior.

Kirish. O'smirlik davri shaxslararo munosabatlar tizimining sezilarli o'zgarishi bilan tavsiflanadi. Ushbu bosqichda tengdoshlar bilan munosabatlar o'smirning psixologik farovonligi, o'zini baholashi, ijtimoiy mavqei va shaxsiy identifikatsiyasida muhim o'rin egallay boshlaydi. Do'stlar tomonidan tan olinishi, guruhga mansublik hissi va o'z fikrini mustaqil ifodalashga bo'lgan ehtiyojning kuchayishi bilan birga kelishmovchiliklar uchun ham yangi psixologik sharoitlar yuzaga keladi.

O'smirlar o'rtasidagi nizo har doim ham destruktiv hodisa hisoblanmaydi. Qarashlar, qiziqishlar va ehtiyojlarning farqlanishi tabiiy ijtimoiy jarayon bo'lib, ziddiyat qanday usulda boshqarilishi asosiy masalani tashkil etadi. Konfliktni konstruktiv hal etish o'smirda muammoni tahlil qilish, o'z nuqtayi nazarini himoya qilish, qarama-qarshi tomon manfaatlarini hisobga olish va o'zaro maqbul kelishuvga erishish qobiliyatlarini rivojlantirishi mumkin.

Aksincha, emotsional zo'riqishning boshqarilmasligi, shoshilinch xulosa chiqarish, haqoratli kommunikatsiya, tajovuzkor javob yoki muammodan butunlay chekinish nizoning davomiyligini oshiradi. Shu jihatdan o'smirlarning konfliktli vaziyatlardagi xulq-atvorini emotsional regulyatsiya hamda kommunikativ kompetentlik bilan bog'liq holda o'rganish alohida ilmiy ahamiyat kasb etadi.

Zamonaviy tadqiqotlarda o'smirlik davrida tengdoshlar va oiladagi ziddiyatlar oldingi rivojlanish bosqichlariga nisbatan ko'proq uchrashi, emotsiyalarni boshqarishdagi qiyinchiliklar esa kundalik stressning bir munosabat sohasidan boshqasiga o'tishini kuchaytirishi mumkinligi

ko‘rsatilgan. Xususan, 310 nafar o‘smir ishtirokidagi kundalik kuzatuv tadqiqotida emotsional boshqaruvdagi qiyinchiliklar tengdoshlar bilan bog‘liq stress hamda oilaviy stress o‘rtasidagi aloqaning kuchayishi bilan bog‘langan.

Tadqiqot metodologiyasi

Mazkur tadqiqot nazariy-tahliliy xarakterga ega bo‘lib, o‘smirlar psixologiyasi, emotsional regulyatsiya, shaxslararo kommunikatsiya, tengdoshlararo konflikt va konfliktni hal qilish strategiyalariga bag‘ishlangan ilmiy tadqiqotlarni tizimlashtirishga asoslanadi.

Tahlil jarayonida qiyosiy tahlil, nazariy umumlashtirish, ilmiy manbalarni tizimlashtirish va psixologik interpretatsiya usullaridan foydalanildi. Emotsional regulyatsiya o‘smirning emotsional holatini anglash, uning intensivligi va ifodalanish shaklini mavjud vaziyat talablariga muvofiq boshqarish qobiliyati sifatida talqin qilindi. Kommunikativ ko‘nikmalar esa o‘z fikrini tushunarli ifodalash, faol tinglash, boshqa shaxsning pozitsiyasini hisobga olish, konstruktiv savollar berish va kelishuvga erishish imkoniyatini ta’minlovchi psixologik kompetensiyalar majmui sifatida ko‘rib chiqildi.

Natijalar va muhokama

O‘smirlarning tengdoshlararo nizolardagi xatti-harakatlarini belgilovchi asosiy psixologik omillardan biri emotsional reaktivlik hisoblanadi. O‘smirlik davrida tanqid, rad etilish, masxara qilinish yoki guruhdagi mavqega tahdid kuchli hissiy reaksiyani yuzaga chiqarishi mumkin. Bunday vaziyatda g‘azab, ranjish va adolatsizlik hissi vaziyatni ratsional baholashga to‘sqinlik qilishi ehtimoli mavjud.

Emotsional regulyatsiyaning rivojlanganligi o‘smirning his-tuyg‘ularni butunlay bostirishi degani emas. Aksincha, shaxs o‘zida paydo bo‘lgan emotsiyani taniydi, uning sababini aniqlaydi va ushbu emotsiyani ijtimoiy maqbul shaklda ifodalash usulini tanlaydi. Masalan, tengdoshi bilan kelishmovchilikda darhol agressiv javob berish o‘rniga vaziyatni aniqlashtirishga qaratilgan savol berishi emotsional regulyatsiyaning konstruktiv namoyon bo‘lishi hisoblanadi.

O‘smirlarning maktabdagi qiyinchiliklarga munosabati bo‘yicha 2026-yilda chop etilgan tadqiqotda kognitiv-emotsional regulyatsiyaning turli profillari aniqlangan. Salbiy strategiyalarga ko‘proq tayangan o‘smirlar yuqoriroq test xavotiri va pastroq akademik barqarorlik bilan tavsiflangan. Tadqiqot maktab sharoitida adaptiv emotsional strategiyalarni rivojlantirishga qaratilgan aralashuvlarning ahamiyatini ko‘rsatadi.

Tengdoshlar o‘smirning emotsiyalarni boshqarish jarayonida ham muhim rol bajaradi. O‘smirlik davrida tengdoshlarning fikri va ijtimoiy signallariga sezgirlik kuchayishi sababli do‘stlar tomonidan ko‘rsatiladigan qo‘llab-quvvatlash emotsional holatni qayta baholash hamda vaziyatga nisbatan boshqa nuqtayi nazarni shakllantirishga ko‘maklashishi mumkin. Zamonaviy sharhlarda tengdoshlar ta’sirining ushbu jihatidan o‘smirlarda emotsional regulyatsiyani rivojlantirish uchun foydalanish imkoniyati ta’kidlangan.

Nizolarni konstruktiv boshqarishning ikkinchi muhim omili kommunikativ kompetentlik hisoblanadi. Kommunikativ qiyinchiliklar mavjud bo‘lgan o‘smir o‘z istagi, noroziligi yoki hissiy holatini aniq ifodalash o‘rniga ayblash, keskin baholash yoki sukut saqlash strategiyasidan foydalanishi mumkin. Natijada muammo mazmunidan ko‘ra shaxslar o‘rtasidagi emotsional qarama-qarshilik kuchayadi.

Konstruktiv kommunikatsiyaning muhim ko‘rsatkichlaridan biri faol tinglashdir. O‘smir suhbatdoshining fikrini bo‘lmasdan tinglashi, tushunmagan jihatini aniqlashtirishi va qarshi javob berishdan avval suhbatdosh pozitsiyasini anglashga harakat qilishi konflikt intensivligini pasaytirishi mumkin.

Bunda o‘z fikrini aniq ifodalash ham alohida ahamiyatga ega. “Sen doim shunday qilasan” yoki “Sen aybdorsan” shaklidagi umumlashtiruvchi ayblovlar qarama-qarshi tomonda himoyaviy reaksiyani yuzaga keltiradi. “Bu vaziyatda men o‘zimni noqulay his qildim” kabi o‘z holatini ifodalashga asoslangan kommunikatsiya esa muammoni shaxsiy haqorat darajasiga olib chiqmasdan muhokama qilish imkonini beradi.

2026-yilda 10–13 yoshli o‘quvchilar o‘rtasida amalga oshirilgan “Reformulando” nomli maktab dasturi kommunikativ va ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalarni hurmatga asoslangan nutq

hamda fikrni qayta ifodalash orqali rivojlantirishga qaratilgan. Dastlabki tahlillarda eksperimental guruhda verbal agressiyaning kamayishi kuzatilgan, biroq yosh va sinflar kesimidagi farqlar nazorat qilinganda ayrim effektlar zaiflashgan. Tadqiqot mualliflari qisqa kommunikativ treninglarning istiqbolini qayd etish bilan birga natijalarni ehtiyotkor talqin qilish zarurligini ham ko‘rsatgan.

O‘smirlarning konfliktli vaziyatlardagi xulq-atvorida empatiya ham alohida o‘rin tutadi. Empatiya boshqa shaxsning hissiy holatini anglash orqali uning harakatini faqat “qarshilik” yoki “dushmanlik” sifatida qabul qilish ehtimolini kamaytiradi. O‘smir qarshi tomonning xatti-harakati ortidagi sababni anglay boshlaganda konfliktni shaxsiy qarama-qarshilik emas, hal qilinishi mumkin bo‘lgan muammo sifatida idrok etish imkoniyati ortadi.

Bunga bevosita bog‘liq psixologik mexanizm refleksiya hisoblanadi. Refleksiya yordamida o‘smir konfliktni yuzaga keltirgan jarayondagi o‘z hissasini ham baholaydi. “Men qanday gapirdim?”, “Mening javobim vaziyatni keskinlashtirdimi?”, “Boshqacha yo‘l tutish mumkinmidi?” singari savollar xatti-harakatni qayta ko‘rib chiqish imkoniyatini yaratadi.

Tengdoshlararo konfliktlar faqat o‘smirning individual xususiyatlari bilan belgilanmaydi. Maktabning ijtimoiy-psixologik muhiti ham nizo strategiyalariga ta’sir ko‘rsatadi. 323 nafar yettinchi sinf o‘quvchisi ishtirokidagi tadqiqotda kooperativ konflikt strategiyalaridan ko‘proq foydalangan o‘smirlarda ayrim xavfli xulq-atvorlar kamroq kuzatilgan. Qo‘llab-quvvatlovchi konfliktni hal qilish muhitiga ega maktablarda ham xavfli xatti-harakatlar nisbatan past darajada qayd etilgan.

Shuning uchun ta’lim muassasasidagi psixologik muhit o‘smirga “konflikt qanday hal qilinadi?” degan savolga kundalik amaliy namuna beradi. Pedagogning o‘quvchilarga hurmat bilan murojaat qilishi, kelishmovchiliklarda tomonlarni teng tinglashi, kamsituvchi kommunikatsiyani cheklashi va o‘zaro kelishuvni rag‘batlantirishi o‘quvchilarda konstruktiv muloqot modelining shakllanishiga xizmat qiladi.

Oiladagi kommunikatsiya tajribasi ham tengdoshlar bilan munosabatlarga ko‘chishi mumkin. Oilada muammolar muntazam ravishda baqirish, tahdid yoki suhbatdan qochish orqali hal qilinsa, o‘smir ushbu usullarni boshqa munosabatlarda ham normal strategiya sifatida qabul qilishi mumkin. Aksincha, ota-onalar kelishmovchiliklarni muhokama qilish, his-tuyg‘ularni nomlash va o‘zaro kelishuv asosida hal etsa, o‘smir konstruktiv konflikt xulqining real namunasiga ega bo‘ladi.

O‘smirlarning konflikt xulqini tushuntirishda ijtimoiy status va tengdoshlar tomonidan qabul qilinish ehtiyojini ham hisobga olish lozim. Ba’zan konfliktning tashqi sababi oddiy kelishmovchilik bo‘lib ko‘rinsa-da, uning psixologik mazmuni o‘smirning obro‘sini saqlash, guruhda o‘zini tasdiqlash yoki rad etilishdan himoyalanish ehtiyoji bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin.

Shu sababli o‘smirga faqat “janjallashma” yoki “o‘zingni bos” tarzidagi ko‘rsatma berish yetarli natija bermaydi. Psixologik profilaktika o‘smirga hissiy holatni aniqlash, konflikt sabablarini ajratish, muqobil javoblarni ko‘rib chiqish va tanlangan xatti-harakatning oqibatlarini oldindan baholashni o‘rgatishi lozim.

Psixologik-profilaktik ishlarning asosiy yo‘nalishlari

O‘smirlarda tengdoshlararo nizolarni konstruktiv boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish bir nechta o‘zaro bog‘langan psixologik vazifalarni qamrab olishi maqsadga muvofiq.

Emotsional savodxonlik mashqlari orqali o‘smirlarga g‘azab, ranjish, xavotir, uyat, hasad, hafsalasizlik kabi holatlarni o‘zaro farqlash va ularning sabablarini aniqlash o‘rgatiladi. Hissiy holat aniq anglanganda uni boshqarish imkoniyati ham ortadi.

Kognitiv qayta baholash mashqlarida bir xil vaziyatga bir nechta izoh berish ko‘nikmasi shakllantiriladi. Masalan, tengdosh javob bermagan holatni “u meni mensimadi” deb bir tomonlama tushunish o‘rniga vaziyatning boshqa ehtimoliy sabablarini ko‘rib chiqish konfliktga shoshilinch kirishishning oldini olishi mumkin.

Kommunikativ treninglarda faol tinglash, ochiq savollar berish, ayblovsiz fikr bildirish, murosaga kelish, shaxsiy chegaralarni saqlash va qarama-qarshi tomon fikrini qayta ifodalash kabi amaliy ko‘nikmalar shakllantirilishi zarur.

Rolli o‘yinlar yordamida o‘smir nizoli vaziyatdagi turli pozitsiyalarni sinab ko‘rishi mumkin. Bir mashq davomida o‘z pozitsiyasida, keyingi bosqichda esa qarshi tomon rolida ishtirok etishi vaziyatni kengroq idrok etishga yordam beradi.

Tengdoshlar mediatsiyasidan foydalanish ham istiqbolli yo‘nalishlardan biridir. Maxsus tayyorgarlikdan o‘tgan o‘quvchilarning nizolashayotgan tengdoshlar o‘rtasida neytral vositachi sifatida qatnashishi yoshlarning o‘z muammolarini mustaqil va madaniyatli tarzda hal qilish ko‘nikmalarini rivojlantirishi mumkin.

Xulosa

O‘smirlik davrida tengdoshlar bilan kelishmovchiliklarning yuzaga kelishi tabiiy rivojlanish jarayonining bir qismi bo‘lib, asosiy psixologik masala konfliktning mavjudligi emas, balki uning qanday boshqarilishida namoyon bo‘ladi.

Emotsional regulyatsiya o‘smirning konfliktli vaziyatda impulsiv javob bilan ongli qaror o‘rtasida psixologik masofa yaratishiga yordam beradi. O‘z hissiy holatini taniy olgan va boshqara olgan o‘smir vaziyatga nisbatan konstruktiv strategiyani tanlash uchun ko‘proq imkoniyatga ega bo‘ladi.

Kommunikativ kompetentlik, faol tinglash, empatiya va refleksiya qarama-qarshi tomonning pozitsiyasini tushunish, shaxsiy fikrni madaniyatli ifodalash hamda o‘zaro maqbul yechim topish imkoniyatlarini kengaytiradi.

Oila va ta’lim muassasasidagi ijtimoiy-psixologik muhit o‘smirning konfliktni hal qilish usullariga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Shu bois o‘smir bilan individual ishlashni ota-ona va pedagoglarning kommunikativ madaniyatini rivojlantirish bilan uyg‘unlashtirish maqsadga muvofiqdir.

O‘smirlarda tengdoshlararo nizolarni konstruktiv boshqarish ko‘nikmalarini shakllantirish emotsional savodxonlik, kommunikativ trening, refleksiv mashqlar, rolli vaziyatlar va mediatsiya elementlarini birlashtirgan tizimli psixologik dasturlar asosida amalga oshirilishi yuqori amaliy ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Colsman M., Wulfert E. Conflict resolution style as an indicator of adolescents' substance use and other problem behaviors // Addictive Behaviors. – 2002. – Vol. 27, №4. – P. 633–648. DOI: 10.1016/S0306-4603(01)00198-8.
2. LaRusso M., Selman R. Early adolescent health risk behaviors, conflict resolution strategies, and school climate // Journal of Applied Developmental Psychology. – 2011. – Vol. 32, №6. – P. 354–362. DOI: 10.1016/j.appdev.2011.05.003.
3. Rolán K., Fariña F., Cuevas-Alonso M. Learning to Reformulate Peer Conflict: Effects of a Language-Based Educational Program on Conflict Management, Peer Interaction, and Bullying-Related Experiences in Early Adolescence // European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education. – 2026. – Vol. 16, №7. – Article 93. DOI: 10.3390/ejihpe16070093.
4. Silvers J.A. et al. Peer facilitation of emotion regulation in adolescence // Developmental Cognitive Neuroscience. – 2023. – Vol. 62. – 101262. DOI: 10.1016/j.dcn.2023.101262.
5. Wang H. et al. Peer Stress Spills Over to Family Stress in the Context of Emotion Regulation Difficulties: A Daily Diary Study with Chinese Adolescents // 2024.
6. Theurel A., Gentaz E. The regulation of emotions in adolescents: Age differences and emotion-specific patterns // PLOS ONE. – 2018. – Vol. 13, №6. – e0195501.

Abdug‘aniyev Islomqul Mavlon o‘g‘li
iabduganiyev145@gmail.com
+998956290203
Samarqand davlat pedagogika instituti
Urgut fakulteti o‘qituvchisi

MAKTAB DIREKTORLARI BOSHQARUV FAOLIYATINI KREATIV QOBILIYATLAR ASOSIDA RIVOJLANTIRISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK JIHATLARI

Annotatsiya: Ushbu maqolada umumiy o‘rta ta’lim maktablari direktorlari boshqaruv faoliyatini kreativ qobiliyatlar asosida rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilingan. Zamonaviy ta’lim tizimidagi transformatsion jarayonlarda rahbarning

nostandart qarorlar qabul qilish, jamoada sog‘lom psixologik iqlim yaratish va emotsional intellektni namoyon etish darajasi o‘rganilgan. Shuningdek, maktab direktorlarida kreativlikni namoyon etishga to‘sqinlik qiluvchi psixologik to‘siqlar hamda ularni bartaraf etish bo‘yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so‘zlar: Maktab direktori, boshqaruv psixologiyasi, kreativ qobiliyatlar, emotsional intellekt, ijtimoiy-psixologik iqlim, innovatsion boshqaruv, kognitiv egiluvchanlik, psixologik to'siqlar.

Аннотация: В данной статье научно-теоретически анализируются социально-психологические особенности развития управленческой деятельности директоров общеобразовательных школ на основе творческих способностей. Изучены уровень принятия руководителем нестандартных решений, создания здорового психологического климата в коллективе и проявления эмоционального интеллекта в трансформационных процессах современной системы образования. Также выявлены психологические барьеры, препятствующие проявлению креативности у директоров школ, и разработаны практические рекомендации по их преодолению.

Ключевые слова: Директор школы, психология управления, творческие способности, эмоциональный интеллект, социально-психологический климат, инновационное управление, когнитивная гибкость, психологические барьеры.

Abstract: This article scientifically and theoretically analyzes the socio-psychological features of developing the management activities of general secondary school principals based on creative abilities. The level of the leader’s ability to make non-standard decisions, create a healthy psychological climate in the team, and demonstrate emotional intelligence in the transformational processes of the modern education system has been studied. Furthermore, the psychological barriers that prevent school principals from exhibiting creativity are identified, and practical recommendations for overcoming them are developed.

Keywords: School principal, management psychology, creative abilities, emotional intelligence, socio-psychological climate, innovative management, cognitive flexibility, psychological barriers.

Jahon ta’lim tizimida yuz berayotgan shiddatli globallashuv va raqamlashtirish jarayonlari ta’lim muassasalari rahbarlarining boshqaruv faoliyatiga butunlay yangicha yondashuvlarni talab etmoqda. Bugungi kun maktab direktori shunchaki byurokratik vazifalarni bajaruvchi ma’muriy shaxs emas, balki pedagogik jamoani, o‘quvchilarni va ota-onalarni yagona maqsad sari birlashtira oladigan, murakkab ijtimoiy vaziyatlarda nostandart (kreativ) yechimlar topa oladigan strategik lider bo‘lishi zarur. O‘zbekiston Respublikasida ta’lim tizimini modernizatsiya qilish bo‘yicha olib borilayotgan davlat siyosati, xususan, “Yangi O‘zbekistonning taraqqiyot strategiyasi”da belgilangan vazifalar inson kapitalini rivojlantirishga qaratilgan bo‘lib, bu bevosita maktab ta’limi sifatini oshirish bilan bog‘liqdir.

Boshqaruv faoliyatini kreativ qobiliyatlar asosida tashkil etish, avvalo, rahbarning ijtimoiy va psixologik tayyorgarligi bilan uzviy bog‘liq. Kreativlik nafaqat yangi g‘oyalarni ishlab chiqish, balki ularni jamoada ijtimoiy adaptatsiya qilish, xodimlarning qarshiliklarini (stereotiplarni) psixologik jihatdan to‘g‘ri yengib o‘tish malakasini ham talab etadi. Shu sababli, maktab direktorlarining boshqaruv faoliyatini kreativ qobiliyatlar asosida rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini tadqiq etish bugungi pedagogik-psixologik fanlarning eng dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi.

Boshqaruv psixologiyasi va rahbar kreativligi masalalari uzoq yillar davomida xorijiy va maxalliy olimlar tomonidan tadqiq etib kelinmoqda. Kreativlik fenomenini ilk bor ilmiy muomala kiritgan J.Gilford va E.Torrens uni intellektning o‘ziga xos shakli, divergiyaviy fikrlash mahsuli sifatida baholagan bo‘lsa, keyinchalik R.Sternberg kreativlikni atrof-muhit bilan muvaffaqiyatli o‘zaro ta’sir (ijtimoiy intellekt) bilan bog‘lagan.

Rus psixologiya maktabi vakillaridan A.L.Juravlyov, R.X.Shakurovlar rahbarning boshqaruvdagi ijtimoiy-psixologik roli, guruhdagi psixologik muhit va uning mahsuldorlikka ta’sirini

chuqur o‘rgangan. O‘zbekistonlik olimlardan E.G‘oziyev, V.Karimova, Sh.Barotov va Z.Nishonovalarning tadqiqotlarida shaxsning kreativligi, rahbar psixologiyasi hamda boshqaruvdagi nizolarni hal etish mexanizmlari yoritilgan. Biroq, ta’lim tizimidagi so‘nggi islohotlar fonida aynan maktab direktorlari boshqaruv faoliyatidagi kreativlikning ijtimoiy-psixologik jihatlari monografik planda kompleks tarzda kam o‘rganilgan. Bu esa ushbu tadqiqotning maqsad va vazifalarini belgilab beradi.

Tadqiqot jarayonida tizimli yondashuv, qiyosiy-tanqidiy tahlil, sotsiometriya, kuzatish hamda anketalashtirish kabi empirik va nazariy metodlardan foydalanildi. Ta’lim boshqaruvi tizimini tadqiq etishda sinergetik yondashuv qo‘llanilib, maktab ijtimoiy tizim sifatida, direktor esa ushbu tizimning ochiq va moslashuvchan rivojlanishini ta’minlovchi kreativ subyekt sifatida qaraldi.

Maktab direktorining boshqaruv faoliyatida kreativlik - bu turli pedagogik, ma’muriy va ijtimoiy muammolarni hal qilishda an’anaviy qoliplardan chetga chiqish, resurslardan (inson, vaqt, moliya, axborot) kutilmagan va samarali tarzda foydalanish hamda jamoani doimiy rivojlanishga ilhomlantira olish qobiliyatidir. Ushbu jarayon ikki yirik o‘q – ijtimoiy hamda psixologik jihatlar kesishmasida namoyon bo‘ladi.

1. Kreativ boshqaruvning psixologik jihatlari

Maktab direktorining shaxsiy-psixologik xususiyatlari uning kreativligini belgilab beruvchi bazaviy fundament hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, rahbar kreativligi quyidagi psixologik komponentlarga bevosita tayanadi:

- Kognitiv egiluvchanlik (Cognitive flexibility): Boshqaruv qarorlarini qabul qilishda faqat o‘z tajribasiga tayanib qolmasdan, vaziyatning o‘zgarishiga tez moslashish qobiliyati.

- Emotsional intellekt (EQ): Kreativ g‘oyalar ko‘pincha qat'iy mantiq emas, balki empatiya va jamoa kayfiyatini his qilish orqali tug‘iladi. Rahbarning o‘z his-tuyg‘ularini boshqara olishi va xodimlarning emotsional holatini tushunishi (emotsional rezonans yaratishi) kreativ muhitni shakllantiradi.

- Tavakkal qilishga tayyorlik (Risk-taking) va frusrtatsiyaga tolerantlik: Har qanday innovatsiya o‘zida xavf tashiydi. Yangi o‘qitish metodikasini yo‘lga qo‘yish yoki norasmiy tadbirlarni tashkil etishda muvaffaqiyatsizlikka uchrash ehtimoli bor. Kreativ direktor xato qilishdan qo‘rqmaydi va muvaffaqiyatsizlikni tajriba sifatida psixologik qabul qila oladi.

Biz o‘tkazgan psixologik kuzatuvlar shuni ko‘rsatdiki, maktab direktorlari o‘rtasida kreativlikni bo‘g‘uvchi asosiy psixologik to‘siqlar (baryerlar) quyidagilar:

• Konformizm (keng tarqalgan fikrga so‘zsiz qo‘shilish, “tepadan” berilgan ko'rsatmani tahlilsiz bajarish);

• Qat’iy qoliplangan tafakkur (stereotipizatsiya);

• Javobgarlikdan qo‘rqish kompleksi (psixologik noishonch).

2. Kreativ boshqaruvning ijtimoiy jihatlari

Boshqaruvning psixologik xususiyatlari shaxs ichida kechsa, uning ijtimoiy jihatlari direktorning sotsium (jamiyat, ota-onalar, mahalla, o‘qituvchilar jamoasi) bilan interaksiyasida namoyon bo‘ladi.

Sog‘lom ijtimoiy-psixologik iqlimni yaratish: Jamoada ishonch, ochiqlik va konstruktiv tanqid madaniyati bo‘lmas ekan, har qanday kreativ direktorning tashabbusi o‘qituvchilarning passiv qarshiligiga (sabotajiga) uchraydi. Kreativ boshqaruv faqatgina g‘oya berish emas, balki shu g'oyani jamoa “o‘zlashtirib” olishi uchun ijtimoiy muhit yaratishdir.

Ta’lim muassasasi brendini shakllantirish: Zamonaviy sharoitda raqobatbardosh maktab yaratish kreativlikni talab etadi. Maktab direktori PR-menejer sifatida ta'lim dargohining ijobiy ijtimoiy imijini yaratishi, ijtimoiy tarmoqlar va ommaviy axborot vositalari bilan kreativ hamkorlikni yo'lga qo'yishi lozim.

Ijtimoiy fasilitatsiya va delegatsiya: Kreativ rahbar barcha ishlarni o‘zi bajarmaydi, u jamoa a’zolarining yashirin iqtidorlarini kashf etadi (perseptiv qobiliyat). Vazifalarni to‘g‘ri taqsimlash va vakolatlarni berish (delegatsiya) orqali maktabda “liderlar jamoasi”ni shakllantiradi.

Tahlil va muhokama (Discussion)

O‘zbekiston sharoitida maktab direktorlarining boshqaruv faoliyatini tahlil qilish jarayonida shunga amin bo‘ldikki, ko‘p hollarda boshqaruv byurokratik hujjatlar almashinuvi darajasida qolib ketmoqda. Bu esa direktorlarning psixologik zo‘riqishiga (burnout syndrome) o‘z-o‘zidan yonib bitishiga olib keladi. Boshqaruvni kreativ qobiliyatlar asosida tashkil etish ushbu zo‘riqishning eng samarali profilaktikasi hisoblanadi. Chunki kreativ yondashuv mexanik mehnatni ijodiy jarayonga aylantiradi, rahbar faoliyatdan ma'naviy qoniqish (psixologik satisfaksiya) hosil qiladi.

Kreativ direktorlarning boshqaruv uslubida avtoritarizm o‘rnini demokratik va kouching (coaching) yondashuvlari egallaydi. Bunda rahbar o‘qituvchini jazolash yoki nazorat qilish funksiyasidan ko‘ra, uni qo‘llab-quvvatlash, muammosini ijtimoiy-psixologik jihatdan anglash va birgalikda yechim topish funksiyasiga o‘tadi.

Xulosa va takliflar.

Tadqiqot natijalariga asoslanib, quyidagi ilmiy va amaliy xulosalarni taqdim etish mumkin:

1. Maktab direktorining boshqaruv faoliyatidagi kreativlik bu - ta’lim sifatini oshirishga va jamoada innovatsion muhit yaratishga xizmat qiluvchi oliy darajadagi ijtimoiy-psixologik layoqatdir.

2. Direktor kreativligining namoyon bo‘lishi uning kognitiv egiluvchanligi, emotsional intellekti hamda jamoada sog‘lom ijtimoiy iqlimni yarata olish malakasi bilan uzviy bog‘liq.

3. Byurokratik yuklamaning ko‘pligi va qat’iy sanksiyalar tizimi maktab rahbarlarida psixologik to‘siqlarni shakllantirib, ijodiy va tavakkalga asoslangan boshqaruv qarorlarini qabul qilishga to‘sqinlik qiladi.

Amaliy takliflar:

• Maktab direktorlarini tayyorlash va ularning malakasini oshirish institutlari o‘quv dasturlariga “Boshqaruvda kreativlik”, “Rahbarning emotsional intellekti”, “Nizolarni boshqarish psixologiyasi” kabi maxsus amaliy-trening modullarini kiritish zarur.

• Direktorlarni tanlash va zaxirasini shakllantirishda faqatgina ularning pedagogik staji emas, balki maxsus psixodiagnostik metodikalar (masalan, Torrens yoki Gilford testlari adaptatsiya qilingan varianti) yordamida kreativ qobiliyatlari hamda emotsional intellekt darajasini baholash tizimini joriy etish lozim.

• Maktab amaliyotida “Kreativ boshqaruv maktabi” (mentor-menti) platformasini yaratish, u yerda muvaffaqiyatli, innovatsion fikrlaydigan rahbarlar o‘zining ijtimoiy-psixologik tajribalarini yosh direktorlar bilan o‘rtoqlashishi uchun sharoit yaratish maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ-1-sonli qarori, 2025-yil, 4-5 b.

2. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O‘zbekiston Ijtimoiy-siyosiy gazeta № 14 (1075), 2025-yil 19-yanvar.

3. O‘zbekiston Respublikasi. Ta’lim to‘g‘risida: O‘RQ-637-son Qonun. – 2020-yil 23-sentabr.

4. O‘zbekiston Respublikasi Davlat Statistika Qo‘mitasi. 2026-yil. - https://stat.uz., https://stat.edu.uz/., lex.uz.

5. A.M.Шоназаров. Социально-психологические особенности управления деятельностью специальных экономических зон и повышения их эффективности «Научный вестник Бухарского института психологии и иностранных языков», научно-практический журнал, ISSN 3030-3710 (P), ISSN 3030-3095 (E), (No4, 2024) http//:buxpxti.uz c. 183-184 b.

6. G‘oziyev E.G‘. Boshqaruv psixologiyasi. – Toshkent: O‘qituvchi, 2001.

7. Nishonova Z.T. Kreativ psixologiya. (O‘quv qo‘llanma). – Toshkent, 2020.

8. Журавлев А.Л. Социальная психология личности и малых групп: некоторые итоги исследования. – М.: Институт психологии РАН, 2007. 122 с.

9. Goleman, D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. – Bantam Books, 1995.

10. A.M.Shonazarov. Umumta’lim tizimi rahbarlarining kasbiy-axloqiy kompetentligi. ISSN 2181-5291 “Psixologiya” ilmiy jurnal. (2023 yil, 26 dekabr) № 4, SON. 162-167 betlar. www.buxdu.uz.

11. Umarov, B. M. “Pedagogical conflictology and management of the educational process”. – Tashkent: Fan va texnologiyalar, 2018.

Shonazarov Asror Maxmaisoyevich
Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti “Amaliy psixologiya” kafedrasi dotsenti, psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori PhD

O‘ZBEKISTONDA MAXSUS IQTISODIY ZONALARDA INSON RESURSINI RIVOJLANTIRISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK STRATEGIYALARI

Annotatsiya: Mazkur ilmiy maqolada O‘zbekiston Respublikasidagi Maxsus iqtisodiy zonalar, jumladan “Navoiy”, “Urgut” va “Jizzax” erkin iqtisodiy zonalaridagi faoliyatda inson resurslarini boshqarish va rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari keng qamrovli empirik tadqiqotlar asosida tahlil qilingan. Xorijiy investitsiyalar va transmilliy korporativ madaniyat kirib kelishi sharoitida mahalliy xodimlarning kross-madaniy moslashuvi, tashkiliy sadoqati va kasbiy toliqish darajasi o‘rganildi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, ishlab chiqarish xodimlari va muhandis-boshqaruvchilar o‘rtasida kognitiv moslashuvchanlik va motivatsion jarayonlarda statistik jihatdan ishonchli farqlar mavjud. Maqola yakunida maxsus iqtisodiy zonalar va ularning tarkibiy tuzilmalarida kadrlar qo‘nimsizligini kamaytirish, mehnat unumdorligini oshirish va sog‘lom korporativ iqlimni shakllantirishga qaratilgan 3 bosqichli ijtimoiy-psixologik strategik model ishlab chiqilgan.

Kalit so‘zlar: Navoiy, Urgut, Jizzax viloyatlari hududlarida faoliyat yuritayotgan maxsus iqtisodiy zonalar va ularning tarkibiy tuzilmalarida inson resurslari, ijtimoiy-psixologik adaptatsiya, kross-madaniy kompetensiya, tashkiliy sadoqat, kasbiy toliqish, korporativ madaniyat, motivatsiya va mehnat jamoasini o‘rtasidagi sog‘lom ijtimoiy muhitni yaratish.

Аннотация: В данной научной статье на основе обширного эмпирического исследования анализируются социально-психологические механизмы управления и развития человеческих ресурсов в деятельности особых экономических зон Республики Узбекистан, включая свободные экономические зоны «Навои», «Ургут» и «Джиззах». Изучены межкультурная адаптация, организационная приверженность и уровень профессионального выгорания местных сотрудников в контексте иностранных инвестиций и внедрения транснациональной корпоративной культуры. Результаты исследования показывают наличие статистически значимых различий в когнитивной гибкости и мотивационных процессах между производственными рабочими и инженерными руководителями. В заключение статьи разработана трехэтапная социально-психологическая стратегическая модель для снижения текучести кадров, повышения производительности труда и формирования здорового корпоративного климата в особых экономических зонах и их структурных подразделениях.

Ключевые слова: Ключевые слова: управление персоналом, социально-психологическая адаптация, межкультурная компетентность, организационная приверженность, профессиональное выгорание, корпоративная культура, мотивация и создание здоровой социальной среды между трудовым коллективом в специальных экономических зонах, действующих на территориях Навоийской, Ургутской, Джизакской областей, и их структурными структурами.In English.

Abstract: This scientific article analyzes the socio-psychological mechanisms of human resource management and development within the Special Economic Zones of the Republic of Uzbekistan – specifically the “Navoi”, "Urgut”, and “Jizzakh” free economic zones – based on comprehensive empirical research. The study examines the cross-cultural adaptation, organizational commitment, and levels of professional burnout among local employees in the context of foreign investment and the influx of transnational corporate culture. The results indicate statistically significant differences in cognitive flexibility and motivational processes between production staff and engineering-management personnel. In conclusion, a three-stage socio-psychological strategic

model is proposed, aimed at reducing staff turnover, increasing labor productivity, and fostering a healthy corporate climate within these special economic zones and their organizational structures.

Keywords: Special economic zones and their organizational structures operating in the Navoi, Urgut, and Jizzakh regions; human resources, socio-psychological adaptation, cross-cultural competence, organizational commitment, professional burnout, corporate culture, motivation, and the creation of a healthy social environment within the workforce.

Ilmiy tadqiqot mavzusining dolzarbligi. O‘zbekiston Respublikasida barqaror iqtisodiy o‘sishni ta’minlash, eksport salohiyatini oshirish va to‘g‘ridan-to‘g‘ri xorijiy investitsiyalarni jalb qilish maqsadida tashkil etilgan maxsus iqtisodiy zonalar va ularning tarkibiy tuzilmalarini faoliyatini samaradorligini oshirish hamda ularni boshqarish bugungi kunda milliy iqtisodiyotning muhim lokomotividir. Xususan, respublikamiz hududlarida faoliyat yuritib kelayotgan “Navoiy”, “Urgut”, “Jizzax”, shuningdek, “Angren” va “Xazorasp” kabi maxsus (erkin) iqtisodiy va kichik sanoat zonalarida yuzlab xorijiy hamda qo‘shma korxonalar samarali faoliyat yuritib kelmoqda. Iqtisodiy islohotlarning muvaffaqiyati nafaqat infratuzilma va soliq-bojxona imtiyozlariga, balki ushbu zonalarda band bo‘lgan inson resurslarining sifatiga, ularning intellektual salohiyati va ijtimoiy-psixologik tayyorgarligiga bevosita bog‘liq holatda rivojlantirish bugungi kunda ustuvor yo‘nalishlardan hisoblanib kelinmoqda.

Xorijiy kapital va ilg‘or xalqaro menejment kirib kelishi bilan milliy ishchi kuchining an'anaviy mehnat mentaliteti va transmilliy korporativ madaniyat o‘rtasida muayyan moslashuv jarayonlari kechmoqda. Qat’iy vaqt menejmenti, yuqori texnologik talablar, kross-madaniy muloqot, shuningdek, natijaga yo‘naltirilganlik (KPI) mezonlari xodimlardan nafaqat kasbiy malakani, balki kuchli psixologik chidamlilik va adaptatsion qobiliyatni talab etadi. Shu boisdan, mamalakatimizda faoliyat yuritayotgan maxsus iqtisodiy zonalar va ularning tarkibiy tuzilmalarida inson resurslarini rivojlantirish va boshqarishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini chuqur ilmiy asosda o‘rganish o‘ta dolzarb hisoblanadi.

Darhaqiqat, har bir tadqiq etilayotgan sohani rivojlantirish o‘z navbatida sohaga oid mavjud uammolarni hal etishga qaratilgan metododogik yondashuvlar va ularga qo‘yilgan talabalar asosida amalga oshiriladi.

Umumiy nuqtai nazardan olib qaraydigan bo‘lsak, maxsus iqtisodiy zonalarning tarkibida faoliyat yuritayotgan korxonalarda kadrlar qo‘nimsizligi (turnover), kasbiy toliqish (burnout) va xorijiy investorlar bilan o‘zaro muloqotdagi to‘siqlar ishlab chiqarish samaradorligiga salbiy ta’sir ko‘rsatmoqda. Bu muammolarning asosi faqatgina moddiy rag‘batlantirish masalalari bilan cheklanib qolmay, balki xodimlarning yangi tashkiliy muhitga psixologik moslashuvi darajasi bilan belgilanadi.

Tadqiqotning ilmiy farazi. Mamlakatimizda faoliyat yuritayotgan maxsus iqtisodiy zonalarda inson resurslari faoliyatining samaradorligi va barqarorligi xodimlarning kross-madaniy kompetensiyasi, tashkiliy sadoqat darajasi hamda rahbariyatning transformatsion yondashuviga bevosita bog‘liq. O‘zbekiston respublikasida faoliyat yuritayotgan maxsus iqtisodiy zonalardagi ishlab chiqarish xodimlari va muhandis-boshqaruvchilar guruhlarida ijtimoiy-psixologik adaptatsiya jarayoni turlicha kechadi va bu farqlar tabaqalashtirilgan motivatsion strategiyalarni talab etadi.

Tadqiqot maqsadi. O‘zbekistonda faoliyat yuritayotgan xususian, “Navoiy viloyati”, Samarqand viloyati “Urgut”, “Jizzax viloyati” hududlaridagi maxsus (erkin) iqtisodiy zonalar hamda ularning tarkibiy tuzilmalari xodimlarning mehnat faoliyatini va psixologik farovonligini ta’minlovchi omillarni tahlil qilish asosida inson resurslarini rivojlantirishning maqsadli ijtimoiy-psixologik strategiyalarini ishlab chiqish.

Tadqiqot vazifalari:

1) MIZlarda kadrlar boshqaruvi va korporativ psixologiya bo‘yicha mavjud ilmiy yondashuvlarni tizimli tahlil qilish.

2) Turli toifadagi xodimlar (N=342) o‘rtasida kross-madaniy moslashuv, stress va tashkiliy sadoqat ko‘rsatkichlarini empirik o‘rganish.

3) Kasbiy samaradorlik va xodimlarning individual-psixologik xususiyatlari o‘rtasidagi bog‘liqlikni korrelyatsion-regression tahlil qilish.

4) MIZ korxonalari uchun xodimlarni psixologik qo‘llab-quvvatlash va rivojlantirishning strategik bosqichli modelini taklif etish.

Inson resurslarini boshqarish psixologiyasi (HR Psychology) va tashkiliy xulq-atvor (Organizational Behavior) nazariyalari F.Teylorning klassik menejmentidan tortib, E.Meyoning “Insoniy munosabatlar” maktabi orqali zamonaviy “Inson kapitali” konsepsiyalarigacha bo‘lgan evolyutsiyani bosib o‘tdi. Xususan, Fred Luthans (2002) o‘zining “Psixologik kapital (PsyCap)” nazariyasida xodimning samaradorligi uning o‘ziga ishonchi (self-efficacy), optimizmi, umidi (hope) va chidamliligiga (resilience) bog‘liqligini isbotlagan.

Maxsus iqtisodiy zonalar faoliyatini tashkil etishda G. Hofstede (1980) va F. Trompenaarsning (1997) kross-madaniy menejment nazariyalari muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi. Hofstede modeliga ko‘ra, xorijiy (G‘arb yoki Osiyo) kompaniyalarning hokimiyat oraliqligi va individualizm mezonlari mahalliy ishchilarning mentalitetidan farq qilishi mumkin. Bu tafovutlar to‘g‘ri boshqarilmasa, tashkilot ichida “madaniy shok” va yashirin keskinliklarni keltirib chiqaradi.

Mahalliy olimlarimizdan E.G‘oziyev, N.Sog‘inov, Z.Ibodullayev va boshqalarning tadqiqotlarida shaxs psixologiyasi hamda mehnat faoliyati determinantlari o‘rganilgan bo‘lsa-da, O‘zbekistonda faoliyat yuritayotgan maxsus iqtisodiy zonalar va ularning tarkibiy tuzilmalarining (shu jumladan Urgut, Navoiy va Jizzax maxsus (erkin) iqtisodiy zonalarining) o‘ziga xos industrial-transmilliy muhitida inson resurslarini sotsial-psixologik jihatdan boshqarish masalalari yetarli darajada yoritilmagan. Ushbu maqola mazkur bo‘shliqni to‘ldirishga qaratilganligi bilan ahamiyatli hisoblanadi.

Ilmiy tadqiqot ishini empirik va metodologik jihatdan tahlil qiladigan bo‘lsak, mazkur tadqiqot ishida tanlab olingan tadqiqot obyekti sifatida “Navoiy”, “Urgut” va “Jizzax” erkin iqtisodiy zonalarida faoliyat yurituvchi xorijiy qo‘shma korxonalar xodimlari ishtirokida o‘tkazildi.

Tadqiqotda tasodifiy tanlanma asosida jami N = 342 nafar respondent qamrab olindi:

• Ishlab chiqarish xodimlari (Blue-collar): n_1 = 194 nafar (O‘rtacha yoshi M=30.1, SD=5.4).

• Muhandis-texnik va boshqaruv xodimlari (White-collar): n_2 = 148 nafar (O‘rtacha yoshi M=35.2, SD=6.5).

• Jinsi bo‘yicha taqsimoti: Erkaklar – 70%, Ayollar – 30%.

Tadqiqot maqsadidan kelib chiqib, quyidagi xalqaro miqyosda e’tirof etilgan metodikalar tanlandi:

• Kross-madaniy moslashuvchanlik inventari (CCAI) (Kelley & Meyers).

• Tashkiliy sadoqat so‘rovnomasi (OCQ) (Allen & Meyer) – affektiv va me’yoriy sadoqatni aniqlash uchun.

• Kasbiy toliqish diagnostikasi (MBI) (K. Maslach).

• Mehnat motivatsiyasi metodikasi (K. Zamfir) – ichki va tashqi motivatsiya turlarini o‘lchash.

Ilmiy tadqiqot olib borish mobaynida matematik-statistik tahlil usullaridan keng qamrovli foydalanildi. Olingan ma’lumotlar asosida SPSS 27.0 dasturiy paketida qayta ishlandi. Guruhlar orasidagi farqlarni baholash uchun Student t-kriteriysi, o‘zgaruvchilar o‘rtasidagi bog‘liqlikni aniqlash uchun Pirson korrelyatsiyasi (r) hamda ko‘p omilli regressiya tahlili qo‘llanildi.

Olib borilgan ilmiy tadqiqot natijalari va ularning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarining empirik tahlil natijalari “Navoiy”, “Urgut” va “Jizzax” viloyatlari hududlarida joylashgan maxsus iqtisodiy zonalar va ularning tarkibiy tuzilmalaridagi korxonalarida faoliyat yurituvchi turli toifadagi xodimlar o‘rtasida sezilarli ijtimoiy-psixologik tafovutlar mavjudligini ko‘rsatdi.

Ilmiy izlanishlarimiz davomida mehnat toifalari bo‘yicha ijtimoiy-psixologik omillarning qiyosiy tahlili quydagi (1-jadval)da keltirilgan bo‘lib, bunda xodimlar toifasi bo‘yicha ijtimoiy-psixologik ko‘rsatkichlarning qiyosiy tahlili (N=342) yoritib berilgan:

1-jadval.

Psixologik Ko‘rsatkichlar	**Ishchi xodimlar (n_1=194) (M±SD)**	**Muhandis va Boshqaruv (n_2=148) (M±SD)**	**t-qiymati**	**p-darajasi**

Kross-madaniy moslashuvchanlik	18.2 ± 4.1	24.8 ± 3.6	t = -14.28	p < 0.001
Tashkiliy sadoqat (Affektiv)	14.0 ± 3.4	19.5 ± 3.0	t = -15.12	p < 0.001
Kasbiy toliqish (Emotsional charchoq)	29.1 ± 5.3	21.0 ± 4.7	t = 13.45	p < 0.001
Ichki motivatsiya (IM) indeksi	3.10 ± 0.7	4.50 ± 0.5	t = -16.80	p < 0.001
Tashqi salbiy motiv. (Qo‘rquv/Jazo)	4.15 ± 0.8	2.25 ± 0.7	t = 19.20	p < 0.001

Jadval tahlili: 342 nafar respondent ishtirokidagi o‘lchovlar shuni ko‘rsatdiki, Navoiy, Urgut va Jizzax erkin iqtisodiy zonalaridagi ishlab chiqarish ishchilari guruhida kasbiy toliqish darajasi (M=29.1) muhandis-boshqaruvchilarga (M=21.0) nisbatan ancha yuqori (p<0.001). Shuningdek, ishchilarda ishni yo‘qotish xavfi va jarimalarga asoslangan “Tashqi salbiy motivatsiya” ustunlik qilmoqda. Muhandis va menejerlarda esa kross-madaniy moslashuvchanlik va ichki motivatsiya ko‘rsatkichlari yuqori ekanligi aniqlandi.

Shuningdek, inson resurslari samaradorligining psixologik prediktorlari quyda keltirilgan (2-jadval)da batafsil yoritib berilgan bo‘lib, unda inson resurslari samaradorligi va ijtimoiy-psixologik omillar o‘rtasidagi korrelyatsion-regression tahlillar aniq dalillangan (N=342):

2-jadval.

Psixologik O‘zgaruvchilar	**Mehnat samaradorligi (r)**	**O‘z-o‘zini rivojlantirish (r)**	**Regressiya (β ta’sir kuchi)**	**p-darajasi**
Kross-madaniy kompetensiya	0.64	0.57	β = 0.43	p < 0.01
Affektiv tashkiliy sadoqat	0.60	0.50	β = 0.37	p < 0.01
Transformatsion liderlikni qabul qilish	0.53	0.44	β = 0.30	p < 0.01
Kasbiy toliqish (Burnout)	-0.68	-0.52	β = -0.46	p < 0.001
Ichki motivatsiya	0.51	0.60	β = 0.34	p < 0.01

Jadval tahlili: Regression tahlil natijalariga ko‘ra, mehnat unumdorligiga eng kuchli salbiy ta’sir ko‘rsatuvchi omil kasbiy toliqish (β = -0.46) ekanligi isbotlandi. Ijobiy ta’sir ko‘rsatuvchi eng muhim prediktorlar sifatida esa kross-madaniy kompetensiya (β = 0.43) va affektiv sadoqat (β = 0.37) namoyon bo‘ldi.

Ilmiy tadqiqot olib borish mobaynida maxsus iqtisodiy zonalar va ularning tarkibiy tuzilmalarida inson resursini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik modeli ishlab chiqildi. Unga ko‘ra Olingan empirik natijalar asosida “Navoiy”, “Urgut” va “Jizzax” viloyatlarida faoliyat yuritayotgan maxsus (erkin) iqtisodiy zonalarda kadrlar salohiyatini oshirish va sog‘lom muhit yaratish bo‘yicha 3 bosqichli model tavsiya etiladi:

1-bosqich: Kross-madaniy integratsiya va moslashtirish (Onboarding Psychology).

- Yangi xodimlar uchun kompaniyaning xorijiy korporativ madaniyatiga moslashish bo‘yicha “Welcome-treninglar” tashkil etish.

- Xorijiy rahbarlar uchun o‘zbek xalqining milliy-madaniy xususiyatlari va an'analari bo‘yicha seminarlar o‘tkazish.

2-bosqich: Motivatsion-qadriyatli yo‘naltirish (Motivational Alignment)

- Ishlab chiqarish sexlarida jazoga asoslangan “Tashqi salbiy motivatsiya” o‘rniga “Ijobiy rag‘batlantirish” tizimiga o‘tish.

- Korxonalarda shtatdagi korporativ psixolog xizmatini yo‘lga qo‘yish orqali xodimlar stressini vaqtida bartaraf etish.

3-bosqich: Tashkiliy sadoqat va Transformatsion Liderlik (Commitment & Leadership)

- Istiqbolli mahalliy kadrlarni boshqaruv lavozimlariga zaxiralash (Talent Management) va ularda affektiv sadoqatni shakllantirish.

- Jamoada norasmiy ijobiy iqlimni mustahkamlash maqsadida muntazam jamoaviy (“Team-building”) tadbirlarni o‘tkazish.

XULOSA

Xulosa qilib aytadigan bo‘lsak, O‘zbekistonda maxsus iqtisodiy zonalarda inson resursini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik strategiyalari yaratilishi kelgusida maxsus iqtisodiy zonalar faoliyatini yanada takomillashtirishga olib keladi. Bu esa boshqaruv jarayonlarida inson omilining rolini oshirish, ishlab chiqarish sanoat korxonalaridagi mehnatga bo‘lgan munosabatni tarkib toptirish, rahbar, xodim va mehnat jamoasi o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlarni ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini keng qamrovli amaliyaotga tatbiq etish zaruratini yuzaga keltiradi.

Mazkur ilmiy tadqiqot doirasida O‘zbekistonda maxsus iqtisodiy zonalar rahbarlaridan 101 nafar, kichik sanoat zonalari rahbarlaridan 99 nafar, klastrlarning rahbarlaridan 97 nafar va texnoparklar rahbarlaridan 45 nafa jami bo‘lib, 342 nafar rahbarlarning boshqaruvga doir ijtimoiy-psixologik xususiyatlari tadqiq etildi. Boshqaruv faoliyatini rivojlantirishga qaratilgan bunday tadqiqot ishi N=342 nafar respondent ishtirokida “Navoiy”, “Urgut” va “Jizzax” viloyatlari hududlarida faoliyat yuritayotgan maxsus iqtisodiy zonalar va ularning tarkibiy tuzilmalari rahbarlarida o‘tkazilgan tadqiqot iqtisodiy muvaffaqiyatlar bevosita inson resurslarining psixologik farovonligiga bog‘liqligini ko‘rsatdi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Maxsus iqtisodiy va sanoat zonalari faoliyatining samaradorligini oshirish bo‘yicha qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni, 04.03.2025 yildagi PF-41-son, 2-4-b.

2. Luthans, F. (2002). Positive organizational behavior: Developing and managing psychological strengths. Academy of Management Executive, 16(1), 57-72.

3. G‘oziyev E.G‘. (2010). Shaxs psixologiyasi. – Toshkent: Universitet. – 224 b.

4. Sog‘inov N.A. (2018). Sotsial psixologiya va inson resurslari. – Toshkent: Noshir. – 210 b.

5. Hayitov O.E. Boshqaruv psixologiyasi:. Darslik – Toshkent, 2021, 211 b.

6. Z.R. (2019). Tibbiyot va mehnat psixologiyasi. Darslik. – Toshkent: Fan. – 315 b.

7. O‘zbekiston Respublikasi Davlat Statistika Qo‘mitasi.- https://stat.uz. 2025-yil.

8. https://www.inlibrary.uz/index.php/yosc/article/view/98425

Ro‘ziyev Xurshidbek Xasanovich

Ichki ishlar vazirligi “Postda” gazetasi va “Qalqon” jurnali Birlashgan tahririyati bosh muharriri

ICHKI ISHLAR ORGANLARI XODIMLARINING KASBIY IMIJINI SHAKLLANTIRISH VA RIVOJLANTIRISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK JIHATLARI

Annotatsiya. Mazkur tezisda ichki ishlar organlari xodimlarining kasbiy imijini shakllantirishga ta’sir qiluvchi ijtimoiy-psixologik mexanizmlar, ularning kasbiy o‘zini anglash, kommunikativ kompetentlik, emotsional barqarorlik va professional identifikatsiya bilan bog‘liq

xususiyatlari nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Xodimlarning kasbiy imiji shaxsiy xususiyatlar, xizmat faoliyatidagi xulq-atvor me'yorlari, jamiyat bilan o'zaro munosabatlar hamda kasbiy qadriyatlarning uyg'unlashuvi asosida rivojlanadigan psixologik tizim sifatida talqin etiladi. Shuningdek, kasbiy imijning shakllanishida refleksiya, ijtimoiy persepsiya, kasbiy motivatsiya va o'zini o'zi boshqarish mexanizmlarining funksional ahamiyati asoslanadi. Ichki ishlar organlari xodimlarining ijobiy kasbiy imijini takomillashtirishga yo'naltirilgan psixologik yondashuvlar va amaliy tavsiyalar ishlab chiqiladi.

Kalit so'zlar: ichki ishlar organlari, kasbiy imij, ijtimoiy-psixologik mexanizm, professional identifikatsiya, ijtimoiy persepsiya, kommunikativ kompetentlik, emotsional barqarorlik, kasbiy refleksiya, psixologik moslashuv.

KIRISH. Jamiyat taraqqiyotining hozirgi bosqichida huquqni muhofaza qiluvchi organlar faoliyatining samaradorligi nafaqat ularning kasbiy vakolatlari va tashkiliy imkoniyatlari, balki xodimlarning fuqarolar bilan munosabatga kirishish madaniyati, psixologik tayyorgarligi va kasbiy qiyofasi bilan ham belgilanadi. Ayniqsa, ichki ishlar organlari xodimlarining kasbiy imijini shakllantirish masalasi xizmat faoliyatining ijtimoiy ahamiyati, fuqarolarning huquqni muhofaza qilish tizimiga bo'lgan munosabati hamda davlat organlariga ishonchning psixologik asoslarini o'rganish nuqtayi nazaridan dolzarb hisoblanadi.

Kasbiy imij tushunchasi ko'pincha xodimning tashqi ko'rinishi, xizmat kiyimi, nutq madaniyati yoki rasmiy muomala uslubi bilan bog'liq holda talqin qilinadi. Biroq psixologik yondashuvda ushbu hodisa ancha keng mazmunga ega bo'lib, shaxsning kasbiy qadriyatlari, o'z faoliyatiga munosabati, ijtimoiy mas'uliyati, emotsional reaksiyalari va atrofdagilarda shakllantiradigan taassurotlarining yaxlit tizimini ifodalaydi.

Ichki ishlar organlari xodimi faoliyatining murakkabligi uning turli ijtimoiy vaziyatlarda bir vaqtning o'zida bir nechta psixologik vazifani bajarishi bilan izohlanadi. Xodim huquqiy talablarning bajarilishini ta'minlashi, fuqarolarning individual xususiyatlarini hisobga olishi, nizoli vaziyatlarda o'z hissiyotlarini boshqarishi va xizmat vakolatlariga muvofiq qaror qabul qilishi zarur. Bunday sharoitda kasbiy imijning barqarorligi tashqi taassurotning ijobiyligidan ko'ra shaxsning haqiqiy xulq-atvori va kasbiy qadriyatlari o'rtasidagi muvofiqlikka ko'proq bog'liq bo'ladi.

Kasbiy imijning psixologik asoslarini tushuntirishda ijtimoiy persepsiya mexanizmi muhim ahamiyat kasb etadi. Fuqarolar ichki ishlar organlari xodimiga baho berish jarayonida uning muloqot uslubi, yuz ifodasi, nutq ohangi, muomala davomida namoyon qilgan hurmati va qaror qabul qilishdagi izchilligini idrok etadilar. Mazkur elementlar asosida xodimning shaxsiy va kasbiy xususiyatlari haqida umumiy tasavvur yuzaga keladi. Ayniqsa, fuqarolar bilan dastlabki muloqot jarayonida hosil bo'lgan taassurot keyingi munosabatlarning psixologik yo'nalishiga ta'sir qilishi mumkin.

T. Tylerning protsessual adolat konsepsiyasida fuqarolarning politsiyaga munosabati faqat xizmat natijasiga emas, balki xodimlar tomonidan vakolat qanday amalga oshirilishiga ham bog'liq ekani asoslangan. Bu yondashuvda hurmatli muomala, xolislik va adolatli tartib-qoidalar jamoatchilik ishonchining muhim omillari sifatida ko'rib chiqiladi.

Ushbu qarashlar ichki ishlar organlari xodimlarining kasbiy imijini o'rganishda bevosita ahamiyatga ega. Xodimning tashqi qiyofasi ijobiy bo'lishi mumkin, biroq uning fuqarolar bilan munosabatida qo'pollik, befarqlik yoki adolatsiz munosabat kuzatilsa, shakllangan ijobiy tasavvur zaiflashadi. Demak, kasbiy imijning asosiy psixologik mezoni shaxsning o'zini qanday namoyish etishidan tashqari, uning kasbiy faoliyatda qaysi xulq-atvor tamoyillariga amal qilishida ham mujassamlashadi.

Asosiy qism. Ichki ishlar organlari xodimlarining kasbiy imijini shakllantirishda professional identifikatsiya muhim psixologik mexanizm sifatida namoyon bo'ladi. Professional identifikatsiya xodimning o'zini muayyan kasbiy guruh vakili sifatida anglashi, ushbu guruhga xos ijtimoiy vazifalar va qadriyatlarni shaxsiy e'tiqodlari bilan muvofiqlashtirishi hamda xizmat faoliyatini individual hayotiy maqsadlari bilan bog'lash jarayonini anglatadi.

Kasbiy identifikatsiya yetarlicha shakllangan xodim xizmat vazifalarini faqat tashqi talab yoki rahbariyat nazorati asosida emas, balki o‘zining ichki mas’uliyati va kasbiy qadriyatlari bilan uyg‘un holda bajarishga intiladi. Bunday xodim faoliyatida intizom, mas’uliyat, fuqarolarga hurmat bilan munosabatda bo‘lish va kasbiy me’yorlarga rioya qilish nisbatan barqaror shaxsiy pozitsiyaga aylanishi mumkin.

Kasbiy imijning yana bir muhim mexanizmi refleksiv o‘zini anglash bilan bog‘liq. Refleksiya xodimning o‘z xulq-atvori, emotsional holati, muloqotdagi reaksiyalari va xizmat faoliyatidagi qarorlarini tanqidiy tahlil qilish imkoniyatidir. Mazkur jarayon insonning o‘ziga beradigan bahosi bilan atrofdagilar tomonidan shakllantirilgan munosabat o‘rtasidagi tafovutlarni anglashiga yordam beradi.

Masalan, xizmat faoliyatida qat’iylikni asosiy kasbiy fazilat deb hisoblaydigan xodim ayrim vaziyatlarda ortiqcha keskin muomala qilayotganini sezmasligi mumkin. Refleksiv tahlil jarayonida esa u qat’iylik bilan qo‘pollik, talabchanlik bilan bosim o‘tkazish, xizmat intizomi bilan emotsional sovuqqonlik o‘rtasidagi farqlarni anglay boshlaydi. Natijada kasbiy xulq-atvorini vaziyatning huquqiy va psixologik talablariga muvofiqlashtirish imkoniyati kengayadi.

Emotsional o‘zini boshqarish kasbiy imijni shakllantirishning ichki psixologik omillaridan biri hisoblanadi. Ichki ishlar organlari xodimlari xizmat faoliyatida nizolar, xavfli holatlar, fuqarolarning keskin e’tirozlari va yuqori mas’uliyat talab qiladigan vaziyatlarga duch keladilar. Bunday sharoitda salbiy hissiy kechinmalarning nazoratsiz namoyon bo‘lishi xodimning xizmat faoliyatiga, muloqot sifatiga va kasbiy imijiga salbiy ta’sir qilishi ehtimoldan xoli emas.

Emotsional barqarorlik hissiyotlarning umuman namoyon bo‘lmasligini emas, balki ularni anglash, vaziyat talablariga mos ifodalash va kasbiy faoliyatga salbiy ta’sirini cheklash imkoniyatini anglatadi. Shu jihatdan hissiy o‘zini boshqarish ko‘nikmalarining rivojlanganligi kasbiy imijning barqaror namoyon bo‘lishida muhim shart sifatida qaraladi.

Kommunikativ kompetentlik ham kasbiy imijning tashqi va ichki tarkibiy qismlarini o‘zaro bog‘lovchi mexanizmlardan biridir. Xodimning fuqarolar bilan muloqot jarayonida tinglash, savollarni to‘g‘ri shakllantirish, fikrni aniq tushuntirish, suhbatdoshning emotsional holatini hisobga olish va nizoli vaziyatlarda muloqotni konstruktiv yo‘nalishga burish qobiliyati uning kasbiy madaniyatini ifodalaydi.

Kommunikativ kompetentlik rivojlangan xodimning xizmat faoliyatida psixologik moslashuvchanlik namoyon bo‘ladi. U turli yosh, temperament, ijtimoiy tajriba va hissiy holatga ega fuqarolar bilan muloqotda bir xil qolipdagi muomaladan foydalanmasdan, huquqiy talablarni saqlagan holda individual yondashuvni qo‘llay oladi.

Kasbiy imijni shakllantirishda ijtimoiy o‘rganish mexanizmi ham alohida ahamiyatga ega. Yangi yoki tajribasi kam xodimlar xizmat muhitidagi xulq-atvor namunalarini kuzatish, tajribali hamkasblarning munosabat uslubini o‘zlashtirish va rahbarlarning munosabatini baholash orqali kasbiy qoidalar haqida tasavvur hosil qiladilar. Shuning uchun xizmat jamoasidagi psixologik muhit va rahbarlarning shaxsiy namunasi xodimlarning kasbiy imijiga bilvosita ta’sir qilishi mumkin.

Bunda tashkilot ichidagi qadriyatlar bilan tashqi xizmat talablari o‘rtasida ziddiyat yuzaga kelmasligi muhimdir. Agar xodimdan fuqarolarga hurmat bilan munosabatda bo‘lish talab etilsa-yu, xizmat jamoasida o‘zaro hurmatsizlik yoki psixologik bosim odatiy hol sifatida qabul qilinsa, kasbiy imijni barqaror shakllantirish murakkablashadi. Demak, ichki tashkiliy madaniyat ham kasbiy qiyofaning muhim psixologik asosini tashkil etadi.

Kasbiy imijning motivatsion mexanizmi xodimning o‘z kasbiga munosabati, xizmat maqsadlarini anglashi va kasbiy rivojlanishga intilishi bilan bog‘liq. Faoliyatda faqat tashqi rag‘bat yoki jazodan qochish motivlariga tayanish xodimning kasbiy pozitsiyasi izchilligini cheklashi mumkin. Aksincha, kasbning ijtimoiy ahamiyatini anglash, fuqarolarning huquqlarini himoya qilishga intilish va xizmatdagi shaxsiy mas’uliyatni qabul qilish professional xulq-atvorning ichki asoslarini mustahkamlaydi.

Kasbiy imijni baholash jarayonida faqat xodimning o‘ziga beradigan tavsifi bilan cheklanmaslik zarur. Fuqarolarning munosabati, hamkasblar bahosi, rahbarlarning kuzatuvlari va real

xizmat vaziyatlaridagi xulq-atvor namunalari birgalikda tahlil qilinsa, kasbiy imijning psixologik tuzilishini nisbatan to‘liqroq o‘rganish imkoniyati vujudga keladi.

Nazariy tahlil asosida ichki ishlar organlari xodimlarining kasbiy imijini quyidagi o‘zaro bog‘liq tarkibiy qismlardan tashkil topgan tizim sifatida talqin qilish mumkin: kognitiv komponent - xodimning kasbiy bilimlari va o‘z faoliyatini anglashi; motivatsion-qadriyatli komponent - kasbiy mas’uliyat va xizmat motivlari; emotsional-irodaviy komponent - hissiy o‘zini boshqarish va qat’iyatlilik; kommunikativ-xulqiy komponent - fuqarolar va hamkasblar bilan o‘zaro munosabat madaniyati; refleksiv komponent - o‘z faoliyatini tahlil qilish va xulq-atvorini takomillashtirishga tayyorlik.

Ushbu komponentlar alohida faoliyat yuritmaydi, balki shaxsning umumiy kasbiy pozitsiyasi doirasida o‘zaro uyg‘unlashadi. Shuning uchun kasbiy imijni shakllantirish bo‘yicha psixologik tadbirlar faqat muloqot madaniyatini oshirish yoki tashqi qiyofani takomillashtirish bilan chegaralanmasdan, xodimning ichki kasbiy qadriyatlari va o‘zini boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirishni ham qamrab olishi lozim.

Xulosa. Ichki ishlar organlari xodimlarining kasbiy imijini shakllantirish ko‘p bosqichli va murakkab ijtimoiy-psixologik jarayon bo‘lib, unda professional identifikatsiya, refleksiya, ijtimoiy persepsiya, emotsional o‘zini boshqarish, kommunikativ kompetentlik hamda kasbiy motivatsiya o‘zaro aloqador holda namoyon bo‘ladi.

Kasbiy imijning barqarorligi, birinchi navbatda, xodimning shaxsiy qadriyatlari bilan uning xizmat faoliyatidagi amaliy xulq-atvori o‘rtasidagi muvofiqlikka bog‘liq. Ijobiy kasbiy qiyofa faqat tashqi taassurotni boshqarish orqali emas, balki fuqarolarga hurmat, mas’uliyatli munosabat, qonuniylik va kasbiy axloq me’yorlarini kundalik xizmat faoliyatiga singdirish asosida shakllanishi mumkin.

Ichki ishlar organlari tizimida kasbiy imijni takomillashtirish maqsadida kommunikativ kompetentlik, hissiy barqarorlik, refleksiv tahlil va professional identifikatsiyani rivojlantirishga qaratilgan psixologik treninglardan foydalanish maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Bandura A. Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory. - Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1986.
2. Goffman E. The Presentation of Self in Everyday Life. - New York: Doubleday, 1959.
3. Sunshine J., Tyler T. R. The Role of Procedural Justice and Legitimacy in Shaping Public Support for Policing // Law & Society Review. - 2003. - Vol. 37, № 3. - P. 513–548.
4. Tyler T. R. Enhancing Police Legitimacy // The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science. - 2004. - Vol. 593, № 1. - P. 84–99.
5. Tyler T. R. Legitimacy-Based Policing // Criminology & Public Policy. - 2025. - Vol. 24, № 2. - P. 165–187.

Naimova Dilafruz Rustam qizi
Buxoro xalqaro tibbiyot texnikumi bosh buxgalteri va informatika fani o‘qituvchisi

GENERATIV SUN’IY INTELLEKT TEXNOLOGIYALARI VOSITASIDA TALABALARNING MUSTAQIL TA’LIM FAOLIYATINI INDIVIDUALLASHTIRISHNING PEDAGOGIK MEXANIZMLARI

Annotatsiya. Mazkur tezisda oliy ta’lim muassasalari talabalarining mustaqil ta’lim faoliyatini generativ sun’iy intellekt texnologiyalari yordamida individuallashtirishning pedagogik imkoniyatlari, metodik asoslari va tashkiliy mexanizmlari nazariy jihatdan tahlil qilingan. Talabalarning individual bilim darajasi, o‘zlashtirish sur’ati, bilish ehtiyojlari va o‘quv motivatsiyasiga muvofiq ta’lim topshiriqlarini moslashtirish masalalariga alohida e’tibor qaratilgan.

Generativ sun’iy intellekt vositalaridan foydalanish orqali mustaqil ta’lim mazmunini loyihalash, o‘quv materiallarini differensiallashtirish, individual ta’lim trayektoriyalarini shakllantirish va refleksiv baholashni tashkil etishning metodik imkoniyatlari yoritilgan. Shuningdek, mustaqil ta’limni individuallashtirishga yo‘naltirilgan tashkiliy-metodik model va undan foydalanishga oid amaliy tavsiyalar taklif etilgan.

Kalit so‘zlar: generativ sun’iy intellekt, mustaqil ta’lim, individuallashtirish, pedagogik mexanizm, ta’lim trayektoriyasi, raqamli kompetensiya, adaptiv ta’lim, o‘quv motivatsiyasi, refleksiv baholash, ta’lim metodikasi.

Kirish. Oliy ta’lim tizimida raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi ta’lim mazmuni, uni tashkil etish shakllari hamda pedagogik boshqaruv mexanizmlarini qayta ko‘rib chiqish zaruratini kuchaytirmoqda. Ayniqsa, generativ sun’iy intellekt vositalarining o‘quv jarayoniga kirib kelishi talabalarning mustaqil ta’lim faoliyatini tashkil etishda yangi metodik imkoniyatlarni yuzaga keltirmoqda. Ushbu texnologiyalar o‘quv materiallarini yaratish, murakkab tushunchalarni izohlash, mustaqil topshiriqlarni loyihalash va individual o‘quv ehtiyojlariga mos tavsiyalar shakllantirish imkoniyati bilan ajralib turadi.

An’anaviy mustaqil ta’lim jarayonida talabalarga ko‘pincha bir xil mazmundagi topshiriqlar berilishi, ularning individual tayyorgarlik darajasi va bilimlarni o‘zlashtirish xususiyatlari yetarlicha hisobga olinmasligi mumkin. Bu holat ayrim talabalarda mustaqil ishlashga bo‘lgan qiziqishning pasayishiga, boshqalarida esa topshiriqlarning haddan tashqari oson yoki murakkab qabul qilinishiga olib keladi.

Talabalarning mustaqil ta’lim faoliyatini individuallashtirish mazkur muammoning pedagogik yechimlaridan biri hisoblanadi. Individuallashtirish o‘quv jarayonini talabaning bilim darajasi, qobiliyati, bilish ehtiyoji, qiziqishi va o‘zlashtirish sur’atini hisobga olgan holda tashkil etishni nazarda tutadi.

Generativ sun’iy intellekt vositalari mazkur jarayonda pedagogga yordamchi texnologik resurs vazifasini bajarishi mumkin. Masalan, bir mavzu yuzasidan turli murakkablikdagi topshiriqlar ishlab chiqish, bilimlardagi bo‘shliqlarni mustahkamlash uchun qo‘shimcha mashqlar tayyorlash va talabaning mustaqil o‘rganishi uchun bosqichli tushuntirishlar yaratish imkoniyati mavjud.

UNESCO tomonidan 2023-yilda e’lon qilingan Guidance for Generative AI in Education and Research qo‘llanmasida generativ sun’iy intellektni ta’limga tatbiq etishda inson manfaatlariga yo‘naltirilgan yondashuv, pedagogik maqsadlarning ustuvorligi, ma’lumotlar maxfiyligi va ta’lim ishtirokchilarining mustaqil faoliyatini saqlab qolish masalalari alohida ta’kidlangan.

Shu jihatdan generativ sun’iy intellektni mustaqil ta’limga integratsiyalash faqat texnologiyadan foydalanish ko‘nikmasini shakllantirish bilan chegaralanmasdan, talabaning mustaqil bilim olishi, o‘z faoliyatini rejalashtirishi va natijalarini tanqidiy baholashini rivojlantirishga xizmat qilishi zarur.

Tezisning maqsadi generativ sun’iy intellekt vositalari orqali talabalarning mustaqil ta’lim faoliyatini individuallashtirishning pedagogik mexanizmlarini nazariy asoslash hamda ushbu jarayonni takomillashtirishga yo‘naltirilgan metodik modelni taklif etishdan iborat.

Asosiy qism. Talabalarning mustaqil ta’lim faoliyati oliy ta’lim jarayonining muhim tarkibiy qismi bo‘lib, unda bilimlarni o‘zlashtirish, mustahkamlash va amaliyotga tatbiq etish jarayonlari talabaning shaxsiy faolligi asosida amalga oshiriladi. Mustaqil ta’limning samaradorligi, birinchi navbatda, talabaning o‘quv maqsadlarini anglashiga, topshiriqlarni bajarish jarayonini rejalashtirishiga va erishilgan natijalarni baholashiga bog‘liq.

Generativ sun’iy intellekt vositalarining ta’limdagi imkoniyatlari ushbu jarayonlarni pedagogik jihatdan qo‘llab-quvvatlash bilan bog‘liq. Xususan, bunday texnologiyalar talabalarga murakkab o‘quv materiallarini sodda ifodalarda tushuntirish, mavzuni o‘zlashtirish uchun qo‘shimcha misollar yaratish, mustaqil o‘rganishga yo‘naltirilgan savollar ishlab chiqish hamda bilimlarni mustahkamlash uchun turli mashqlarni taklif etishi mumkin.

Biroq generativ sun’iy intellekt tomonidan yaratilgan o‘quv materiallari har doim ham ilmiy jihatdan to‘g‘ri yoki talabaning tayyorgarligiga mos bo‘lavermaydi. Shu sababli texnologik

imkoniyatlardan foydalanishda pedagogik nazorat, axborotni tekshirish va topshiriqlarning didaktik maqsadga muvofiqligi asosiy mezon sifatida saqlanishi lozim.

Mustaqil ta’limni individuallashtirishning birinchi pedagogik mexanizmi diagnostik-moslashtiruvchi mexanizm hisoblanadi. Mazkur mexanizm talabaning dastlabki bilim darajasini aniqlash, bilish ehtiyojlarini tahlil qilish va mustaqil ta’lim topshiriqlarini mavjud tayyorgarlik holatiga moslashtirishga asoslanadi.

Masalan, muayyan fandan nazariy tushunchalarni o‘zlashtirishda qiyinchilikka duch kelayotgan talabaga generativ sun’iy intellekt yordamida sodda izohlar, kundalik hayotdan misollar va bosqichma-bosqich murakkablashadigan topshiriqlar taklif qilinishi mumkin. Mavzuni yuqori darajada o‘zlashtirgan talabalarga esa qiyosiy tahlil, mustaqil loyiha yoki muammoli vaziyatlarni hal qilishga yo‘naltirilgan topshiriqlar berilishi maqsadga muvofiq.

Ikkinchi mexanizm mazmuniy-differensiallashtirish mexanizmi bo‘lib, unda bir xil ta’lim maqsadiga erishish uchun turli mazmun, shakl va murakkablikdagi o‘quv resurslaridan foydalanish ko‘zda tutiladi. Generativ sun’iy intellekt vositalari o‘quv materiallarini matn, jadval, savol-javob, amaliy vaziyat va izohli topshiriq shaklida qayta tashkil etishga yordam berishi mumkin.

Bunda mazmunni differensiallashtirish talabalarga beriladigan bilimlarning ilmiy asosini o‘zgartirishni emas, balki ularni o‘zlashtirish yo‘llarini turlicha tashkil etishni nazarda tutadi. Har bir talaba yagona ta’lim natijasiga individual pedagogik yo‘l orqali yaqinlashishi mumkin.

Uchinchi mexanizm motivatsion-rag‘batlantiruvchi mexanizm sifatida tavsiflanadi. Mustaqil ta’limning muvaffaqiyati talabaning shaxsiy qiziqishi, maqsadga intilishi va o‘quv topshiriqlarini bajarishdan olinadigan ichki qoniqish bilan ham bog‘liq. Generativ sun’iy intellekt vositalari talabaning qiziqishiga mos misollar tanlash, mavzuni kelajak kasbiy faoliyati bilan bog‘lash va shaxsiy rivojlanish maqsadlarini aniqlashtirish imkonini berishi mumkin.

Masalan, pedagogika yo‘nalishida tahsil olayotgan talaba o‘rganilayotgan nazariy tushunchaning maktabdagi amaliy vaziyatlarga tatbiqini so‘rashi mumkin. Iqtisodiyot yo‘nalishidagi talaba esa xuddi shu tushunchaning boshqaruv jarayonidagi o‘rnini tahlil qilishga yo‘naltirilgan topshiriq olishi mumkin. Bunday moslashtirish o‘rganilayotgan materialning shaxsiy va kasbiy ahamiyatini anglashga yordam beradi.

To‘rtinchi mexanizm refleksiv-baholash mexanizmi bo‘lib, talabaning mustaqil ta’lim faoliyatini tahlil qilish, bajarilgan topshiriqlarning sifatini baholash va keyingi o‘quv maqsadlarini belgilash jarayonlarini qamrab oladi.

Generativ sun’iy intellekt vositalari talaba tayyorlagan matnning mantiqiy tuzilishini tahlil qilish, baholash mezonlari asosida fikr-mulohaza shakllantirish va takomillashtirish yo‘nalishlarini tavsiya etishda yordam berishi mumkin. Shunga qaramay, yakuniy akademik baholash professor-o‘qituvchining mas’uliyatida qolishi zarur.

AQSh Ta’lim departamentining Artificial Intelligence and the Future of Teaching and Learning hisobotida ham sun’iy intellektdan foydalanishda pedagogning qaror qabul qilish va nazorat qilishdagi markaziy roli saqlanishi zarurligi ilgari surilgan.

Beshinchi mexanizm tashkiliy-boshqaruv mexanizmi bo‘lib, mustaqil ta’limning maqsadlari, bosqichlari, topshiriqlar tizimi, qayta aloqa usullari va baholash mezonlarini yagona metodik tizimga birlashtirishni nazarda tutadi.

Mazkur mexanizm generativ sun’iy intellekt vositalaridan tartibsiz foydalanishning oldini olishga xizmat qiladi. Talaba texnologiyaga murojaat qilishdan oldin topshiriqning maqsadini, undan foydalanishga ruxsat etilgan faoliyat bosqichlarini va mustaqil bajarilishi talab qilinadigan qismlarni aniq bilishi lozim.

Generativ sun’iy intellekt asosida mustaqil ta’limni individuallashtirish jarayonini quyidagi metodik ketma-ketlik orqali tashkil etish taklif etiladi:

1. Talabaning dastlabki bilim va ko‘nikmalarini aniqlash.
2. Individual o‘quv maqsadlarini shakllantirish.
3. Generativ sun’iy intellekt yordamida differensial topshiriqlarni ishlab chiqish.
4. Talabaning mustaqil faoliyatini tashkil etish va jarayonni pedagogik kuzatish.
5. Bajarilgan topshiriqlarni tekshirish hamda refleksiv baholash.

6. Aniqlangan ehtiyojlarga muvofiq individual ta’lim trayektoriyasini qayta belgilash.

Ushbu ketma-ketlik asosida generativ sun’iy intellekt o‘qituvchi faoliyatining o‘rnini egallovchi vosita emas, balki o‘quv topshiriqlarini moslashtirish va mustaqil ta’limni qo‘llab-quvvatlash imkoniyatiga ega texnologik resurs sifatida qaraladi.

2026-yilda chop etilgan Q. An, J. H. L. Koh va Q. Liuning tizimli sharhida oliy ta’limda generativ sun’iy intellektdan foydalanishga bag‘ishlangan 39 ta empirik tadqiqot o‘rganilgan. Mualliflar ta’lim natijalarida ijobiy imkoniyatlar bilan birga, talabalar tomonidan idrok etiladigan natijalar va amaliy o‘quv samaralari o‘rtasidagi tafovutlar mavjudligini qayd etishgan.

Mazkur holat mustaqil ta’limni individuallashtirishda texnologiyaning mavjudligi yetarli shart emasligini, undan foydalanish metodikasi va pedagogik baholashning sifati hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanini anglatadi.

Xulosa. Generativ sun’iy intellekt texnologiyalari talabalarning mustaqil ta’lim faoliyatini individuallashtirish uchun istiqbolli pedagogik imkoniyatlarni yuzaga keltiradi. Mazkur imkoniyatlar talabaning individual xususiyatlari, bilish ehtiyojlari va o‘zlashtirish darajasiga moslashtirilgan topshiriqlar tizimini shakllantirish orqali amalga oshirilishi mumkin.

Mustaqil ta’limni individuallashtirishning diagnostik-moslashtiruvchi, mazmuniy-differensiallashtirish, motivatsion-rag‘batlantiruvchi, refleksiv-baholash va tashkiliy-boshqaruv mexanizmlari o‘zaro uyg‘un qo‘llanilganda yaxlit metodik tizim yuzaga keladi.

Generativ sun’iy intellekt vositalaridan foydalanishda pedagogik maqsadlarning ustuvorligi, axborotning ilmiy ishonchliligi, akademik halollik va talabaning mustaqil fikrlash faoliyatini saqlash asosiy tamoyillar bo‘lishi zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. An Q., Koh J. H. L., Liu Q. Generative Artificial Intelligence in Higher Education: A Systematic Review of Student Use and Learning Outcomes // Australasian Journal of Educational Technology. — 2026. — DOI: 10.14742/ajet.10561.
2. Miao F., Holmes W. Guidance for Generative AI in Education and Research. — Paris: UNESCO, 2023.
3. U.S. Department of Education, Office of Educational Technology. Artificial Intelligence and the Future of Teaching and Learning: Insights and Recommendations. — Washington, DC, 2023.
4. Zimmerman B. J. Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview // Theory Into Practice. — 2002. — Vol. 41, № 2. — P. 64–70.

Safarova Nigora Nasilloyevna
Buxoro davlat pedagogika instituti dotsenti, p.f.f.d (PhD)
safarovanigora2211@gmail.com

TRANSFORMATIV TA’LIM VA KOMPETENTLIK YONDASHUVI INTEGRATSIYASI

Annotatsiya. Tezisda transformativ ta’limning nazariy-metodologik asoslari va kompetentlik yondashuvi bilan integrativ bog‘liqligi tahlil qilingan. Ularning uyg‘unligi talabaning bilim va tajribasini tanqidiy-refleksiv qayta anglash, kasbiy vaziyatlarda muammolarni hal etish hamda asoslangan qaror qabul qilish kompetensiyalarini rivojlantiruvchi pedagogik asos sifatida yoritilgan.

Kalit so‘zlar: transformativ ta’lim, kompetentlik yondashuvi, kasbiy kompetentlik, refleksiya, tanqidiy fikrlash, kasbiy faoliyat.

Аннотация. В тезисе проанализированы теоретико-методологические основы трансформативного обучения и его интегративная взаимосвязь с компетентностным подходом. Их единство раскрыто как педагогическая основа критико-рефлексивного переосмысления знаний и опыта студента, развития компетенций решения проблем в профессиональных ситуациях и принятия обоснованных решений.

Ключевые слова: трансформативное обучение, компетентностный подход, профессиональная компетентность, рефлексия, критическое мышление, профессиональная деятельность.

Abstract. The thesis analyzes the theoretical and methodological foundations of transformative learning and its integrative relationship with the competency-based approach. Their integration is presented as a pedagogical foundation for students' critical and reflective reconsideration of their knowledge and experience, as well as for developing competencies in solving professional problems and making well-founded decisions.

Keywords: transformative learning, competency-based approach, professional competence, reflection, critical thinking, professional activity.

Kirish. Zamonaviy ijtimoiy, texnologik va pedagogik o‘zgarishlar bo‘lajak o‘qituvchilarni kasbiy faoliyatga tayyorlash mazmunini yangilashni talab etmoqda. Bugungi mutaxassis bilimni o‘zgaruvchan vaziyatlarda qo‘llash, muammolarni tahlil qilish, raqamli vositalardan foydalanish, asoslangan qaror qabul qilish va o‘z faoliyatini refleksiv baholash kompetensiyalariga ega bo‘lishi zarur [4; 5]. Bu esa reproduktiv ta’limdan talabaning faoliyati va kasbiy rivojlanishiga yo‘naltirilgan modelga o‘tishni taqozo etib, transformativ ta’limning metodologik ahamiyatini oshiradi.

J. Mezirov konsepsiyasiga ko‘ra, transformativ ta’lim yangi axborotni o‘zlashtirish bilangina cheklanmay, shaxsning mavjud bilim, tajriba va qarashlarini tanqidiy-refleksiv tahlil qilishi va yangilangan pozitsiyani shakllantirishini anglatadi [1]. Uning asosiy mexanizmi — tanqidiy refleksiya. Refleksiya jarayonida talaba o‘z bilimlari, qarorlari va faoliyat strategiyalarining asoslarini qayta baholaydi. Natijada ta’lim bilimni ko‘paytirishdan uni qayta tashkil etishga yo‘naladi [1; 2]. O‘qituvchilar tayyorlashda esa refleksiya bo‘lajak pedagogning fikrlashi va keyingi kasbiy faoliyatini takomillashtiruvchi vosita sifatida qaraladi [3].

Transformativ o‘rganish jarayonini quyidagicha ifodalash mumkin:

mavjud tajriba → muammoli nomuvofiqlik → tanqidiy refleksiya → qarashlarni qayta baholash → yangi bilimni konstruksiyalash → yangi faoliyat strategiyasi → kasbiy transfer.

Mazkur ketma-ketlik transformativ ta’lim g‘oyalarini pedagogik faoliyatga moslashtiruvchi konseptual konstruksiyadir.

Kompetentlik yondashuvi ta’lim natijasini bilimni egallashdan uni muayyan kasbiy vaziyatda samarali qo‘llashga yo‘naltiradi. Bunda bilim, ko‘nikma va munosabatlarning integrativ birligi muhim hisoblanadi [4].

Kasbiy kompetentlik mutaxassisning muammoni anglash, zarur bilimlarni tanlash va integratsiyalash, tajribani yangi vaziyatga moslashtirish, tegishli vositalardan foydalanish, mustaqil qaror qabul qilish hamda faoliyatini refleksiv takomillashtirish qobiliyatlarini birlashtiruvchi dinamik tuzilmadir. Shu bois kompetentlik ta’lim bilan real kasbiy faoliyatni bog‘lovchi omil sifatida namoyon bo‘ladi [6].

Kompetentlik yondashuvi talaba erishishi lozim bo‘lgan kasbiy natijani belgilasa, transformativ ta’lim ushbu natijaga olib keluvchi kognitiv, refleksiv va faoliyatli o‘zgarish mexanizmini ochib beradi. Ularning bog‘liqligi quyidagicha ifodalanadi:

kompetentlik talabi → kasbiy muammoli vaziyat → bilim va tajribani faollashtirish → tanqidiy refleksiya → bilimni qayta konstruksiyalash → yangi faoliyat usuli → kasbiy transfer → refleksiv baholash → kompetentlikning yangi darajasi.

Bunda transformativ ta’lim kompetentlik tuzilmasidagi sifat o‘zgarishlarini ta’minlovchi pedagogik mexanizm hisoblanadi. Ushbu o‘zgarishlar quyidagi darajalarda namoyon bo‘ladi:

- ✓ ***kognitiv transformatsiya*** — bilimni tahlil qilish va yangi vaziyatga moslashtirish;
- ✓ ***faoliyatli transformatsiya*** — muammoni mustaqil aniqlash va yechim strategiyasini ishlab chiqish;
- ✓ ***refleksiv transformatsiya*** — natija bilan birga fikrlash va faoliyat jarayonini baholash;
- ✓ ***kasbiy-pozitsion transformatsiya*** — mustaqil va mas’uliyatli mutaxassis pozitsiyasini egallash.

Demak, kompetentlik rivoji bilim hajmining ortishi bilangina emas, undan foydalanish va kasbiy qaror qabul qilish usullarining sifat jihatdan yangilanishi bilan belgilanadi.

Transformativ-kompetensiyaviy integratsiya — talabaning mavjud bilim, tajriba va kasbiy tasavvurlarini muammoli vaziyat, tanqidiy refleksiya, faoliyatli qayta konstruksiyalash va kasbiy transfer orqali sifat jihatdan o‘zgartirib, kasbiy kompetentligini yuqori darajaga olib chiqishga qaratilgan pedagogik jarayondir.

Xulosa. Transformativ ta’lim va kompetentlik yondashuvi o‘zaro bog‘liq, ammo mazmunan aynan bir xil konsepsiyalar emas. Kompetentlik yondashuvi kutilayotgan kasbiy natijani belgilasa, transformativ ta’lim talabaning bilim, tajriba va kasbiy qarashlarini tanqidiy-refleksiv qayta anglash orqali ushbu natijaga erishish mexanizmini ta’minlaydi.

Ularning integratsiyasi bo‘lajak o‘qituvchini bilimni egallovchi subyektdan o‘z tajribasini qayta qurish, uni yangi kasbiy vaziyatlarga ko‘chirish va faoliyatini refleksiv boshqarishga qodir mutaxassisga aylantirishning nazariy-metodologik asosini tashkil etadi.

Adabiyotlar.

1. Mezirov, J. Transformative Learning: Theory to Practice // *New Directions for Adult and Continuing Education*. – 1997. – No. 74. – P. 5–12. DOI: 10.1002/ace.7401.
2. Taylor, E. W., Cranton, P. (Eds.). *The Handbook of Transformative Learning: Theory, Research, and Practice*. – San Francisco: Jossey-Bass, 2012.
3. Liu, K. Critical reflection as a framework for transformative learning in teacher education // *Educational Review*. – 2015. – Vol. 67, No. 2. – P. 135–157. DOI: 10.1080/00131911.2013.839546.
4. Council of the European Union. Council Recommendation of 22 May 2018 on Key Competences for Lifelong Learning // *Official Journal of the European Union*. – 2018. – C 189. – P. 1–13.
5. European Commission. *Key Competences for Lifelong Learning: European Reference Framework*. – Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2019.
6. Mulder, M. (Ed.). *Competence-based Vocational and Professional Education: Bridging the Worlds of Work and Education*. – Cham: Springer, 2017. DOI: 10.1007/978-3-319-41713-4.

Mustafoyeva Bo‘laroy Mustafo qizi
Buxoro shahar 31-maktab ingliz tili o‘qituvchisi
mustafoyevabularoy@gmail.com

DIFFERENSIAL YONDASHUV ASOSIDA BOSHLANG‘ICH SINF O‘QUVCHILARINING INGLIZ TILIDAGI SODDA DIALOGLARINI JUFTLIKDA MASHQ QILDIRISH VA BAHOLASH

Annotatsiya: Ingliz tilidagi sodda dialogni o‘rgatishda juftlikdagi rollarni almashtirish va o‘quvchi nutqini kuzatiladigan mezonlar asosida baholash yoritiladi. Bir xil muloqot maqsadi doirasida topshiriq tayanchlari farqlanadi; savolning vaziyatga mosligi, javobning tinglangan nutq bilan bog‘liqligi va suhbat navbatini saqlash alohida tekshiriladi. Baholash natijasi keyingi mashqda yordam hajmini belgilashga xizmat qiladi.

Kalit so‘zlar: boshlang‘ich sinf, ingliz tili, sodda dialog, differensial yondashuv, juftlikdagi ish, rollar almashinuvi, baholash mezoni.

Abstract: This thesis addresses pair practice and assessment in teaching simple English dialogues to primary school pupils through differentiated instruction. Pupils exchange roles while working toward a shared communicative goal with varying levels of support. Assessment focuses on the relevance of questions, responses to a partner’s speech and turn taking. The observed performance informs the support provided in the next task.

Key words: primary school, English, simple dialogue, differentiated instruction, pair work, role exchange, assessment criteria.

Kirish. Boshlang‘ich sinfda inglizcha dialogni o‘rgatish o‘quvchining sherigiga savol berishi, uning javobini eshitishi va mos replika bilan javob qaytarishini talab etadi. Juftlikdagi ishda har ikki o‘quvchi navbat bilan suhbatni boshlashi va davom ettirishi kerak. Tayyor matnni birgalikda aytish bu nutqiy harakatlarni mashq qildirishi mumkin, biroq sherikning javobi oldindan ma’lum bo‘lsa, tinglab tushunish vazifasi yuzaga kelmaydi. Shu bois juftliklarga beriladigan axborot farqlanadi va o‘quvchilar kerakli ma’lumotni savol orqali aniqlaydi. O‘quvchilarning tinglab tushunish, savolni tuzish va javobni mustaqil aytish darajalari turlicha bo‘lgani uchun bir muloqot maqsadi doirasida yordam turi o‘zgartiriladi. Ayrim o‘quvchi rasm va yozilgan gap qolipiga, boshqasi tayanch so‘zga tayanadi, yana biri savolni mustaqil tuzadi. Juftlikdagi rollar almashgach, har bir bola savol berish va javob qaytarish imkoniga ega bo‘ladi. Baholashda faqat gapning grammatik to‘g‘riligi emas, savolning vaziyatga mosligi, javobning eshitilgan nutq bilan bog‘liqligi va suhbat navbatining saqlanishi ham qayd etiladi.

Dialogga tayyorgarlik o‘quvchining mavjud imkoniyatini aniqlashdan boshlanadi. O‘qituvchi mavzuga oid uch-to‘rtta tanish so‘zni aytishni, oddiy savolni tinglab tushunishni va sherigiga bitta javob qaytarishni so‘raydi. Kuzatuvda “so‘zni biladi yoki bilmaydi” degan umumiy bahodan tashqari, javob uchun ko‘rgazmali tayanchga muhtojligi, savolni takror eshitish zarurati va javobni boshlashdagi qiyinchilik qayd etiladi. Bunday qisqa aniqlash topshirig‘i keyingi darsdagi yordamni rejalashga xizmat qiladi. Mazkur mashqning asosiy belgisi suhbatdoshlar topshiriqni bajarish uchun bir-biridan ma’lumot olishidir. O‘qituvchi har ikki o‘quvchiga bir xil javob berilgan varaqani tarqatganda savolning kommunikativ vazifasi zaiflashadi. Turli tasvir yoki buyum kartalaridan foydalanilganda esa o‘quvchi sherigining javobini kutadi va eshitilgan so‘zga qarab keyingi harakatni tanlaydi.

O‘rgatishning dastlabki bosqichida vaziyat va kommunikativ maqsad tushuntiriladi. Masalan, “Do‘stingning qaysi rangni yoqtirishini bilib ol” vazifasi o‘quvchiga savol nima uchun kerakligini ko‘rsatadi. O‘qituvchi ikki personaj o‘rtasidagi qisqa dialogni tabiiy sur’atda namoyish etadi, so‘ng rasm va harakat orqali asosiy ma’noni ochadi. Dastlab o‘quvchi javobning mazmunini tushunishi, undan keyin replikalarning aytilish tartibini mashq qilishi lozim. Juftlik tuzilishini tanlashda o‘quvchilarni doimiy toifaga kiritish maqsadga muvofiq emas. Bir vazifada savolni tez tuzadigan o‘quvchi boshqa mavzudagi so‘zlarni eslashda yordamga muhtoj bo‘lishi mumkin. Shu sababli sherik tanlash topshiriq maqsadiga qarab o‘zgaradi. Dastlab o‘qituvchi ikki o‘quvchi o‘rtasidagi namunaviy suhbatni ko‘rsatadi, keyingi mashqda esa bolalar suhbatni boshqa sherik bilan mustaqil bajaradi. Sherik almashganda savolning shakli saqlanishi, javob mazmuni esa suhbatdoshdagi ma’lumotga qarab o‘zgarishi mumkin.

Ikkinchi bosqichda bir maqsadga yo‘naltirilgan uch xil tayanch qo‘llanadi. Ko‘proq yordamga ehtiyoji bor o‘quvchi rasm va yozilgan savol-javob qolipiga tayanadi: “What colour do you like? — I like blue.” O‘rtacha tayyorgarlikdagi o‘quvchi faqat savol boshlanishi va ranglar kartochkasidan foydalanadi. Mustaqilroq o‘quvchi boshqa ranglarni ham qo‘shib, “And you?” kabi davomiy replikani ishlatadi. Uchala holatda ham natija suhbatdoshining tanlovini bilib olishdan iborat.

Topshiriqlar orasidagi farq suhbatni mazmunsiz takrorlashga olib kelmasligi kerak. Barcha juftliklarga suhbat yakunida sherigining javobini aytish vazifasi berilsa, o‘quvchi javobni diqqat bilan tinglaydi. O‘qituvchi dastlab tayanch bilan gapirishga imkon beradi, keyingi urinishda ayrim ko‘rsatmalarni yopadi va savol-javobni yangi sherik bilan takrorlatadi. Shunda tayanch vaqtincha yordam vazifasini bajaradi, o‘quvchining unga qaramligi bosqichma-bosqich kamayadi.

Uchinchi bosqichda juftlikda ishlash tashkil etiladi. Juftlik tarkibi vazifaga qarab o‘zgarishi mumkin: avval o‘quvchilar bir-biriga ko‘mak beradigan tarzda, keyin tengroq mustaqillik bilan ishlaydigan tarzda birlashtiriladi. Doimiy ravishda bir o‘quvchini “yordamchi”, boshqasini “tinglovchi” rolida qoldirish noto‘g‘ri. Har bir bola savol beruvchi va javob beruvchi rollarini navbat bilan bajarishi shart. Juftlikdagi mashqni kuzatishda bir vaqtning o‘zida barcha xatoni belgilash talab etilmaydi. O‘qituvchi har bir faoliyat uchun bitta asosiy belgini tanlaydi: masalan, birinchi mashqda savolni boshlash, keyingisida sherikning javobini tinglash, uchinchisida suhbat navbatini saqlash. Qisqa belgilash varaqasida o‘quvchining ko‘rsatmasiz, rasm yordamida yoki to‘liq gap qolipi bilan harakat qilgani qayd etiladi. Shunda yordam darajasi haqidagi xulosa bitta umumiy taassurotga emas, aniq nutqiy harakatga tayanadi.

Differensial yordamning bir turi ko‘rgazmali tayanchdir. Buyum rasmi savol mazmunini anglashga, personaj kartochkasi suhbatdagi rollarni ajratishga, strelka esa navbat bilan gapirishni eslatishga xizmat qiladi. Biroq rasmning mavjudligi o‘z-o‘zidan muloqot hosil qilmaydi. O‘quvchi sherigida o‘zi bilmagan ma’lumot bo‘lgan vazifani bajarishi kerak; aks holda dialog faqat oldindan yozilgan gaplarni navbat bilan o‘qish bo‘lib qoladi. Ma’lumot varaqalari tarqatilishidan oldin o‘qituvchi qaysi ma’lumotni so‘rash kerakligini bitta namuna orqali ochib beradi. O‘quvchi sherigining varag‘ini ko‘rmasligi, biroq savolni tuzish uchun yetarli tanish so‘zga ega bo‘lishi zarur. Masalan, hayvonlarning rangi ikki varaqada turlicha bo‘lsa, sheriklar rangni so‘rash orqali farqni aniqlaydi. Vazifa oxirida o‘qituvchi har bir juftlikdan aniqlangan ma’lumotni aytishni so‘raydi. Bu tekshiruv suhbatdoshning javobi eshitilganmi yoki faqat savol yoddan takrorlanganmi, shuni ajratishga yordam beradi.

Axborot almashishga asoslangan topshiriq sodda dialog uchun qulaydir. Masalan, har ikki o‘quvchiga turli rang bilan belgilangan hayvonlar tasviri beriladi; sherikning varag‘i ko‘rsatilmaydi. “What animal is it?” va “What colour is it?” savollari orqali o‘quvchilar yetishmayotgan ma’lumotni aniqlaydi. Tayyorligi pastroq bolaga savollar yozilgan karta beriladi, boshqasiga faqat rasm ko‘rsatiladi. Vazifaning mantiqi bir xil bo‘lib, og‘zaki mustaqillik darajasi farqlanadi.

Talaffuz ustida ishlash dialog mazmunidan ajralmasligi lozim. O‘quvchining savoli suhbatdoshiga tushunarli bo‘lishi, so‘roq ohangi esa muloqotga mos kelishi muhim. O‘qituvchi muloqot davomida har bir tovushni darhol to‘xtatib tuzataversa, suhbatning tabiiy oqimi uziladi. Shuning uchun ma’noni buzadigan xato qisqa yordam bilan tuzatiladi, qolganlari esa faoliyatdan keyin namuna asosida mashq qilinadi. Savolni aytish va javobni tinglash jarayonida to‘xtashlar bir xil sababdan kelib chiqmaydi. O‘quvchi savolni to‘g‘ri tuzgan bo‘lsa ham, sherigining javobidan kerakli ma’lumotni ajrata olmasligi mumkin. Bunday vaziyatda savolni qayta yozdirish o‘rniga tinglab ajratish mashqi beriladi. Agar bola javobni tushunsa-yu, navbatni sherigiga bermasa, o‘qituvchi replikalar ketma-ketligini qisqa namoyish etadi. Qiyinchilik sababi aniq ajratilganda, keyingi mashqdagi ko‘mak bolaning aynan shu harakatiga yo‘naltiriladi; barcha juftlikka bir xil qo‘shimcha mashq berish shart bo‘lmaydi.

O‘qituvchining yo‘riqnomasi qisqa va bir ma’noli bo‘lishi kerak. Namoyish davomida “Ask”, “Listen”, “Answer”, “Change roles” kabi sodda buyruqlar harakat bilan ko‘rsatiladi. Agar o‘quvchi vazifani boshlay olmasa, muammo doimo inglizcha so‘z bilmasligida emas; ba’zan kim savol berishi yoki qachon rol almashishi tushunarsiz bo‘ladi. Metodik kuzatuv tilga oid qiyinchilikni tashkiliy qiyinchilikdan ajratishi zarur.

Metodik tahlil birliklari muloqot vazifasi, topshiriqdagi tayanch turi, o‘quvchi replikasi va suhbatdoshga javob qaytarish harakati sifatida belgilandi. Dialogning sifati so‘zlarni xatosiz takrorlash bilangina emas, savolning vaziyatga mosligi, javobning tinglangan mazmun bilan bog‘liqligi, navbat almashinuvi va yordam kamayganda muloqotni davom ettira olish orqali ko‘rib

chiqildi. Bunday mezonlar differensial topshiriqlarning umumiy o‘quv maqsadiga qanchalik xizmat qilishini tahlil etishga imkon beradi. Baholash uchun o‘qituvchi bir dialogning o‘zini turli tayanchlarda takrorlatib, tayanch kamayganda qaysi nutqiy harakat saqlanishini kuzatadi. Masalan, bola yozilgan savol bilan sherigining javobini tinglagan bo‘lsa, keyingi urinishda savolning faqat kalit so‘zlari beriladi. U savolni tuzib, javob mazmuniga mos replikani aytsa, mustaqillikdagi o‘zgarish qayd etiladi. Agar gapni boshlash qiyinlashsa, avvalgi yordamning zarur qismi vaqtincha qaytariladi. Bu tartib har bir bolaga ayni muloqot vazifasida kerakli yordamni aniqlashtiradi.

To‘rtinchi bosqichda tayanchning kamaytirilishi mustaqillikni tekshiradi. O‘quvchi dastlab yozilgan qolip bilan gapirib, so‘ng faqat rasmga qarab javob bersa, yodlangan nutqdan vaziyatga mos nutqqa o‘tish kuzatiladi. Agar tayanch olib tashlanganda dialog to‘xtab qolsa, o‘qituvchi avvalgi bosqichga qaytadi va yetishmayotgan birikmani qayta mashq qildiradi. Bosqichlar qat’iy jadval emas, o‘quvchi javobiga ko‘ra moslashtiriladigan tartibdir.

Topshiriqni “What is in your bag?” mavzusi misolida aniqlashtirish mumkin. O‘qituvchi haqiqiy buyum yoki tasvir yordamida savolning ma’nosini ko‘rsatadi. Birinchi turdagi kartada “What is in your bag? — A ...” qolipi va rasm mavjud; ikkinchisida faqat buyumlar tasvirlangan; uchinchisida o‘quvchi savolga qo‘shimcha ravishda buyumning rangini so‘raydi. Yakunda barcha o‘quvchi sherigi sumkasidagi buyumni aniqlashi va uning javobiga mos munosabat bildira olishi kerak.

Baholashda to‘rtta kuzatiladigan ko‘rsatkich tanlanadi: vaziyatga mos savol bera olish, savolni tinglab mazmunli javob qaytarish, suhbat navbatini saqlash va berilgan yordamdan keyin mustaqil replikaga o‘tish. Har bir ko‘rsatkich “mustaqil”, “tayanch bilan”, “hali yordam zarur” holatlarida qayd etiladi. Bunday belgilash bolani boshqa o‘quvchi bilan taqqoslashdan ko‘ra, uning avvalgi va keyingi harakatidagi o‘zgarishni kuzatishga xizmat qiladi. Baholash yozuvi keyingi dars topshirig‘iga bog‘lanishi lozim. Savolni mustaqil bergan, lekin sherigi javobini kutmagan o‘quvchiga yana savol qolipi berish o‘rniga tinglashni talab qiladigan axborot almashish vazifasi tanlanadi. Javob mazmunini tushungan, ammo replikani ayta olmagan o‘quvchiga esa javobning boshlanishini eslatadigan kartochka beriladi. Shu yo‘l bilan baholash o‘quvchilarni taqqoslash emas, muloqotning keyingi bosqichini rejalashtirish vositasiga aylanadi.

Baholash mezoni qo‘llanilgan tayanchga nisbatan adolatli bo‘lishi kerak. To‘liq yozilgan qolip bilan dialog bajargan bola savolni mustaqil tuzgan bola bilan bir xil mustaqillik darajasida hisoblanmaydi; shu bilan birga u muloqotga kirishgani uchun e’tirof etiladi. O‘qituvchi erishilgan natija bilan qolgan yordam ehtiyojini birgalikda qayd qiladi. Keyingi dars vazifasi shu ma’lumot asosida belgilanadi. Keyingi mashg‘ulot boshida ayni mezonlar boshqa tanish vaziyatda qisqacha qayta qo‘llanadi. O‘quvchi oldingi dialogdagi gapni eslab aytishi emas, yangi sherikdan kerakli ma’lumotni so‘rashi muhim. Bunda oldingi qaydda “tayanch bilan” deb belgilangan harakat mustaqil bajarilsa, yordamni kamaytirish asoslanadi. Aksincha, o‘quvchi mavzu o‘zgarganda savolni tuzolmasa, yordam yana qisqa muddatga qaytariladi. Shunday qayta kuzatuv o‘qituvchi qarorini bir martalik taassurotdan ajratadi.

Differensial yondashuvni joriy etishda o‘qituvchi uchun material tayyorlash hajmi ortishi mumkin. Bir mavzu uchun mutlaqo alohida uch dars yaratish o‘rniga bitta rasmli vaziyat va bir xil muloqot maqsadi olinadi, so‘ng unga to‘liq qolip, qisqa eslatma va tayanchsiz topshiriq variantlari qo‘shiladi. Shu usul ko‘rgazma va vaqt resurslaridan tejamli foydalanish imkonini beradi.

Xulosa: Juftlikdagi dialog mashqida savol beruvchi va javob beruvchi rollarini almashtirish har bir o‘quvchiga tinglash hamda gapirish imkonini beradi. Baholash savolning muloqot vaziyatiga mosligi, eshitilgan javobga munosabat, nutqiy navbat va tayanchdan foydalanish darajasiga tayanadi. Shu mezonlar yordamida o‘qituvchi keyingi dialog topshirig‘ida qaysi tayanchni saqlash yoki

kamaytirishni belgilaydi; nazariy-metodik tavsiyaning samaradorligini amaliy tekshirish alohida tadqiqotni talab qiladi.

Adabiyotlar ro‘yxati

1. Rsaliyev A.T. Ingliz tili darslarida didaktik o‘yinlar vositasida boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining leksik kompetensiyasini shakllantirish: PhD dissertatsiyasi himoyasi e’loni. - URL: https://oak.uz/pages/24340

2. Saydaliyeva M.A., Majidova Sh.I. Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida ingliz tilida dialogik nutq kompetensiyasini rivojlantirishning innovatsion metodlari // Yangi O‘zbekiston, yangi tadqiqotlar jurnali. - 2026. - 5-jild, 3-son. - URL: https://phoenixpublication.net/index.php/TTVAL/article/view/13688

3. Mutalliyeva M.B. Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining ingliz tilida gapirish ko‘nikmalarini rivojlantirishda kommunikativ topshiriqlarning didaktik imkoniyatlari // Farg‘ona metodika maktabi. - 2026. - № 5. - B. 48–53.

4. Kurbanbayev I.M. Ingliz tili darslari orqali boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining “4K” ko‘nikmalarini rivojlantirish metodikasi (qoraqalpoq sinflari misolida): dissertatsiya avtoreferati. - 2025. - URL: https://library.ziyonet.uz/book/137834

Zamilova Rimma Ramilevna
Namangan davlat pedagogika instituti Falsafiy va tarixiy fanlar kafedrasi
pedagogika fanlari doktori, professor

TALABALARDA LIDERLIK QOBILIYATINING RIVOJLANISHIDA EMOTSIONAL INTELLEKTNING PSIXOLOGIK AHAMIYATI

Annotatsiya. Mazkur tezisda talabalarda liderlik qobiliyatining rivojlanishida emotsional intellektning psixologik ahamiyati masalasi nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Asosiy psixologik omillar, ularning talabalar jamoasidagi namoyon bo‘lish shakllari va ta’lim amaliyotida rivojlantirish imkoniyatlari yoritiladi. Tadqiqot konseptual tahlilga asoslangan bo‘lib, unda empirik natijalar da’vo qilinmaydi.

Kalit so‘zlar: emotsional intellekt, liderlik, empatiya, emotsional regulyatsiya, talabalar, guruhiy hamkorlik

Аннотация. В данном тезисе представлен теоретический анализ психологического значения эмоционального интеллекта в развитии лидерских способностей студентов. Рассматриваются основные психологические факторы, формы их проявления в студенческом коллективе, а также возможности развития лидерских качеств в образовательной практике. Исследование основано на концептуальном анализе и не предполагает представления эмпирических результатов.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, лидерство, эмпатия, эмоциональная регуляция, студенты, групповое взаимодействие.

Abstract. This thesis provides a theoretical analysis of the psychological significance of emotional intelligence in the development of students' leadership abilities. It examines the main psychological factors, their manifestations within student groups, and opportunities for developing leadership qualities in educational practice. The study is based on conceptual analysis and does not claim to present empirical findings.

Keywords: emotional intelligence, leadership, empathy, emotion regulation, students, group collaboration.

Kirish. Oliy ta’lim muhitida liderlik faqat boshqalarga topshiriq berish yoki tashabbusni qo‘lga olish bilan cheklanmaydi. Guruhdagi kayfiyatni anglash, kelishmovchiliklarni yumshatish, umumiy maqsadni tushunarli ifodalash va boshqalarning fikrini inobatga olish ham liderlikning muhim tarkibiy qismlaridir. Shu nuqtayi nazardan emotsional intellekt talabalar orasida liderlik qobiliyatining rivojlanishini tushuntirishga xizmat qiluvchi psixologik omil sifatida qaraladi.

Adabiyotlar tahlili. P. Salovey va J. Mayer emotsional intellektni hissiy axborotni idrok etish, undan tafakkurda foydalanish, hissiyotlarni tushunish va boshqarish qobiliyatlari bilan izohlaydi. D. Goleman emotsional kompetensiyalarning ijtimoiy munosabatlar va boshqaruvdagi ahamiyatiga e’tibor qaratgan. Mazkur yondashuvlar talaba liderining muvaffaqiyati faqat intellektual bilim yoki tashkilotchilik tajribasiga bog‘liq emasligini tushuntirish imkonini beradi.

O‘z hissiyotlarini farqlay oladigan talaba murakkab guruhiy vaziyatda shoshma-shosharlik bilan munosabat bildirish ehtimolini kamaytiradi. Masalan, loyiha himoyasi oldidan jamoa a’zolari xavotirga tushganda, lider bu holatni dangasalik yoki mas’uliyatsizlik deb emas, balki vazifaga nisbatan ishonchsizlik belgisi sifatida tushunishi mumkin. Shunda u vazifalarni qayta taqsimlash, qisqa maslahatlashuv o‘tkazish va kichik maqsadlarni belgilash orqali guruh ishini tartibga soladi.

Empatiya jamoa a’zolarining ehtiyojlarini tushunishga yordam beradi, biroq u barcha talablarni so‘zsiz qabul qilishni anglatmaydi. Samarali lider boshqalarning holatini hisobga olgan holda umumiy qoidalarni ham saqlaydi. O‘zaro hurmatga asoslangan muloqot talabalar orasida fikr bildirish imkoniyatini kengaytiradi va norasmiy yetakchilikning ijobiy shakllarini mustahkamlaydi.

Liderlik vaziyatlarida emotsional regulyatsiya, ayniqsa, tanqid, muvaffaqiyatsizlik va manfaatlar to‘qnashuvi paytida muhimdir. Talaba lider o‘z noroziligini tajovuzkor ifodalamasa, muammo shaxsiy qarama-qarshilikdan vazifaviy muhokamaga ko‘chishi mumkin. Bunda hissiyotlarni bostirish emas, ularni anglash va maqbul shaklda ifodalash ustuvor ahamiyatga ega.

Muhokama

Emotsional intellekt va liderlik o‘rtasidagi aloqani baholashda sabab-oqibat munosabatlarini ehtiyotkorlik bilan talqin qilish zarur. Emotsional ko‘nikmalari rivojlangan talaba ko‘proq liderlik vazifalarini egallashi mumkin, ayni paytda liderlik tajribasining o‘zi ham bu ko‘nikmalarni kuchaytiradi. Shu bois kelgusidagi empirik tadqiqotlarda kurs, jins, jamoa tajribasi va guruhdagi maqom kabi omillarni nazorat qilish maqsadga muvofiq.

Amaliy tavsiyalar

Talabalar uchun rolli vaziyatlar, faol tinglash mashqlari, hissiyotlarni nomlash va nizoli suhbatlarni tahlil qilish topshiriqlarini joriy etish mumkin. Guruh loyihalaridan keyingi refleksiya jarayonida nafaqat bajarilgan ish, balki jamoa a’zolarining hissiy tajribasi va muloqot uslubi ham muhokama qilinishi kerak. Trening samaradorligini baholashda boshlang‘ich va yakuniy diagnostika natijalarini solishtirish foydalidir.

Xulosa

Talabalarda liderlik qobiliyatining rivojlanishi emotsional xabardorlik, empatiya, hissiyotlarni boshqarish va konstruktiv muloqot bilan mazmunan bog‘liq. Ushbu ko‘nikmalar liderga guruhning psixologik holatini hisobga olgan holda qaror qabul qilish va hamkorlikni qo‘llab-quvvatlash imkonini beradi. Emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan mashg‘ulotlar liderlik tayyorgarligining muhim tarkibiy qismi bo‘lishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Salovey P., Mayer J. D. Emotional intelligence // Imagination, Cognition and Personality. 1990. Vol. 9(3). P. 185–211.

2. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R. Emotional intelligence // Psychological Inquiry. 2004. Vol. 15(3). P. 197–215.

3. Goleman D. Emotional Intelligence. New York: Bantam Books, 1995.

4. Gross J. J. The emerging field of emotion regulation: An integrative review // Review of General Psychology. 1998. Vol. 2(3). P. 271–299.

5. Northouse P. G. Leadership: Theory and Practice. 9th ed. SAGE Publications, 2021.

Sultanov Alijon Qo‘ziyevich
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

UYUSHMAGAN YOSHLARNI KASB-HUNARGA YO‘NALTIRISHDA PSIXOLOGIK TO‘SIQLARNI BARTARAF ETISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Annotatsiya. *Mazkur ilmiy tezisda uyushmagan yoshlarni kasb-hunarga yo‘naltirish jarayonida yuzaga keladigan psixologik to‘siqlar, ularning shaxsiy va ijtimoiy omillar bilan bog‘liqligi hamda bartaraf etishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari nazariy jihatdan tahlil qilingan. Kasbiy faoliyatga kirishishda o‘z imkoniyatlariga ishonchsizlik, muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish, qaror qabul qilishdagi ikkilanish, kasbiy maqsadlarning noaniqligi va ijtimoiy muhitning salbiy ta’siri kabi omillarning ahamiyati yoritilgan. Yoshlarning kasbiy faolligini rivojlantirishda psixologik maslahat, motivatsion suhbat, kognitiv qayta baholash, refleksiv tahlil va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash mexanizmlaridan foydalanish imkoniyatlari asoslangan. Shuningdek, uyushmagan yoshlarning kasbiy tayyorgarligini mustahkamlashga yo‘naltirilgan psixologik trening dasturi taklif etilgan.*

Kalit so‘zlar: *uyushmagan yoshlar, kasb-hunarga yo‘naltirish, psixologik to‘siqlar, kasbiy faollik, muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish, o‘ziga ishonch, kasbiy moslashuv, psixologik maslahat, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, psixologik trening.*

Yoshlarning ijtimoiy-iqtisodiy hayotda munosib o‘rin egallashi, mehnat faoliyatiga ongli ravishda kirishishi va individual kasbiy salohiyatini ro‘yobga chiqarishi jamiyat taraqqiyotining muhim shartlaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, barqaror ta’lim yoki mehnat faoliyatiga jalb qilinmagan yoshlarni kasb-hunarga yo‘naltirish masalasi nafaqat iqtisodiy va pedagogik, balki ijtimoiy-psixologik jihatdan ham kompleks yondashuvni talab etadi. Chunki yoshlarning kasbiy faoliyatga kirishishida mavjud imkoniyatlar bilan bir qatorda shaxsiy ishonch, emotsional tayyorgarlik, ijtimoiy munosabatlar va hayotiy maqsadlarning aniqligi muhim ahamiyat kasb etadi.

Kasb-hunar egallash imkoniyatiga ega bo‘lgan ayrim yoshlarning amaliy faoliyatni boshlashda sustkashlik namoyon qilishi faqat mehnat qilish istagining yo‘qligi bilan izohlanmaydi. Ba’zan bunday holat kasbiy tanlovda xatoga yo‘l qo‘yishdan qo‘rqish, o‘z qobiliyatlarini yetarlicha baholay olmaslik, oldingi muvaffaqiyatsizlik tajribasi yoki ijtimoiy muhitdagi salbiy munosabatlar bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Shuning uchun uyushmagan yoshlarni kasb-hunarga yo‘naltirishda tashqi imkoniyatlarni kengaytirish bilan bir qatorda kasbiy faollikka to‘sqinlik qilayotgan ichki psixologik omillarni ham aniqlash zarur.

Psixologik to‘siq shaxsning muayyan maqsadga erishish yo‘lida duch keladigan, uning faoliyatni boshlashi yoki davom ettirishini qiyinlashtiradigan kognitiv, emotsional va motivatsion holatlar majmuasi sifatida talqin qilinishi mumkin. Bunda to‘siqning mavjudligi yosh insonning qobiliyatsizligini anglatmaydi. Aksincha, u shaxsiy tajriba, ijtimoiy sharoit va vaziyatni idrok etish xususiyatlari bilan bog‘liq rivojlanish ehtiyojlarini aks ettirishi mumkin.

Uyushmagan yoshlarda kasbiy to‘siqlarni bartaraf etish psixologik yondashuvining ahamiyati shundaki, bu jarayon yoshlarning o‘z imkoniyatlariga nisbatan munosabatini qayta ko‘rib chiqish, kasbiy kelajakni real baholash va mustaqil harakat qilishga tayyorligini qo‘llab-quvvatlashga yo‘naltiriladi.

Tezisning maqsadi uyushmagan yoshlarni kasb-hunarga yo‘naltirishda yuzaga keladigan psixologik to‘siqlarning asosiy ko‘rinishlarini tahlil qilish hamda ularni kamaytirish va kasbiy faollikni rivojlantirishga xizmat qiluvchi ijtimoiy-psixologik mexanizmlarni nazariy asoslashdan iborat.

Uyushmagan yoshlarni kasb-hunarga yo‘naltirishning ijtimoiy-psixologik mazmuni ularning kasbiy tanlovga munosabati, shaxsiy imkoniyatlarini anglash darajasi va mehnat faoliyatiga kirishish bilan bog‘liq ichki kechinmalarini o‘rganish orqali ochib beriladi. Kasbiy faoliyatni boshlash jarayonida yosh insonning mavjud bilim va qobiliyatlari muhim ahamiyatga ega bo‘lsa-da, ularning amaliyotda namoyon bo‘lishi shaxsning psixologik tayyorgarligi bilan ham bog‘liq. Xususan, o‘z imkoniyatlariga shubha bilan qarash, tashabbus bildirishdan tiyilish va yangi vaziyatlardan qochishga moyillik kasbiy faoliyatga kirishishni qiyinlashtirishi mumkin.

Uyushmagan yoshlarning kasbiy rivojlanishidagi psixologik to‘siqlarni o‘rganishda ularning individual xususiyatlari bilan bir qatorda mavjud ijtimoiy sharoitlarni ham hisobga olish zarur. Chunki ish yoki kasb-hunar egallashdagi qiyinchiliklar har doim ham shaxsiy motivatsiyaning pastligi bilan bog‘liq emas. Mehnat bozoridagi imkoniyatlarning cheklanganligi, kasbiy tayyorgarlikning yetishmasligi, transport va moliyaviy qiyinchiliklar yoki ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning sustligi ham kasbiy faoliyatga kirishishga ta’sir etadi.

Xalqaro mehnat tashkilotining 2024-yilgi hisobotida jahonda 2023-yilda 15–24 yoshdagi yoshlarning 20,4 foizi bandlik, ta’lim va kasbiy tayyorgarlik jarayonlaridan tashqarida bo‘lgani qayd etilgan. Ushbu xalqaro NEET ko‘rsatkichi O‘zbekistonda qo‘llaniladigan «uyushmagan yoshlar» tushunchasi bilan to‘liq bir xil bo‘lmasa-da, yoshlarning mehnat va ta’lim imkoniyatlariga jalb etilishi dolzarb xalqaro muammo ekanini tasdiqlaydi.

Kasbiy faoliyatga kirishishdagi birinchi muhim psixologik to‘siq shaxsning o‘z imkoniyatlariga nisbatan ishonchsizligi bilan bog‘liq. Bunday holatda yosh inson muayyan faoliyatni bajarish uchun zarur qobiliyatga ega bo‘lishi mumkin, biroq o‘zini mazkur kasbga munosib deb hisoblamasligi sababli amaliy harakatlarni kechiktiradi. Natijada kasbiy maqsad bilan real xulq-atvor o‘rtasida tafovut yuzaga keladi.

A. Banduraning o‘z samaradorligiga ishonch konsepsiyasiga ko‘ra, shaxsning muayyan vazifani bajara olishiga bo‘lgan ishonchi uning faoliyatni boshlashi, qiyinchiliklarga munosabati va maqsadga erishish yo‘lida qat’iyat ko‘rsatishi bilan bog‘liq. Mazkur ilmiy qarash uyushmagan yoshlar bilan ishlashda ularning kichik amaliy muvaffaqiyatlarini rag‘batlantirish, ijobiy tajribalarini tahlil qilish va imkoniyatlariga mos topshiriqlar berishning psixologik ahamiyatini asoslaydi.

Kasbiy o‘ziga ishonchni rivojlantirish shaxsning imkoniyatlarini sun’iy ravishda yuqori baholashga emas, balki mavjud qobiliyatlarini real anglash, yetishmayotgan ko‘nikmalarni aniqlash va ularni bosqichma-bosqich o‘zlashtirishga asoslanishi lozim. Yosh inson muayyan kasbni egallash uchun nimalarni bilishi va qanday amaliy tayyorgarlikdan o‘tishi kerakligini aniq tushunganida, mavhum xavotir o‘rnini rejalashtirilgan harakatlar egallashi mumkin.

Ikkinchi psixologik to‘siq muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish bilan tavsiflanadi. Kasb tanlash yoki ishga joylashish bilan bog‘liq avvalgi salbiy tajribalar yoshlarning keyingi tashabbuslariga ta’sir qilishi mumkin. Masalan, ishga kirish bo‘yicha suhbatdan muvaffaqiyatli o‘ta olmagan yosh inson ushbu holatni o‘zining umumiy qobiliyatsizligi sifatida talqin qilishi ehtimoli mavjud. Bunday umumlashtirish kelajakdagi imkoniyatlarni obyektiv baholashga to‘sqinlik qiladi.

Mazkur vaziyatda kognitiv qayta baholash mexanizmi muhim psixologik ahamiyatga ega. Uning asosiy mazmuni yuzaga kelgan muvaffaqiyatsizlikni shaxsning o‘zgarmas xususiyati emas, balki ma’lum vaziyat, tayyorgarlik darajasi va tajriba bilan bog‘liq hodisa sifatida tahlil qilishga qaratiladi. Shaxs salbiy tajribasini tanqidiy baholash orqali undan kelajakdagi faoliyati uchun zarur xulosalarni ajratib olishi mumkin.

Uchinchi psixologik to‘siq kasbiy maqsadlarning noaniqligi bilan bog‘liq. Ayrim yoshlar ishlash yoki kasb egallash istagini bildirgan holda, aynan qaysi faoliyat yo‘nalishiga qiziqishi, qanday bilimlarni egallashi yoki maqsadga erishish uchun qaysi harakatlardan boshlashi zarurligini aniq tasavvur qilmasligi mumkin. Bunday noaniqlik kasbiy tanlovni kechiktirishga va tashqi vaziyatga ortiqcha bog‘lanishga olib kelishi ehtimoli mavjud.

Iqtisodiy hamkorlik va taraqqiyot tashkiloti (OECD) tomonidan 2024-yilda e'lon qilingan tadqiqotda PISA 2022 natijalariga ko'ra, OECD mamlakatlaridagi 15 yoshli o'quvchilarning har besh nafaridan taxminan ikki nafari aniq kasbiy rejalarga ega emasligi aniqlangan. Hisobotda maqsadli kasbiy yo'naltirish dasturlari bunday noaniqlikni kamaytirishda yordam berishi mumkinligi ta'kidlangan.

Ushbu ilmiy ma'lumot kasbiy maqsadlarni shakllantirish jarayonida axborot berish, individual maslahat va amaliy faoliyat tajribasining muhimligini asoslaydi.

To'rtinchi psixologik to'siq shaxsning kasbiy qaror qabul qilishdagi ikkilanishi bilan izohlanadi. Yoshlarning ayrimlari bir nechta kasbga qiziqishi, biroq ulardan birini tanlashda tashqi fikrlarga ortiqcha tayanishi yoki xato qaror qabul qilishdan xavotirlanishi mumkin. Bunday vaziyatda muqobil kasbiy imkoniyatlarni tahlil qilish, ularning afzalliklari va cheklovlarini baholash hamda mustaqil qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirish muhim hisoblanadi.

R. Lent, S. Brown va G. Hackett tomonidan ishlab chiqilgan kasbiy rivojlanishning ijtimoiy-kognitiv nazariyasida shaxsning o'z samaradorligiga ishonchi, kutilayotgan natijalar, maqsadlar va ijtimoiy muhit bilan bog'liq omillar kasbiy qiziqishlar hamda tanlovlarning shakllanishiga ta'sir qilishi asoslangan.

Mazkur yondashuvga tayangan holda uyushmagan yoshlarning kasbiy faolligini rivojlantirishda ularning individual psixologik resurslari bilan birga tashqi imkoniyatlarini ham baholash zarur. Shaxsning mehnat qilishga bo'lgan intilishi yuqori bo'lishi mumkin, biroq zarur kasbiy ta'lim, moddiy imkoniyat yoki ijtimoiy qo'llab-quvvatlash mavjud bo'lmasa, amaliy natijaga erishish murakkablashadi.

Beshinchi psixologik to'siq ijtimoiy baholanishdan xavotirlanish bilan bog'liq. Ayrim yoshlar tanlagan kasbi oila a'zolari yoki tengdoshlari tomonidan ma'qullanmasligidan qo'rqishi mumkin. Kasblarning ijtimoiy nufuzi haqidagi stereotip tasavvurlar ham kasbiy tanlovning mustaqilligini cheklaydi. Natijada yosh inson o'z qiziqishlari va imkoniyatlariga mos faoliyatni tanlash o'rniga, atrofdagilar kutishlariga muvofiq qaror qabul qilishga intilishi ehtimoli mavjud.

Bunday vaziyatda ijtimoiy-psixologik maslahatning vazifasi yoshlarni oilaviy yoki ijtimoiy munosabatlardan ajratish emas, balki ularning shaxsiy qiziqishlari, imkoniyatlari va yaqinlarining fikrlarini konstruktiv muvofiqlashtirishga yordam berishdan iboratdir. Kasbiy tanlov jarayonida shaxsiy mustaqillik bilan ijtimoiy mas'uliyat o'rtasidagi muvozanat saqlanishi zarur.

Uyushmagan yoshlarning kasbiy faolligini rivojlantirishda motivatsion qo'llab-quvvatlash mexanizmi alohida ahamiyat kasb etadi. Mazkur mexanizm shaxsning mehnat faoliyatiga nisbatan munosabatini o'rganish, kasbiy maqsadlarning shaxsiy ahamiyatini aniqlash va amaliy harakatlarga undovchi ichki resurslarni faollashtirishga qaratiladi.

Motivatsion suhbat davomida yoshlarning o'z kelajagi haqidagi tasavvurlari, kasb egallashdan kutayotgan natijalari va faoliyatni boshlashda duch kelayotgan qiyinchiliklari muhokama qilinadi. Bunday suhbatda tayyor qarorlarni majburan qabul qildirishdan ko'ra shaxsning o'z pozitsiyasini aniqlashtirishiga yordam berish muhimdir.

Psixologik to'siqlarni kamaytirishda refleksiv tahlil ham muhim mexanizmlardan biri hisoblanadi. Refleksiya yoshlarning o'z fikrlari, hissiy kechinmalari va qaror qabul qilish usullarini anglashiga imkon beradi. Shaxs kasbiy faoliyatga kirishishda nimalardan xavotirlanayotganini, qaysi imkoniyatlarini yetarlicha baholamayotganini va qaysi ko'nikmalarni rivojlantirishi zarurligini tushunganida, uning keyingi harakatlarini ongli rejalashtirishi uchun sharoit yaratiladi.

Psixologik to'siqlarni bartaraf etishga yo'naltirilgan ishlar yakka tartibdagi suhbatlar bilan chegaralanmasligi lozim. Guruhiy treninglar, amaliy kasbiy sinovlar, ustoz-shogird munosabatlari va real mehnat muhiti bilan tanishish yoshlarning kasbiy tasavvurlarini aniqlashtirishga yordam berishi mumkin.

Manba: ilmiy-nazariy tahlil asosida taklif etilgan mualliflik modeli. Dastur samaradorligi alohida empirik tadqiqotda tekshirilishi lozim.Trening dasturining birinchi mashg'ulotida ishtirokchilarning individual psixologik resurslarini aniqlashga e'tibor qaratiladi. «Kasbiy resurslar xaritasi» mashqida yoshlar o'z qobiliyatlari, qiziqishlari, ilgari egallagan ko'nikmalari va

rivojlantirishi kerak bo‘lgan jihatlarini alohida tahlil qiladilar. Mazkur mashq kasbiy imkoniyatlarni umumiy taassurotlar asosida emas, balki aniq shaxsiy xususiyatlar orqali baholashga qaratiladi.

Ikkinchi mashg‘ulotda muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish bilan bog‘liq kognitiv va emotsional holatlar muhokama qilinadi. Ishtirokchilarga avvalgi salbiy tajribalarini xolis tahlil qilish, muvaffaqiyatsizlik sabablarini aniqlash va kelgusidagi faoliyat uchun zarur bo‘lgan xulosalarni ishlab chiqish taklif etiladi. Bunda yoshlarning shaxsiy tajribalarini oshkor qilishga majburlashga yo‘l qo‘yilmaydi.

Uchinchi mashg‘ulotda o‘ziga ishonchni mustahkamlashga yo‘naltirilgan amaliy topshiriqlardan foydalaniladi. Ishtirokchilar o‘zlari muvaffaqiyatli bajargan vazifalarni esga oladilar, ushbu tajribaga yordam bergan shaxsiy sifatlarini aniqlaydilar va keyingi kasbiy maqsadlari uchun zarur bo‘lgan kichik vazifalarni belgilaydilar.

To‘rtinchi mashg‘ulot kasbiy qaror qabul qilishdagi ikkilanishlarni kamaytirishga yo‘naltiriladi. «Qarorlar daraxti» mashqida ishtirokchilarga bir nechta kasbiy imkoniyat taklif etilib, ularning har biri mavjud bilim, zarur ko‘nikma, ta’lim imkoniyati, mehnat sharoiti va shaxsiy qiziqish mezonlari asosida baholanadi.

Beshinchi mashg‘ulotda ijtimoiy muhitning kasbiy tanlovga ta’siri tahlil qilinadi. «Mening tanlovim» mashqida yoshlar oila a’zolari, tengdoshlari va boshqa muhim shaxslarning kasbiy qarorlarga munosabatini muhokama qiladilar. Ushbu faoliyatning asosiy maqsadi tashqi fikrlarni inkor etish emas, balki ulardan oqilona foydalanish va shaxsiy pozitsiyani asoslash ko‘nikmasini rivojlantirishdan iborat.

Oltinchi mashg‘ulotda ishtirokchilarning kasbiy rivojlanish rejalari ishlab chiqiladi. Bunda yoshlar kelgusi 30 kun davomida bajarishi mumkin bo‘lgan aniq vazifalarni belgilaydilar. Masalan, kasbiy ta’lim markazi bilan bog‘lanish, tanlangan kasb bo‘yicha mutaxassis bilan suhbatlashish, amaliy kursga yozilish yoki ishga joylashishga doir hujjatlarni tayyorlash kabi harakatlar rejalashtiriladi.

Mazkur trening dasturida psixologik to‘siqlarni kamaytirish shaxsning ichki kechinmalarini to‘liq yo‘qotish sifatida talqin etilmaydi. Asosiy maqsad yoshlarning kasbiy vaziyatlarni xolis baholash, qiyinchiliklarni boshqarish, zarur yordamni so‘rash va mustaqil harakatni boshlash ko‘nikmalarini rivojlantirishdan iboratdir.

Trening mashg‘ulotlarining amaliy ahamiyatini oshirish uchun ularni kasbiy maslahat, amaliy mashg‘ulotlar va bandlik xizmatlari bilan hamkorlikda tashkil etish maqsadga muvofiq. Bunday yondashuv yoshlarning psixologik tayyorgarligi bilan real mehnat imkoniyatlari o‘rtasidagi bog‘liqlikni ta’minlashga yordam beradi.

XULOSA

Uyushmagan yoshlarni kasb-hunarga yo‘naltirish jarayonida psixologik to‘siqlarni aniqlash va kamaytirish muhim ilmiy-amaliy vazifa hisoblanadi. Mazkur to‘siqlar shaxsning individual xususiyatlari, avvalgi hayotiy tajribasi, ijtimoiy munosabatlari va mehnat faoliyatiga oid tasavvurlari bilan bog‘liq holda shakllanishi mumkin.

Kasbiy o‘ziga ishonchsizlik, muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish, maqsadlarning noaniqligi, mustaqil qaror qabul qilishdagi ikkilanish va ijtimoiy baholanishdan xavotirlanish yoshlarning kasbiy faolligini cheklashi mumkin bo‘lgan asosiy psixologik omillar sifatida ko‘rib chiqildi.

Psixologik to‘siqlarni kamaytirishda o‘z samaradorligiga ishonchni qo‘llab-quvvatlash, kognitiv qayta baholash, motivatsion suhbat, refleksiv tahlil va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash mexanizmlaridan kompleks foydalanish maqsadga muvofiq.

Uyushmagan yoshlarni kasb-hunarga yo‘naltirishda psixologik trening mashg‘ulotlari bilan bir qatorda real kasbiy imkoniyatlar, ta’lim resurslari va amaliy mehnat tajribasidan foydalanish muhim ahamiyatga ega. Chunki kasbiy faoliyatga to‘sqinlik qilayotgan muammolarni bartaraf etishda faqat shaxsning psixologik holatini o‘zgartirish yetarli bo‘lmasligi mumkin.

Taklif etilgan psixologik trening dasturi yoshlarning shaxsiy imkoniyatlarini anglash, kasbiy tanlovda mustaqillikni rivojlantirish, muvaffaqiyatsizliklarga konstruktiv munosabat bildirish va aniq kasbiy harakatlar rejasini ishlab chiqishga yo‘naltirilgan.

Uyushmagan yoshlar bilan ishlashda psixolog, kasbiy maslahatchi, mahalla vakillari, ta’lim tashkilotlari va bandlik xizmatlari o‘rtasidagi hamkorlikni rivojlantirish yoshlarning kasbiy faolligini qo‘llab-quvvatlash uchun muhim tashkiliy sharoitlardan biri hisoblanadi.

Demak, uyushmagan yoshlarni kasb-hunarga yo‘naltirishda psixologik to‘siqlarni kamaytirishga asoslangan yondashuv ularning kasbiy imkoniyatlarini ro‘yobga chiqarishi, ijtimoiy faolligini oshirishi va mehnat faoliyatiga bosqichma-bosqich kirishishiga ko‘maklashishi mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Bandura A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. — New York: W. H. Freeman, 1997.

2. Lent R. W., Brown S. D., Hackett G. Toward a Unifying Social Cognitive Theory of Career and Academic Interest, Choice, and Performance // Journal of Vocational Behavior. — 1994. — Vol. 45, № 1. — P. 79–122. — DOI: 10.1006/jvbe.1994.1027.

3. International Labour Organization. Global Employment Trends for Youth 2024: Decent Work, Brighter Futures. — Geneva: ILO, 2024.

4. OECD. Teenage Career Uncertainty: Why It Matters and How to Reduce It? — OECD Education Spotlights. — 2024. — № 16. — DOI: 10.1787/e89c3da9-en.

5. Savickas M. L. Career Construction Theory and Practice // Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work / Ed. by S. D. Brown, R. W. Lent. — 2nd ed. — Hoboken: Wiley, 2013. — P. 147–183.

6. Super D. E. A Life-Span, Life-Space Approach to Career Development // Career Choice and Development / Ed. by D. Brown, L. Brooks. — 2nd ed. — San Francisco: Jossey-Bass, 1990. — P. 197–261.

Hasanova Shahzoda Zafarjon qizi
Buxoro davlat pedagogika instituti
Maktabgacha ta’lim kafedrasi kabinet mudiri

BO‘LAJAK PEDAGOGLARDA KREATIV FIKRLASHNI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK SHART-SHAROITLARI

Annotatsiya. *Mazkur tezisda bo‘lajak pedagoglarda kreativ fikrlashni rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari va ularni oliy pedagogik ta’lim jarayonida samarali tashkil etish masalalari yoritiladi. Kreativ fikrlashning bo‘lajak o‘qituvchi kasbiy tayyorgarligidagi ahamiyati, uning nostandart vaziyatlarda maqbul yechim topish, yangi g‘oyalarni ilgari surish, mavjud bilimlarni qayta talqin qilish va innovatsion pedagogik yondashuvlarni ishlab chiqish bilan bog‘liq jihatlari ochib beriladi. Shuningdek, ta’lim muhitida erkin fikr bildirish imkoniyatini yaratish, muammoli va interfaol topshiriqlardan foydalanish, hamkorlikdagi faoliyatni tashkil etish, refleksiv tahlilni rag‘batlantirish hamda raqamli ta’lim vositalarini maqsadli qo‘llash kreativ fikrlashni rivojlantirishning muhim pedagogik shartlari sifatida asoslanadi. Bo‘lajak pedagoglarning ijodiy salohiyatini namoyon etishida mustaqil izlanish, turli nuqtayi nazarlarni taqqoslash va o‘z pedagogik qarorlarini asoslash ko‘nikmalariga alohida e’tibor qaratiladi. Mazkur yondashuvlar kelajak o‘qituvchilarining kasbiy moslashuvchanligi, tashabbuskorligi va ta’lim jarayoniga ijodiy yondashuvini shakllantirishga xizmat qiladi.*

Kalit so‘zlar: *bo‘lajak pedagog, kreativ fikrlash, ijodiy salohiyat, pedagogik shart-sharoitlar, muammoli ta’lim, interfaol metodlar, refleksiya, innovatsion pedagogika, mustaqil fikrlash, kasbiy kompetensiya.*

Аннотация. *В тезисе рассматриваются педагогические условия развития креативного мышления у будущих педагогов и возможности их эффективной реализации в процессе высшего педагогического образования. Раскрывается значение креативного мышления в профессиональной подготовке будущего учителя, включая способность находить нестандартные решения, выдвигать оригинальные идеи, переосмысливать имеющиеся*

знания и разрабатывать инновационные педагогические подходы. Особое внимание уделяется созданию образовательной среды, способствующей свободному выражению мнений, применению проблемных и интерактивных заданий, организации совместной деятельности, стимулированию рефлексивного анализа и целенаправленному использованию цифровых образовательных средств. Обосновывается необходимость развития навыков самостоятельного поиска, сопоставления различных точек зрения и аргументированного обоснования педагогических решений. Реализация данных условий способствует раскрытию творческого потенциала будущих педагогов, формированию их профессиональной гибкости, инициативности и готовности к творческому решению образовательных задач.

Ключевые слова: *будущий педагог, креативное мышление, творческий потенциал, педагогические условия, проблемное обучение, интерактивные методы, рефлексия, инновационная педагогика, самостоятельное мышление, профессиональная компетентность.*

Abstract. *This thesis examines the pedagogical conditions required to develop creative thinking in future teachers and explores ways to implement these conditions effectively in higher teacher education. It highlights the importance of creative thinking in professional teacher preparation, particularly in identifying unconventional solutions, generating original ideas, reinterpreting existing knowledge, and designing innovative teaching approaches. Special attention is given to establishing a supportive learning environment that encourages the free expression of ideas, the use of problem-based and interactive tasks, collaborative learning, reflective analysis, and the purposeful integration of digital educational tools. The development of independent inquiry, the ability to compare different perspectives, and the capacity to justify pedagogical decisions are considered essential elements of this process. The implementation of these pedagogical conditions can help future teachers unlock their creative potential, strengthen professional flexibility and initiative, and become better prepared to address educational challenges through innovative and learner-centered approaches.*

Key words: *future teachers, creative thinking, creative potential, pedagogical conditions, problem-based learning, interactive methods, reflection, innovative pedagogy, independent thinking, professional competence.*

Kirish. Zamonaviy ta’lim tizimida bo‘lajak pedagoglarni kasbiy faoliyatga tayyorlash jarayoni nafaqat nazariy bilimlarni egallash, balki mustaqil fikrlash, yangicha yondashuvlarni ishlab chiqish, muammoli vaziyatlarga ijodiy yechim topish va ta’lim jarayonini zamon talablariga muvofiq tashkil etish qobiliyatlarini rivojlantirishni ham talab etadi. Bugungi kunda o‘qituvchining kasbiy mahorati uning tayyor bilimlarni yetkazib berish darajasi bilangina emas, balki o‘quvchilarda bilishga qiziqish uyg‘otishi, ularni izlanishga yo‘naltirishi va mustaqil xulosa chiqarishga undashi bilan ham belgilanadi. Shu nuqtayi nazardan, bo‘lajak pedagoglarda kreativ fikrlashni rivojlantirish oliy pedagogik ta’limning muhim vazifalaridan biri hisoblanadi.

Kreativ fikrlash insonning mavjud bilim va tajribalar asosida yangi g‘oyalarni ilgari surishi, muammolarga turli nuqtayi nazardan yondashishi hamda noodatiy, lekin asoslangan yechimlarni ishlab chiqish qobiliyatini ifodalaydi. Bo‘lajak pedagog faoliyatida ushbu sifat dars mashg‘ulotlarini ijodiy loyihalash, o‘quv materiallarini o‘quvchilarning ehtiyojlariga moslashtirish, ta’limiy muammolarni tahlil qilish va samarali pedagogik usullarni tanlashda namoyon bo‘ladi. Kreativ fikrlash rivojlangan bo‘lajak o‘qituvchi ta’lim jarayonida bir xil yondashuv bilan cheklanib qolmaydi, balki vaziyatga qarab turli metodlarni uyg‘unlashtirishga, yangi o‘quv topshiriqlarini yaratishga va o‘quvchilarning individual imkoniyatlarini hisobga olishga intiladi.

Bo‘lajak pedagoglarda kreativ fikrlashni shakllantirish o‘z-o‘zidan yuzaga keladigan jarayon emas. U maqsadli tashkil etilgan ta’lim muhiti, talabalarning faol ishtiroki, ijodiy izlanishni qo‘llab-quvvatlovchi topshiriqlar va pedagogik hamkorlik orqali rivojlanadi. Bunda talabalarga o‘z fikrlarini erkin ifodalash, muqobil yechimlarni taklif etish, xatolarni o‘rganish tajribasining bir qismi sifatida tahlil qilish va o‘z g‘oyalarini dalillar bilan asoslash imkoniyatini yaratish muhimdir. Muammoli ta’lim, loyiha faoliyati, munozara, vaziyatli topshiriqlar va hamkorlikdagi o‘rganish kabi metodlar

talabalarning fikrlash doirasini kengaytirishga hamda mavjud bilimlarni yangi sharoitlarda qo‘llashiga yordam beradi.

Mazkur jarayonda pedagogning roli ham alohida ahamiyat kasb etadi. O‘qituvchi talabalarga tayyor javoblarni taqdim etish bilangina cheklanmasdan, ularni savol berishga, mustaqil izlanishga, turli qarashlarni taqqoslashga va o‘z qarorlarini tahlil qilishga yo‘naltirishi lozim. Shuningdek, ijodiy tashabbusni rag‘batlantirish, individual fikrlarga hurmat bilan munosabatda bo‘lish va talabalar o‘rtasida samarali hamkorlikni tashkil etish kreativ fikrlashni rivojlantirish uchun qulay pedagogik sharoit yaratadi. Raqamli ta’lim resurslaridan maqsadli foydalanish esa axborotlarni izlash, qayta ishlash va yangi ta’limiy mahsulotlar yaratish imkoniyatlarini kengaytiradi.

Shu bilan birga, kreativ fikrlashni rivojlantirishni faqat innovatsion metodlardan foydalanish bilan bog‘lash yetarli emas. Ushbu jarayon ta’lim mazmuni, o‘qitish metodlari, pedagogik muloqot, mustaqil faoliyat va baholash mezonlarining o‘zaro uyg‘unligini talab qiladi. Talabaning ijodiy g‘oyalarini faqat yakuniy natija asosida emas, balki muammoni anglash, yechim variantlarini ishlab chiqish, tanlovini asoslash va o‘z faoliyatini takomillashtirish jarayoni orqali ham baholash maqsadga muvofiq. Bunday yondashuv kreativ fikrlashni tasodifiy namoyon bo‘ladigan xususiyat sifatida emas, balki pedagogik jihatdan rivojlantirilishi mumkin bo‘lgan kasbiy kompetensiya sifatida qarash imkonini beradi.

Shundan kelib chiqib, bo‘lajak pedagoglarda kreativ fikrlashni rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlarini aniqlash va ularni oliy ta’lim amaliyotida samarali qo‘llash masalasi dolzarb ilmiy-pedagogik ahamiyatga ega. Ushbu masalani o‘rganish bo‘lajak o‘qituvchilarning ijodiy salohiyatini yuzaga chiqarish, kasbiy mustaqilligini mustahkamlash va ta’limiy vaziyatlarga moslashuvchan yondashuvini rivojlantirishga xizmat qiladi. Shu sababli kreativ fikrlashni rivojlantirishga yo‘naltirilgan pedagogik shart-sharoitlarni tizimli tashkil etish kelajak pedagoglarining kasbiy tayyorgarligini takomillashtirishning muhim yo‘nalishlaridan biri sifatida qaraladi.

Adabiyotlar tahlili. Bo‘lajak pedagoglarda kreativ fikrlashni rivojlantirish masalasi zamonaviy pedagogika fanida shaxsga yo‘naltirilgan ta’lim, ijodiy faoliyatni tashkil etish, muammoli o‘qitish va kasbiy kompetensiyalarni shakllantirish bilan uzviy bog‘liq holda o‘rganilmoqda. Kreativ fikrlash pedagogning mavjud bilimlarni takrorlash qobiliyatidan tashqari, yangi g‘oyalarni ilgari surishi, muammoli vaziyatlarga turli nuqtayi nazardan yondashishi va ta’lim jarayoniga mos innovatsion yechimlarni ishlab chiqishida namoyon bo‘ladi. Shu sababli bo‘lajak o‘qituvchilarning kreativ salohiyatini rivojlantirishga oid ilmiy qarashlarni tahlil qilish ushbu jarayonning nazariy asoslari va pedagogik shart-sharoitlarini aniqlash uchun muhimdir.

Kreativlikning psixologik asoslarini o‘rganishda J. P. Guilfordning divergent tafakkur haqidagi qarashlari alohida ahamiyatga ega. Olim ijodiy fikrlashni bir muammoga bir nechta muqobil yechim topish, fikrlar xilma-xilligini namoyon etish va odatiy yondashuvlardan chetga chiqish imkoniyatlari bilan bog‘liq holda izohlagan. Mazkur yondashuv bo‘lajak pedagoglarni tayyorlashda muammoli topshiriqlar, ochiq savollar va muqobil yechimlarni ishlab chiqishga yo‘naltirilgan mashg‘ulotlardan foydalanish zarurligini asoslaydi. Bunday faoliyat talabalarning fikrlash moslashuvchanligini rivojlantirish, mustaqil qaror qabul qilish va pedagogik vaziyatlarga ijodiy yondashish imkoniyatlarini kengaytiradi.

T. M. Amabile tomonidan ishlab chiqilgan kreativlikning komponentli yondashuvida ijodiy natija sohaga oid bilimlar, ijodiy fikrlash ko‘nikmalari va ichki motivatsiyaning o‘zaro ta’siri bilan izohlanadi. Ushbu nazariy qarash bo‘lajak pedagoglarda kreativ fikrlashni rivojlantirish faqat maxsus topshiriqlarni bajarish bilan cheklanmasligini, balki kasbiy bilimlarni chuqur o‘zlashtirish va ijodiy tashabbusni qo‘llab-quvvatlovchi muhitni ham talab qilishini ko‘rsatadi. Demak, talabalarga pedagogik muammolarni mustaqil o‘rganish, o‘z g‘oyalarini taklif etish va ularni asoslash imkoniyatini berish kreativ salohiyatni shakllantirishning muhim shartlaridan biridir.

E. O. Bereczki va A. Kárpáti tomonidan o‘qituvchilarning kreativlik haqidagi qarashlariga bag‘ishlangan tizimli adabiyotlar sharhida pedagoglarning ijodkorlikni tushunishi, unga munosabati va ta’lim amaliyotidagi yondashuvlari kreativlikni rivojlantirishga ta’sir ko‘rsatuvchi omillar sifatida tahlil qilingan [1]. Tadqiqot natijalari o‘qituvchining kreativlik haqidagi tasavvurlari bilan uning real pedagogik faoliyati o‘rtasida muayyan tafovutlar yuzaga kelishi mumkinligini ko‘rsatadi. Bu holat

bo‘lajak pedagoglarni tayyorlashda kreativ fikrlashning nazariy mazmunini o‘rgatish bilan bir qatorda, uni amaliy vaziyatlarda qo‘llashga yo‘naltirilgan mashg‘ulotlarni ham tashkil etish zarurligini anglatadi.

O‘qituvchilarning kreativlikni rivojlantirishga doir qarashlarini o‘rgangan S. Mullet va uning hammualliflari pedagoglarning ijodkorlik haqidagi tasavvurlari, o‘quvchilarning ijodiy imkoniyatlarini baholashi va kreativlikni qo‘llab-quvvatlash usullarini tahlil qilganlar [2]. Ushbu tadqiqot kreativlikni faqat san’at yoki noodatiy faoliyat bilan cheklab qo‘ymasdan, uni turli fanlarni o‘qitish, muammolarni hal etish va bilimlarni yangicha qo‘llash bilan bog‘liq keng pedagogik hodisa sifatida ko‘rib chiqish zarurligini ko‘rsatadi. Bo‘lajak pedagoglar uchun bu yondashuv muhim, chunki ularning kreativ fikrlashi dars mazmunini loyihalash, topshiriqlarni moslashtirish va o‘quvchilarning mustaqil fikrlashini rag‘batlantirishda namoyon bo‘ladi.

Oliy ta’limda o‘qituvchilar kreativligiga bag‘ishlangan tizimli sharhda kreativlikning o‘ziga xosligi, samaradorligi va ijtimoiy muhit bilan aloqasi muhim jihatlar sifatida qayd etilgan [3]. Mazkur yondashuvga ko‘ra, ijodiy pedagogik faoliyat faqat shaxsning individual qobiliyatlariga bog‘liq emas, balki hamkorlik, kasbiy tajriba, ta’lim muassasasidagi sharoit va innovatsiyalarni qo‘llab-quvvatlash bilan ham belgilanadi. Shu nuqtayi nazardan, bo‘lajak pedagoglarda kreativ fikrlashni rivojlantirish uchun hamkorlikdagi loyihalar, o‘zaro fikr almashish, mikroo‘qitish va pedagogik vaziyatlarni modellashtirish kabi faoliyat turlaridan foydalanish maqsadga muvofiq.

Bo‘lajak pedagoglarda kreativ fikrlashni rivojlantirishga bevosita bag‘ishlangan zamonaviy tadqiqotlarda ham mazkur muammoning ko‘p komponentli xususiyati ta’kidlanadi. 2025-yilda D. Jamolitdinova va D. Rakhmonova tomonidan e’lon qilingan tadqiqotda kreativ fikrlashni shakllantirishda shaxsga yo‘naltirilgan ta’lim texnologiyalari, tanqidiy va divergent tafakkurni rivojlantirish vositalari hamda pedagogning namuna ko‘rsatuvchi roli yoritilgan [4]. Bu yondashuv bo‘lajak o‘qituvchining kreativligi nafaqat nazariy bilim, balki shaxsiy faollik va amaliy pedagogik tajriba orqali ham rivojlanishini anglatadi.

2025-yilda bo‘lajak pedagoglar kreativligiga oid ilmiy adabiyotlarni tizimli o‘rgangan tadqiqotda kreativlik haqidagi qarashlar, shaxsiy xususiyatlar, ijodiy jarayon va kreativlikni o‘qitish masalalari asosiy yo‘nalishlar sifatida ajratilgan [5]. Mualliflar ushbu sohadagi tadqiqotlar turli yondashuvlarga ega ekanini va bo‘lajak pedagoglarning o‘ziga xos tayyorgarlik ehtiyojlarini yanada chuqurroq o‘rganish zarurligini ko‘rsatadilar.

Mazkur xulosa kreativ fikrlashni rivojlantirish uchun yagona metod bilan cheklanmasdan, talabalarning kasbiy yo‘nalishi, mavjud bilimlari, ijodiy tashabbusi va ta’lim sharoitlarini hisobga oluvchi yaxlit pedagogik tizimni shakllantirish lozimligini asoslaydi.

Yuqoridagi ilmiy qarashlar umumlashtirilganda, bo‘lajak pedagoglarda kreativ fikrlashni rivojlantirishning asosiy pedagogik shart-sharoitlari sifatida ijodiy va psixologik jihatdan qulay ta’lim muhitini yaratish, muammoli hamda loyiha asosidagi topshiriqlardan foydalanish, mustaqil izlanishni rag‘batlantirish, hamkorlikdagi faoliyatni tashkil etish va refleksiv tahlilni yo‘lga qo‘yish zarurligi namoyon bo‘ladi. Bunda pedagogning kreativlikka munosabati, talabalarga beriladigan mustaqillik darajasi va ijodiy natijalarni baholash mezonlari o‘zaro uyg‘un bo‘lishi kerak.

Shu bilan birga, mavjud ilmiy qarashlarni bo‘lajak pedagoglarning kasbiy tayyorgarligi bilan bog‘lashda kreativ fikrlashni faqat g‘oyalar soni yoki noodatiy javoblar bilan baholash yetarli emas. Taklif etilgan g‘oyaning yangiligi, pedagogik vaziyatga muvofiqligi, amaliy qo‘llash imkoniyati va dalillar bilan asoslanganligi ham hisobga olinishi lozim. Demak, bo‘lajak pedagoglarda kreativ fikrlashni rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlarini takomillashtirish ijodiy faoliyat, kasbiy bilim, refleksiya va amaliy tajribani birlashtiruvchi tizimli yondashuvni talab qiladi.

Xulosa. Bo‘lajak pedagoglarda kreativ fikrlashni rivojlantirish zamonaviy ta’lim tizimining muhim vazifalaridan biri bo‘lib, u kelajak o‘qituvchilarining kasbiy tayyorgarligi, mustaqil qaror qabul qilishi va pedagogik faoliyatda innovatsion yondashuvlardan foydalanish qobiliyati bilan chambarchas bog‘liq. Olib borilgan nazariy tahlil shuni ko‘rsatadiki, kreativ fikrlash pedagogning mavjud bilimlarni o‘zlashtirishi bilangina cheklanmaydi, balki ularni yangi vaziyatlarda qo‘llash, muammolarga turli nuqtayi nazardan yondashish, muqobil yechimlarni ishlab chiqish va o‘z g‘oyalarini asoslash ko‘nikmalarini ham qamrab oladi.

Bo‘lajak pedagoglarning kreativ salohiyatini rivojlantirishda ta’lim jarayonini ijodiy izlanish, mustaqil fikrlash va o‘zaro hamkorlikka yo‘naltirish muhim ahamiyat kasb etadi. Buning uchun muammoli vaziyatlarni tahlil qilish, loyiha topshiriqlarini bajarish, munozaralarda ishtirok etish, pedagogik vaziyatlarni modellashtirish va refleksiv faoliyatni tashkil etish kabi usullardan izchil foydalanish lozim. Bunday yondashuv talabalarning nazariy bilimlarini amaliy faoliyat bilan bog‘lashiga, o‘z fikrlarini erkin ifodalashiga va kasbiy muammolarga ijodiy yechim topishiga yordam beradi.

Tadqiqot mavzusi doirasidagi tahlillar asosida kreativ fikrlashni rivojlantirishning samaradorligi bir nechta o‘zaro bog‘liq pedagogik shart-sharoitlarga tayanishi aniqlandi. Jumladan, psixologik jihatdan qulay ta’lim muhitini yaratish, talabalarning tashabbusini qo‘llab-quvvatlash, mustaqil izlanish uchun imkoniyat berish, ijodiy topshiriqlarni kasbiy faoliyat bilan uyg‘unlashtirish hamda natijalarni mazmunli mezonlar asosida baholash alohida ahamiyatga ega. Shu bilan birga, pedagogning o‘zi ijodiy fikrlashga namuna bo‘lishi, talabalarning noodatiy g‘oyalarini darhol rad etmasdan, ularni tahlil qilish va asoslashga yo‘naltirishi zarur.

Kreativ fikrlashni baholashda faqat taklif etilgan g‘oyalar soniga yoki javoblarning noodatiyligiga tayanish yetarli emas. G‘oyaning yangiligi, pedagogik vaziyatga mosligi, amaliy ahamiyati va asoslanganligi ham hisobga olinishi kerak. Bunday mezonlar bo‘lajak pedagoglarning ijodiy imkoniyatlarini xolisroq aniqlash hamda ularning rivojlanish yo‘nalishlarini belgilashga xizmat qiladi.

Umuman olganda, bo‘lajak pedagoglarda kreativ fikrlashni rivojlantirish alohida mashg‘ulotlar bilan cheklanadigan jarayon emas, balki ta’lim mazmuni, o‘qitish metodlari, pedagogik muloqot, mustaqil ta’lim va refleksiyani o‘zaro uyg‘unlashtirishni talab qiladigan tizimli faoliyatdir. Shu sababli oliy pedagogik ta’lim amaliyotida kreativ fikrlashni shakllantirishga qaratilgan metodik yondashuvlarni takomillashtirish, ularni real pedagogik vaziyatlar bilan boyitish va talabalarning ijodiy tashabbusini muntazam qo‘llab-quvvatlash maqsadga muvofiq. Natijada bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy moslashuvchanligi, mustaqil fikrlashi va ta’lim jarayonini ijodiy tashkil etishga tayyorligini rivojlantirish uchun zarur shart-sharoitlar yaratiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. O‘zbekiston Respublikasining “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni. 2020-yil 23-sentabr, O‘RQ-637-son.

2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 8-oktabrdagi PF-5847-son Farmoni. “O‘zbekiston Respublikasi oliy ta’lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”.

3. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 29-apreldagi PF-5712-son Farmoni. “O‘zbekiston Respublikasi xalq ta’limi tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”.

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

5. Bereczki, E. O., & Kárpáti, A. (2018). Teachers’ beliefs about creativity and its nurture: A systematic review of the recent research literature. *Educational Research Review, 23*, 25–56. https://doi.org/10.1016/j.edurev.2017.10.003

6. Mullet, D. R., Willerson, A., Lamb, K. N., & Kettler, T. (2016). Examining teacher perceptions of creativity: A systematic review of the literature. *Thinking Skills and Creativity, 21*, 9–30. https://doi.org/10.1016/j.tsc.2016.05.001

7. Muñoz-Salinas, Y., Caro-Zúñiga, D., & Jeria, I. (2025). Creativity and Preservice Teachers: A Literature Review of an Underexplored Field (2014–2024). *Education Sciences, 15*(3), 395. https://doi.org/10.3390/educsci15030395

8. Amabile, T. M. (1996). *Creativity in Context: Update to the Social Psychology of Creativity*. Westview Press.

9. Guilford, J. P. (1967). *The Nature of Human Intelligence*. McGraw-Hill.

Tolibova Marjona Tolib qizi
G‘ijduvon tumani 44-maktab maslahatchisi

MAKTAB MASLAHATCHILARIDA KASBIY STRESSGA CHIDAMLILIK VA EMOTSIONAL BARQARORLIKNI SHAKLLANTIRUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR

Annotatsiya. *Mazkur maqolada maktab maslahatchilarida kasbiy stressga chidamlilik va emotsional barqarorlikni shakllantiruvchi psixologik omillar, jumladan, emotsional intellekt, kasbiy motivatsiya, refleksiv tafakkur, psixologik moslashuvchanlik va o‘zini o‘zi boshqarish qobiliyatining o‘zaro bog‘liqligi ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Shuningdek, maktab maslahatchilarining kasbiy faoliyatida yuzaga keladigan psixologik zo‘riqishlarning xususiyatlari, emotsional barqarorlikni ta’minlovchi shaxsiy va ijtimoiy resurslar hamda kasbiy stressning salbiy oqibatlarini kamaytirishga qaratilgan psixologik-profilaktik yondashuvlar yoritiladi.*

Kalit so‘zlar: *maktab maslahatchisi, kasbiy stress, stressga chidamlilik, emotsional barqarorlik, emotsional intellekt, kasbiy motivatsiya, psixologik moslashuvchanlik, refleksiv tafakkur, o‘zini o‘zi boshqarish, psixologik resurslar, kasbiy zo‘riqish, psixoprofilaktika.*

Аннотация. *В данной статье проводится научно-теоретический анализ психологических факторов, формирующих стрессоустойчивость и эмоциональную стабильность школьных консультантов, включая взаимосвязь эмоционального интеллекта, профессиональной мотивации, рефлексивного мышления, психологической гибкости и способности к саморегуляции. Кроме того, рассматриваются особенности психологического напряжения, возникающего в профессиональной деятельности школьных консультантов, личностные и социальные ресурсы, обеспечивающие эмоциональную стабильность, а также психопрофилактические подходы, направленные на снижение негативных последствий профессионального стресса.*

Ключевые слова: *школьный консультант, профессиональный стресс, стрессоустойчивость, эмоциональная стабильность, эмоциональный интеллект, профессиональная мотивация, психологическая гибкость, рефлексивное мышление, саморегуляция, психологические ресурсы, профессиональное напряжение, психопрофилактика.*

Abstract. *This article provides a theoretical and scientific analysis of the psychological factors contributing to the development of occupational stress resilience and emotional stability among school counselors, including the interrelationships between emotional intelligence, professional motivation, reflective thinking, psychological flexibility, and self-regulation abilities. Furthermore, the article examines the characteristics of psychological strain arising in the professional activities of school counselors, the personal and social resources that support emotional stability, and psychoprophylactic approaches aimed at reducing the negative consequences of occupational stress.*

Keywords: *school counselor, occupational stress, stress resilience, emotional stability, emotional intelligence, professional motivation, psychological flexibility, reflective thinking, self-regulation, psychological resources, occupational strain, psychological prevention.*

Kirish. Zamonaviy umumta’lim muassasalarida ta’lim va tarbiya jarayonining murakkablashuvi, o‘quvchilarning individual psixologik ehtiyojlari xilma-xillashuvi, pedagoglar va ota-onalar o‘rtasidagi munosabatlarning yangi mazmun kasb etishi maktab maslahatchilarining kasbiy faoliyatiga qo‘yiladigan talablarni sezilarli darajada kuchaytirmoqda, chunki mazkur

mutaxassislar o‘quvchilarning shaxsiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash, ijtimoiy moslashuviga ko‘maklashish, murakkab tarbiyaviy vaziyatlarda maqbul yechimlarni ishlab chiqish, ta’lim ishtirokchilari o‘rtasida konstruktiv muloqotni shakllantirish va psixologik jihatdan qulay muhitni mustahkamlash kabi o‘zaro bog‘liq vazifalarni bajarish jarayonida turli darajadagi emotsional bosimlarga duch keladilar. Maktab maslahatchilarining kundalik kasbiy faoliyatida o‘quvchilarning shaxslararo munosabatlariga oid muammolarni o‘rganish, oilaviy tarbiya bilan bog‘liq ziddiyatlarni tushunish, pedagogik jamoaning talablariga moslashish, ota-onalarning turlicha kutishlariga munosabat bildirish, nizoli vaziyatlarda xolislikni saqlash va bir vaqtning o‘zida bir nechta mas’uliyatli vazifalarni muvofiqlashtirish zarurati yuzaga kelishi mumkin bo‘lib, bunday sharoitda kasbiy stressga chidamlilik mutaxassisning ruhiy zo‘riqishlarga bardosh berishini ta’minlovchi oddiy shaxsiy xususiyat sifatida emas, balki uning o‘z hissiy kechinmalarini anglash, murakkab vaziyatlarni oqilona baholash, ichki psixologik resurslarini safarbar etish, kasbiy chegaralarini saqlash va faoliyat samaradorligini barqarorlashtirishga xizmat qiluvchi murakkab psixologik sifat sifatida namoyon bo‘ladi.

Mazkur jarayonda emotsional barqarorlikning shakllanishi shaxsning individual temperament xususiyatlari, emotsional intellekti, refleksiv tafakkuri, o‘zini o‘zi boshqarish qobiliyati, kasbiy motivatsiyasi, shaxsiy qadriyatlari, psixologik moslashuvchanligi, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash manbalaridan foydalanish imkoniyatlari hamda o‘z kasbiy salohiyatiga nisbatan ishonchi bilan uzviy bog‘liq bo‘lib, ushbu omillarning o‘zaro ta’siri maktab maslahatchisining murakkab pedagogik vaziyatlarga munosabatini, psixologik zo‘riqishni boshdan kechirish xususiyatlarini, emotsional charchashga moyilligini, mas’uliyatli qarorlar qabul qilishdagi mustaqilligini va kasbiy muammolarni hal etishda qo‘llaydigan individual psixologik strategiyalarini belgilashda muhim ahamiyat kasb etadi. Maktab maslahatchilarida kasbiy stressga chidamlilik va emotsional barqarorlikni shakllantiruvchi psixologik omillarni ilmiy jihatdan o‘rganish mutaxassislarning kasbiy faoliyatida yuzaga keladigan ruhiy zo‘riqish manbalarini aniqlash, shaxsiy va tashkiliy resurslar o‘rtasidagi munosabatlarni tushuntirish, stressli vaziyatlarga nisbatan konstruktiv munosabatni rivojlantirish, emotsional o‘zini o‘zi boshqarish ko‘nikmalarini mustahkamlash, kasbiy kuyish xavfini kamaytirishga yo‘naltirilgan psixoprofilaktik yondashuvlarni asoslash hamda maktab muhitining o‘ziga xos xususiyatlariga mos psixologik qo‘llab-quvvatlash mexanizmlarini ishlab chiqish imkonini berishi bilan dolzarb hisoblanadi, ayniqsa, kasbiy talablar va mutaxassisning ichki psixologik imkoniyatlari o‘rtasidagi mutanosiblikni ta’minlash masalasi maktab maslahatchilarining uzoq muddatli kasbiy samaradorligi, shaxsiy farovonligi va ta’lim muassasasidagi sog‘lom ijtimoiy-psixologik munosabatlarni qo‘llab-quvvatlashda alohida tadqiqot ahamiyatiga ega.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Vyacheslav Bodrovning kasbiy faoliyat jarayonida yuzaga keladigan psixologik stressga oid ilmiy qarashlarida insonning murakkab mehnat sharoitlariga moslashuvi, tashqi talablarni subyektiv baholashi, mavjud psixologik imkoniyatlarini safarbar etishi va zo‘riqish holatlarini yengishda individual xususiyatlarning ishtiroki alohida o‘rganilgan bo‘lib, olim stressga chidamlilikni shaxsning murakkab vaziyatlarga nisbatan munosabatini boshqarishi, moslashuv imkoniyatlarini saqlashi hamda faoliyat davomida yuzaga keladigan psixologik qiyinchiliklarni yengishga xizmat qiluvchi ichki resurslar bilan bog‘liq holda izohlaydi [1]. Uning ilmiy yondashuviga ko‘ra, kasbiy stressning kuchayishi faqat bajarilayotgan vazifaning murakkabligiga bog‘liq emas, balki mutaxassisning vaziyatni qanday idrok etishi, o‘z imkoniyatlariga qay darajada ishonishi, mavjud muammoning oqibatlarini oldindan baholashi,

kasbiy tajribasidan foydalanishi va hissiy zo‘riqish sharoitida maqsadga yo‘naltirilgan faoliyatni davom ettirish qobiliyatiga ham aloqador bo‘lib, ushbu qarashlar maktab maslahatchilarining nizoli uchrashuvlar, kutilmagan murojaatlar, murakkab oilaviy vaziyatlar va pedagogik jamoa bilan hamkorlikdagi psixologik holatini o‘rganishda muhim nazariy asos vazifasini bajaradi. Mazkur yondashuv maktab maslahatchilarida stressga bardoshlilikning shakllanishini shaxsiy jasorat yoki kuchli irodaning alohida namoyon bo‘lishi bilan cheklamasdan, kasbiy tajribani psixologik jihatdan qayta ishlash, murakkab vaziyatlarga nisbatan moslashuvchan munosabat bildirish, o‘z faoliyatidagi ustuvor vazifalarni aniqlash va ruhiy zo‘riqish manbalarini farqlash orqali tushuntirish imkonini beradi, chunki mutaxassisning muammoli vaziyatga munosabati uning hissiy kechinmalarini boshqarish usullariga ham bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Natalya Vodopyanovaning stressni psixodiagnostik baholashga bag‘ishlangan ilmiy ishlari esa psixologik zo‘riqishni o‘rganishda uning tashqi belgilari bilan chegaralanmasdan, stress manbalari, subyektiv kechinmalar, shaxsiy resurslar, muammolarni yengish usullari hamda stressning kasbiy faoliyatga ta’sirini birgalikda tahlil qilish zarurligini asoslaydi, ayniqsa, mutaxassis o‘zida paydo bo‘layotgan emotsional charchoqni vaqtida anglamagan holatlarda ruhiy zo‘riqishning kundalik faoliyatga asta-sekin singib borishi mumkinligiga e’tibor qaratiladi [2]. Vodopyanovaning diagnostik yondashuvini maktab maslahatchilarining kasbiy faoliyatiga tatbiq etish orqali mutaxassislarning psixologik zo‘riqishga munosabati, murakkab muloqotlardan keyingi emotsional tiklanish xususiyatlari, kasbiy xavotirning yuzaga kelish sharoitlari, ish faoliyatidan qoniqish bilan ruhiy charchash o‘rtasidagi munosabatlar va stressni yengishda qo‘llaniladigan individual strategiyalarni o‘rganish mumkin bo‘lib, bunday tahlil maslahatchilarning psixologik ehtiyojlariga mos profilaktik tadbirlarni belgilash, yordamga ehtiyoj kuchayadigan kasbiy vaziyatlarni aniqlash hamda psixologik resurslarni maqsadli rivojlantirishga xizmat qiladi.

Larisa Mitinaning ta’lim sohasi mutaxassislarining shaxsiy va kasbiy rivojlanishiga bag‘ishlangan ilmiy tadqiqotlarida kasbiy yetuklik insonning egallagan bilim va malakalari bilan chegaralanmasdan, uning shaxsiy rivojlanishga intilishi, o‘z kasbiy imkoniyatlarini anglash darajasi, faoliyatidagi murakkabliklarga nisbatan mustaqil munosabat shakllantirishi, kasbiy o‘zligini saqlab qolishi va o‘zgaruvchan pedagogik muhitda faoliyatining mazmunini qayta baholay olishi bilan bog‘liq murakkab psixologik jarayon sifatida o‘rganiladi [3]. Olimaning shaxsiy-kasbiy rivojlanish haqidagi qarashlari maktab maslahatchilarida emotsional barqarorlikning shakllanishini ularning kasbiy o‘zligini anglash darajasi, o‘z faoliyatiga nisbatan mas’uliyatli munosabati, pedagogik jamoa ichidagi mavqeyini idrok etishi, kasbiy muvaffaqiyatsizliklarni shaxsiy qadrsizlik belgisi sifatida qabul qilmasligi va o‘z ustida ishlashga bo‘lgan ichki ehtiyoji bilan bog‘liq holda tahlil qilishga imkon beradi, chunki maslahatchining kasbiy o‘sishga munosabati uning murakkab vaziyatlarda hissiy muvozanatini saqlashi, tashqi tanqidlarga oqilona javob qaytarishi va o‘z imkoniyatlariga nisbatan barqaror tasavvurga ega bo‘lishida sezilarli ahamiyat kasb etadi. Varvara Morosanovaning ongli o‘zini o‘zi boshqarish va shaxs individualligiga oid ilmiy qarashlarida inson faoliyatining samaradorligi maqsadlarni mustaqil belgilash, faoliyat sharoitlarini oldindan modellashtirish, harakatlar ketma-ketligini rejalashtirish, amalga oshirilgan ishni belgilangan mezonlar asosida baholash hamda kutilmagan o‘zgarishlarga muvofiq xatti-harakatlarni qayta tashkil etish kabi o‘zaro bog‘liq psixologik mexanizmlar orqali tushuntiriladi [4].

Mazkur nazariy yondashuv maktab maslahatchilarining emotsional barqarorligini o‘rganishda alohida ahamiyatga ega, chunki maslahat jarayonida o‘quvchining kutilmagan javobi, ota-onaning keskin munosabati, pedagoglarning qarama-qarshi talablari yoki murakkab nizoli holatlarning yuzaga kelishi mutaxassisdan dastlabki ish rejasini qayta ko‘rib chiqish, vaziyatning psixologik mohiyatini aniqlash, shoshilinch hissiy munosabatni cheklash va suhbatning tarbiyaviy maqsadini saqlagan holda yangi muloqot strategiyasini tanlashni talab etadi. Mitinaning shaxsiy-kasbiy rivojlanish

konsepsiyasi bilan Morosanovaning ongli o‘zini o‘zi boshqarish nazariyasini o‘zaro bog‘liq holda tahlil qilish maktab maslahatchilarining kasbiy stressga chidamliligini rivojlantirishda tashqi vaziyatlarni o‘zgartirishga qaratilgan choralar bilan bir qatorda mustaqil qaror qabul qilish, kasbiy xatolarni refleksiv tahlil etish, muammolarni hal qilishning muqobil usullarini izlash, faoliyat natijalarini xolis baholash va o‘zgaruvchan ish sharoitlariga individual moslashish ko‘nikmalarini shakllantirish zarurligini ko‘rsatadi, bu esa maslahatchining o‘z faoliyatini vaziyat ta’siriga berilib emas, ongli ravishda boshqarish imkoniyatlarini kengaytiradi.

Yevgeniy Ilyinning emotsiya va hissiyotlar psixologiyasiga bag‘ishlangan ilmiy qarashlarida insonning emotsional sohasi bir-biridan farqlanuvchi hissiy holatlar, kechinmalar, emotsional xususiyatlar, hissiyotlarning shaxsiy mazmuni va individual emotsional reaksiyalar bilan bog‘liq murakkab tizim sifatida talqin qilinib, hissiyotlarning xulq-atvorni boshqarish, voqelikni baholash, shaxslararo munosabatlarni tashkil etish hamda faoliyat davomida yuzaga keladigan ichki psixologik o‘zgarishlarni aks ettirishdagi vazifalari keng yoritilgan [5]. Olimning emotsional jarayonlarga oid yondashuvi maktab maslahatchilarining kasbiy faoliyatida emotsional barqarorlikni doimo xotirjam bo‘lish yoki salbiy hissiyotlarni butunlay yo‘qotish sifatida emas, balki turli kechinmalarni farqlash, ularning yuzaga kelish sabablarini tushunish, hissiy ta’sirchanlikning kasbiy munosabatlarga ta’sirini nazorat qilish va suhbatdoshning emotsional holatiga mos psixologik munosabat bildirish qobiliyati orqali tushuntirish imkonini beradi, ayniqsa, maslahat jarayonida hamdardlik ko‘rsatish bilan mutaxassisning shaxsiy hissiy chegaralarini saqlashi o‘rtasidagi muvozanat uning kasbiy faoliyatini izchil davom ettirishida muhim ahamiyatga ega. Dmitriy Leontievning shaxsiy salohiyat va insonning ongli tanlov imkoniyatlariga oid ilmiy qarashlarida shaxs murakkab hayotiy vaziyatlarning passiv ishtirokchisi emas, balki o‘z faoliyatiga mazmun bera oladigan, mavjud imkoniyatlarni qayta baholaydigan, ichki qadriyatlariga tayangan holda qaror qabul qiladigan va noaniq sharoitlarda ham ongli pozitsiyasini shakllantirishga qodir faol subyekt sifatida o‘rganilib, shaxsiy salohiyat insonning tashqi talablar bilan ichki maqsadlari o‘rtasidagi munosabatlarni mustaqil tartibga solish imkoniyatlari bilan bog‘liq holda talqin etiladi [6].

Muhokama. Maktab maslahatchilarining kasbiy faoliyatida stressga chidamlilik va emotsional barqarorlikning shakllanishi shaxsning individual psixologik xususiyatlari, kasbiy tajribasi, ijtimoiy munosabatlari va ta’lim muassasasidagi tashkiliy muhitning o‘zaro ta’siri bilan belgilanadigan murakkab jarayon bo‘lib, mazkur jarayonda mutaxassisning hissiy kechinmalarini anglash darajasi, psixologik zo‘riqish manbalarini farqlash qobiliyati, kasbiy vaziyatlarga nisbatan munosabati hamda o‘z faoliyatini mustaqil boshqarish imkoniyatlari uning ruhiy muvozanatini saqlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Rus psixolog olimlarining ilmiy qarashlarini qiyosiy tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, kasbiy stressga chidamlilikni faqat shaxsning tug‘ma xususiyatlari yoki individual temperament ko‘rsatkichlari bilan izohlash yetarli emas, chunki emotsional barqarorlikning rivojlanishida refleksiv tafakkur, ongli o‘zini o‘zi boshqarish, kasbiy qadriyatlarni anglash, psixologik moslashuvchanlik va muammoli vaziyatlarda konstruktiv qarorlar qabul qilish ko‘nikmalari o‘zaro bog‘liq holda namoyon bo‘ladi. Maktab maslahatchilari faoliyatining o‘ziga xos jihati shundaki, ular o‘quvchilarning shaxsiy kechinmalari, ota-onalarning tarbiyaviy qarashlari, pedagoglarning kasbiy talablari va ta’lim muassasasining tashkiliy vazifalari kesishgan murakkab ijtimoiy-psixologik muhitda faoliyat yuritadilar, bu esa ularning emotsional holatiga turli yo‘nalishdagi ta’sirlarni yuzaga keltirishi, kasbiy mas’uliyat hissini kuchaytirishi hamda ayrim vaziyatlarda psixologik resurslarning kamayishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Mazkur holatlarni hisobga olgan holda maktab maslahatchilarida stressga chidamlilikni rivojlantirishga qaratilgan psixologik faoliyat faqat zo‘riqish alomatlarini kamaytirish bilan cheklanmasdan, kasbiy o‘zlikni anglashni mustahkamlash, hissiy reaksiyalarni ongli boshqarish, shaxslararo munosabatlarda psixologik chegaralarni saqlash, murakkab vaziyatlarga moslashuvchan yondashish hamda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash imkoniyatlaridan samarali foydalanish ko‘nikmalarini rivojlantirishga yo‘naltirilishi maqsadga muvofiqdir. Shuningdek, maktab maslahatchilarining emotsional barqarorligini ta’minlashda ta’lim muassasasi rahbariyatining qo‘llab-quvvatlashi, kasbiy vakolatlarning aniq belgilanishi, mutaxassislararo hamkorlikning yo‘lga qo‘yilishi, murakkab maslahat vaziyatlarini professional muhokama qilish imkoniyatlarining mavjudligi va shaxsiy

psixologik tiklanishga sharoit yaratilishi alohida ahamiyatga ega bo‘lib, ushbu jihatlarni kompleks o‘rganish maslahatchilarning kasbiy farovonligini mustahkamlashga qaratilgan psixologik-pedagogik yondashuvlarning mazmunini yanada takomillashtirish imkonini beradi.

Xulosa. Maktab maslahatchilarida kasbiy stressga chidamlilik va emotsional barqarorlikni shakllantirish ularning individual psixologik xususiyatlari, kasbiy motivatsiyasi, hissiy o‘zini o‘zi boshqarish qobiliyati, shaxsiy qadriyatlari va ijtimoiy-psixologik muhit bilan bog‘liq bo‘lgan murakkab jarayon sifatida namoyon bo‘lib, ushbu omillarning o‘zaro uyg‘unligi mutaxassisning kasbiy mas’uliyatni samarali bajarishi, murakkab pedagogik vaziyatlarda ruhiy muvozanatini saqlashi va shaxslararo munosabatlarda konstruktiv yondashuvni qo‘llashiga xizmat qiladi. Ilmiy-nazariy qarashlarning tahlili maktab maslahatchilarining emotsional barqarorligi faqat stressli vaziyatlarga bardosh berish bilan cheklanmasdan, balki yuzaga kelayotgan psixologik qiyinchiliklarning sabablarini anglash, shaxsiy imkoniyatlarni oqilona baholash, kasbiy faoliyatdagi ziddiyatlarga moslashuvchan munosabat bildirish va hissiy kechinmalarni ongli ravishda tartibga solish ko‘nikmalarining rivojlanganligi bilan ham belgilanishini ko‘rsatadi. Shu munosabat bilan maktab maslahatchilarining psixologik barqarorligini mustahkamlash uchun emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan amaliy mashg‘ulotlar, stressni boshqarish bo‘yicha psixologik treninglar, kasbiy refleksiyani kuchaytiruvchi suhbatlar, murakkab vaziyatlarni tahlil qilishga asoslangan guruhiy muhokamalar va individual psixologik maslahatlarni muntazam tashkil etish, shuningdek, mutaxassislarning kasbiy faoliyatdan qoniqish darajasi hamda ruhiy zo‘riqish belgilarini davriy psixodiagnostik o‘rganish tavsiya etiladi.

Ta’lim muassasalarida maktab maslahatchilarining kasbiy farovonligini ta’minlash maqsadida ularning xizmat vazifalarini aniq chegaralash, ortiqcha emotsional yuklamalarning oldini olish, pedagogik jamoa bilan o‘zaro hamkorlikni mustahkamlash, murakkab murojaatlarni tajribali mutaxassislar ishtirokida muhokama qilish imkoniyatlarini kengaytirish hamda kasbiy faoliyat davomida psixologik tiklanish va shaxsiy rivojlanish uchun qulay tashkiliy sharoitlarni yaratish muhim hisoblanadi. Maktab maslahatchilarining stressga chidamliligini rivojlantirishga yo‘naltirilgan psixologik yondashuvlarni ularning individual ehtiyojlari, ish tajribasi, shaxsiy resurslari va faoliyat muhitining o‘ziga xos xususiyatlariga muvofiqlashtirish orqali kasbiy zo‘riqishning salbiy oqibatlarini kamaytirish, emotsional charchash xavfini cheklash, maslahat xizmatining sifatini oshirish va ta’lim muassasasida sog‘lom psixologik munosabatlarni qo‘llab-quvvatlash uchun yanada qulay imkoniyatlar yaratish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление. – М.: ПЕР СЭ, 2006. – 528 с.
2. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
3. Митина Л. М. Психология личностно-профессионального развития субъектов образования. – М.; СПб.: Нестор-История, 2014. – 375 с.
4. Моросанова В. И. Саморегуляция и индивидуальность человека. – М.: Наука, 2010. – 518 с.

Jaqsimuratov Alpamis Bayram o‘g‘li
Nukus shahar 54-maktab jismoniy tarbiya o‘qituvchisi
Jaksimuratov502@gmail.com

JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA O‘QUVCHILARNING SOG‘LOM TURMUSH TARZIGA OID KO‘NIKMALARINI RIVOJLANTIRISHDA INNOVATSION PEDAGOGIK TEXNOLOGIYALARNING AHAMIYATI

Annotatsiya. Mazkur tezisda jismoniy tarbiya darslarida o‘quvchilarning sog‘lom turmush tarziga oid bilim, ko‘nikma va odatlarini rivojlantirishda innovatsion pedagogik texnologiyalardan

foydalanishning nazariy hamda amaliy jihatlari yoritilgan. O‘quvchilarning jismoniy faolligini oshirish, sog‘lom turmush tarziga ijobiy munosabatni shakllantirish, mustaqil mashg‘ulotlarga qiziqishini kuchaytirish va sog‘lomlashtiruvchi faoliyatga jalb etishda interfaol metodlar, o‘yin texnologiyalari hamda individual yondashuvning pedagogik imkoniyatlari tahlil qilingan. Shuningdek, jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarining samaradorligini oshirishga qaratilgan amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so‘zlar: jismoniy tarbiya, sog‘lom turmush tarzi, innovatsion pedagogik texnologiyalar, jismoniy faollik, interfaol metodlar, harakatli o‘yinlar, sog‘lomlashtirish, pedagogik yondashuv.

Kirish. Zamonaviy ta’lim tizimida o‘quvchilarning jismoniy rivojlanishini ta’minlash, ularning salomatligini mustahkamlash hamda sog‘lom turmush tarziga oid barqaror ko‘nikmalarini shakllantirish muhim pedagogik vazifalardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, maktab yoshidagi bolalarning kundalik hayotida raqamli texnologiyalardan foydalanish imkoniyatlarining kengayishi va kamharakat faoliyat turlarining ortishi jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarini yangi pedagogik yondashuvlar asosida tashkil etish zaruratini kuchaytirmoqda.

Jahon sog‘liqni saqlash tashkilotining jismoniy faollik bo‘yicha tavsiyalarida 5–17 yoshdagi bolalar va o‘smirlar hafta davomida o‘rtacha hisobda kuniga kamida 60 daqiqa o‘rtacha va yuqori intensivlikdagi jismoniy faollik bilan shug‘ullanishi lozimligi qayd etilgan [1]. Mazkur tavsiyalar jismoniy tarbiya darslarining faqat muayyan harakatlarni o‘rgatish bilan cheklanmasdan, o‘quvchilarda muntazam jismoniy faollikka bo‘lgan ichki ehtiyojni rivojlantirishga ham qaratilishi zarurligini anglatadi.

ASOSIY QISM. Jismoniy tarbiya darslarida innovatsion pedagogik texnologiyalardan foydalanish o‘quvchilarning mashg‘ulotlarga qiziqishini oshirish, harakat faoliyatini individuallashtirish va jamoaviy hamkorlik ko‘nikmalarini rivojlantirish imkonini beradi. Bunda interfaol o‘yinlar, muammoli topshiriqlar, harakatli estafetalar va kichik guruhlarda bajariladigan mashqlar alohida ahamiyat kasb etadi.

Pedagogik nuqtayi nazardan, sog‘lom turmush tarziga oid ko‘nikmalarni rivojlantirish o‘zaro bog‘liq uchta yo‘nalishni qamrab oladi. Birinchi yo‘nalish o‘quvchilarning jismoniy faollik, to‘g‘ri ovqatlanish, shaxsiy gigiyena va dam olish tartibi haqidagi bilimlarini boyitishga xizmat qiladi. Ikkinchi yo‘nalish jismoniy mashqlarni mustaqil bajarish, harakat faolligini rejalashtirish va salomatlikni mustahkamlashga qaratilgan amaliy ko‘nikmalarni shakllantiradi. Uchinchi yo‘nalish esa sog‘lom hayot tarziga ijobiy munosabat, muntazam mashq qilish motivatsiyasi va shaxsiy mas’uliyat hissini rivojlantirishni nazarda tutadi.

Jismoniy tarbiya jarayonida o‘yin texnologiyalaridan foydalanish o‘quvchilarning yosh xususiyatlariga mos pedagogik faoliyatni tashkil etishda samarali vositalardan biridir. Xususan, harakatli o‘yinlar orqali tezkorlik, chaqqonlik, muvozanatni saqlash, harakatlarni muvofiqlashtirish va jamoa bilan ishlash ko‘nikmalarini rivojlantirish mumkin. Bunday mashg‘ulotlarda o‘quvchilarning individual jismoniy imkoniyatlarini hisobga olish, topshiriqlar murakkabligini bosqichma-bosqich oshirish va barcha ishtirokchilarning faol qatnashishini ta’minlash muhimdir.

Raqamli pedagogik vositalardan foydalanish ham jismoniy tarbiya mashg‘ulotlariga qo‘shimcha imkoniyatlar yaratadi. Jumladan, mashqlar texnikasini videomateriallar orqali tushuntirish, harakatlarni vizual namoyish qilish hamda o‘quvchilarning shaxsiy jismoniy faollik kundaliklarini yuritish ularda o‘z faoliyatini kuzatish va baholash ko‘nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi.

Bundan tashqari, jismoniy tarbiya darslarida differensial yondashuvni qo‘llash o‘quvchilarning jismoniy tayyorgarligi, salomatligi va individual imkoniyatlariga mos topshiriqlarni tanlash imkonini beradi. Mashg‘ulotlarda faqat yuqori sport natijalariga erishishni emas, balki har bir o‘quvchining shaxsiy rivojlanish dinamikasini qo‘llab-quvvatlashni ustuvor vazifa sifatida belgilash maqsadga muvofiq.

Shuningdek, jismoniy tarbiya o‘qituvchisining metodik kompetentligi mashg‘ulotlarning samaradorligini belgilovchi muhim pedagogik omillardan biri hisoblanadi. Pedagogning innovatsion metodlarni tanlash, o‘quvchilarning faolligini rag‘batlantirish, xavfsizlik qoidalariga rioya etilishini

ta’minlash va mashg‘ulot natijalarini baholash qobiliyati sog‘lomlashtiruvchi ta’lim muhitini yaratishga xizmat qiladi.

XULOSA. Jismoniy tarbiya darslarida innovatsion pedagogik texnologiyalardan foydalanish o‘quvchilarning sog‘lom turmush tarziga oid bilim va amaliy ko‘nikmalarini rivojlantirish uchun muhim pedagogik imkoniyatlarni yuzaga keltiradi. Interfaol metodlar, harakatli o‘yinlar, raqamli vositalar va individual yondashuvning uyg‘unlashtirilishi o‘quvchilarning jismoniy faollikka bo‘lgan qiziqishini kuchaytirish hamda muntazam mashg‘ulotlarga ijobiy munosabatini shakllantirishga xizmat qilishi mumkin.

Shu bois jismoniy tarbiya darslarini tashkil etishda innovatsion texnologiyalarni o‘quvchilarning yosh va individual xususiyatlariga mos tanlash, sog‘lomlashtiruvchi mashqlar ulushini oshirish, mustaqil jismoniy faollikni rag‘batlantirish hamda pedagoglarning metodik tayyorgarligini takomillashtirish maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. World Health Organization. *WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour.* — Geneva: WHO, 2020.
2. UNESCO. *Quality Physical Education (QPE): Guidelines for Policy-Makers.* — Paris: UNESCO, 2015.
3. SHAPE America. *National Standards for K–12 Physical Education.* — Reston, VA: SHAPE America, 2024.
4. Sallis J.F., McKenzie T.L., Beets M.W., Beighle A., Erwin H., Lee S. Physical Education's Role in Public Health: Steps Forward and Backward Over 20 Years and HOPE for the Future // *Research Quarterly for Exercise and Sport.* — 2012. — Vol. 83, No. 2. — P. 125–135.

Raximbayeva Gulyora Ulugbekovna
Urganch davlat pedagogika instituti,
Pedagogika va psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi

GLOBALLASHUV SHAROITIDA TALABALAR IJTIMOIY IDENTIFIKATSIYASINI SHAKLLANTIRISHDA MILLIY QADRIYATLAR VA IJTIMOIY MUHITNING PSIXOLOGIK O‘RNI

Annotatsiya: Maqolada globallashuv sharoitida talabalarning ijtimoiy identifikatsiyasi milliy qadriyatlar, ijtimoiy mansublik hissi va oliy ta’lim muhitining psixologik jihatlari bilan bog‘liq holda tahlil qilinadi. Ijtimoiy identifikatsiya shaxsning guruhga mansubligini anglashi, ushbu mansublikning o‘zlikni anglashdagi ahamiyati va guruh bilan hissiy aloqadorligini qamrab oluvchi ko‘p o‘lchovli jarayon sifatida yoritiladi. Milliy qadriyatlarni o‘zlashtirish, tengdoshlar bilan munosabatlar, universitet jamoasida ishtirok etish va refleksiv anglash muhim tadqiqot yo‘nalishlari sifatida ajratiladi. Maqolada empirik tekshiruv uchun metodologik tavsiyalar beriladi, biroq tasdiqlanmagan statistik natijalar keltirilmaydi.

Kalit so‘zlar: talabalar, ijtimoiy identifikatsiya, milliy qadriyatlar, ijtimoiy muhit, oliy ta’lim, mansublik hissi, refleksiya, globallashuv

Аннотация: В статье социальная идентичность студентов в условиях глобализации анализируется во взаимосвязи с национальными ценностями, чувством социальной принадлежности и психологическими особенностями образовательной среды вуза. Социальная идентичность раскрывается как многомерный процесс, включающий осознание групповой принадлежности, её значение для самосознания и эмоциональную связь с группой.

Усвоение национальных ценностей, отношения со сверстниками, участие в университетском сообществе и рефлексивное осмысление рассматриваются как важные направления исследования. Представлены методологические рекомендации для эмпирической проверки; неподтверждённые статистические результаты не приводятся.

Ключевые слова: студенты, социальная идентичность, национальные ценности, социальная среда, высшее образование, чувство принадлежности, рефлексия, глобализация

Abstract: This article examines students' social identity in the context of globalization in relation to national values, perceived social belonging, and the psychological characteristics of the university environment. Social identity is discussed as a multidimensional process involving awareness of group membership, its importance for self-understanding, and emotional attachment to the group. The internalization of national values, peer relationships, participation in university life, and reflective awareness are identified as relevant areas for investigation. Methodological recommendations for empirical testing are provided, while unverified statistical findings are excluded.

Keywords: students, social identity, national values, social environment, higher education, sense of belonging, reflection, globalization

Kirish: Globallashuv sharoitida shaxsning o‘zligini anglash jarayoni turli ijtimoiy va madaniy ta’sirlar kesishgan muhitda kechadi. Oliy ta’lim muassasasiga kirish talaba uchun yangi ijtimoiy rollar, muloqot doiralari, me’yorlar va guruhiy mansublik tajribalarini yuzaga keltiradi. Shu bilan birga, raqamli axborot oqimlari va madaniyatlararo aloqalar talabaning qadriyatlar tizimi hamda o‘zini ijtimoiy guruhlar bilan bog‘liq holda idrok etishiga ta’sir qilishi mumkin.

Ijtimoiy identifikatsiya muammosini o‘rganishda milliy qadriyatlar va ijtimoiy muhitni bir-biridan ajratilgan omillar sifatida emas, balki shaxsning ijtimoiy tajribasi bilan o‘zaro aloqada bo‘ladigan jarayonlar sifatida ko‘rib chiqish maqsadga muvofiq. Bunda qadriyatlarning mavjudligi yoki ularni deklarativ ravishda qo‘llab-quvvatlashning o‘zi identifikatsiyaning qay darajada shakllanganini to‘liq ko‘rsatmaydi.

Ijtimoiy identifikatsiyaning nazariy asoslari. H. Tajfelning ijtimoiy identifikatsiya yondashuvi shaxsning o‘zini anglashida guruhiy mansublik va guruhga beriladigan bahoning ahamiyatini ochib beradi [1]. Tajfel va Turner tomonidan ishlab chiqilgan nazariy yondashuv guruhiy tasniflash, guruhlararo taqqoslash va ijtimoiy mansublikning psixologik mazmunini tahlil qilishga imkon yaratadi [2]. Mazkur nazariy qarashlar talabalarning o‘zini milliy, universitetga oid, kasbiy va boshqa ijtimoiy guruhlar bilan bog‘liq holda anglashini o‘rganishda muhimdir.

J. E. Cameron ijtimoiy identifikatsiyani guruhiy mansublikning markaziyligi, guruhga nisbatan hissiy munosabat va guruh a’zolari bilan aloqadorlik kabi tarkibiy o‘lchamlar orqali tahlil qiladi [3]. Ushbu model ijtimoiy identifikatsiyani faqat guruhga mansublik haqidagi bilim bilan tenglashtirmaslik kerakligini ko‘rsatadi. Shaxs guruhga mansubligini bilishi mumkin, biroq bu mansublik uning o‘zlik konsepsiyasida markaziy o‘rin tutmasligi yoki guruh bilan hissiy aloqasi kuchli bo‘lmasligi mumkin.

Jamoaviy identifikatsiyaning ko‘p o‘lchovliligini ta’kidlovchi yondashuvlar shaxsning turli ijtimoiy mansubliklarini va ularning vaziyatga bog‘liq namoyon bo‘lishini hisobga olish zarurligini ko‘rsatadi [4; 5]. Shu sababli talabalarning ijtimoiy identifikatsiyasini baholashda uning tarkibiy jihatlari alohida o‘rganilishi lozim.

Milliy qadriyatlar va o‘zlikni anglash. Milliy qadriyatlar til, tarixiy xotira, madaniy an’analar, ijtimoiy me’yorlar va jamoaviy tajribalar bilan bog‘liq ma’nolar tizimini tashkil etadi. Ular talabaning o‘zini muayyan madaniy hamjamiyat a’zosi sifatida anglashiga asos bo‘lishi mumkin. Biroq milliy qadriyatlarning psixologik ahamiyati ularni yoddan bilish bilangina belgilanmaydi. Qadriyatlarning

shaxsiy e'tiqodlar bilan uyg'unligi, kundalik tanlovlarda namoyon bo'lishi va ijtimoiy munosabatlarda qanday talqin qilinishi ham muhimdir.

Milliy identifikatsiya bilan global yo'nalishlar o'rtasidagi munosabatni avtomatik ravishda ziddiyat sifatida izohlash to'g'ri emas. Talaba milliy madaniyatga mansublikni qadrlagan holda boshqa madaniyat vakillari bilan hamkorlik qilishi va xalqaro bilim almashinuviga ochiq bo'lishi mumkin. UNESCOning global fuqarolik ta'limiga oid yondashuvi mahalliy va global masalalarni birgalikda tushunish, xilma-xillikka hurmat va mas'uliyatli ishtirokni ta'kidlaydi [7]. Bu qarash milliy o'zlikni saqlash va madaniyatlararo ochiqlikni qarama-qarshi qo'yishdan ko'ra, ularning o'zaro munosabatini tadqiq etishga undaydi.

Shu nuqtayi nazardan, milliy qadriyatlar ijtimoiy identifikatsiyaning mumkin bo'lgan psixologik omili sifatida o'rganilishi kerak. Ularning ta'siri barcha talabalar uchun bir xil bo'ladi, degan xulosaga oldindan kelib bo'lmaydi. Oilaviy tajriba, hududiy muhit, ta'lim tajribasi va individual refleksiya kabi omillar natijalarni farqlashi mumkin.

Oliy ta'lim muhiti va ijtimoiy mansublik. Universitet muhiti talabaning ijtimoiy aloqalarini kengaytiradigan va yangi guruhiy rollarni o'zlashtirishiga sharoit yaratadigan makondir. Tengdoshlar bilan hamkorlik, akademik guruhdagi o'zaro yordam, o'qituvchilarning munosabati va jamoaviy faoliyatda ishtirok etish talabaning o'zini ta'lim hamjamiyatining bir qismi sifatida his etishiga taalluqli bo'lishi mumkin.

Ijtimoiy mansublik hissi bilan rasmiy a'zolikni farqlash zarur. Talaba muayyan universitetda tahsil olayotgani uning ushbu jamoa bilan kuchli psixologik aloqaga ega ekanini o'z-o'zidan isbotlamaydi. Shuning uchun tadqiqotda universitetga mansublik, tengdoshlar tomonidan qabul qilinish hissi, jamoaviy faoliyatdagi ishtirok va guruh bilan hissiy aloqadorlikni alohida ko'rsatkichlar sifatida o'lchash maqsadga muvofiq.

Ijtimoiy identifikatsiyaning shakllanishi faqat ijobiy muhit bilan izohlanmaydi. Guruh ichidagi raqobat, chetlanish hissi, stereotiplar yoki o'zini ifoda etish imkoniyatlarining cheklanganligi ham mansublik tajribasiga ta'sir qilishi mumkin. Bunday holatlarni tadqiq qilishda sabab va oqibatni farqlash, turli omillarni birgalikda hisobga olish zarur.

Refleksiya va identifikatsiyaning faol shakllanishi. Refleksiya shaxsning o'z fikrlari, qadriyatlari, tajribasi va xulq-atvorini tahlil qilish jarayoni sifatida ijtimoiy identifikatsiyani anglash bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Refleksiv yondashuv talabaning guruhiy mansubligini shunchaki tashqi talab sifatida qabul qilishidan ko'ra, uning shaxsiy mazmunini anglashiga yordam berishi ehtimol qilinadi.

Shu bilan birga, refleksiya har doim ham identifikatsiyaning barqarorligi yoki ijobiyligini kafolatlamaydi. Uning roli shaxsiy tajriba, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va muayyan vaziyatga bog'liq bo'lishi mumkin. Shuning uchun refleksiyani identifikatsiyaning isbotlangan sababi sifatida emas, balki empirik tekshiruv talab qiladigan psixologik o'zgaruvchi sifatida ko'rish lozim.

Empirik tadqiqot uchun metodologik yo'nalishlar. Milliy qadriyatlar, ijtimoiy mansublik va oliy ta'lim muhitining ijtimoiy identifikatsiya bilan bog'liqligini tekshirish uchun bir necha o'zgaruvchidan iborat tadqiqot modeli tuzish mumkin. Bunda ijtimoiy identifikatsiyaning tarkibiy o'lchamlari asosiy natijaviy ko'rsatkichlar, milliy qadriyatlarga munosabat, universitet jamoasiga mansublik hissi va refleksiya esa ehtimoliy tushuntiruvchi o'zgaruvchilar sifatida ko'rib chiqiladi.

Metodikalar tanlanayotganda ularning nazariy mazmuni, validligi, ishonchliligi, o'zbek tiliga tarjimasi va mahalliy madaniy muhitga mosligi tekshirilishi zarur. So'rovnoma natijalari respondentlarning o'zini baholashiga asoslangan bo'lsa, ijtimoiy maqbullik ta'siri va javob berishdagi ehtimoliy og'ishlar ham hisobga olinishi kerak.

Deskriptiv statistika o‘zgaruvchilarni tavsiflashga, korrelyatsion tahlil ular o‘rtasidagi bog‘liqlikni aniqlashga, regressiya tahlili esa boshqa omillar nazorat qilinganda ayrim ko‘rsatkichlarning statistik bashorat qiymatini tekshirishga yordam beradi. Biroq korrelyatsiya sababiy ta’sirni anglatmaydi. Sababiy xulosalar uchun tadqiqot dizayni, vaqt ketma-ketligi va muqobil tushuntirishlar puxta asoslanishi lozim.

Ushbu maqolada tekshirilgan empirik ma’lumotlar yoki statistik jadvallar keltirilmagan. Shuning uchun milliy qadriyatlar va ijtimoiy muhitning ta’siri haqida qat’iy xulosa chiqarilmaydi; mazkur omillar keyingi tadqiqotda tekshirilishi lozim bo‘lgan ilmiy taxminlar sifatida belgilanadi.

Amaliy jihatdan, oliy ta’lim muassasalarida talabalar o‘rtasidagi mazmunli muloqot, jamoaviy loyihalar, madaniy tajriba almashinuvi va hurmatga asoslangan ijtimoiy muhitni qo‘llab-quvvatlash foydali yo‘nalishlar bo‘lishi mumkin. Biroq bunday faoliyatning identifikatsiyaga ta’siri samarali deb e’lon qilinishidan oldin uning natijalarini ilmiy usulda baholash talab etiladi.

Xulosa: Globallashuv sharoitida talabalar ijtimoiy identifikatsiyasini shakllantirishda milliy qadriyatlar, ijtimoiy mansublik hissi, oliy ta’lim muhitidagi munosabatlar va refleksiv anglash muhim tadqiqot yo‘nalishlari hisoblanadi. Ushbu omillar o‘rtasidagi bog‘liqlikni oldindan isbotlangan deb qabul qilish mumkin emas; ular tegishli psixodiagnostik metodikalar va statistik tahlil orqali tekshirilishi lozim. Ijtimoiy identifikatsiyani ko‘p o‘lchovli jarayon sifatida o‘rganish talabalarning o‘zligini anglash mexanizmlarini chuqurroq tushunishga va oliy ta’lim muhitidagi psixologik-pedagogik yondashuvlarni ilmiy asoslashga xizmat qilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Tajfel H. Individuals and groups in social psychology // British Journal of Social and Clinical Psychology. – 1979. – Vol. 18, No. 2. – P. 183–190. https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1979.tb00324.x

2. Tajfel H., Turner J. C. An integrative theory of intergroup conflict // The Social Psychology of Intergroup Relations / Ed. by W. G. Austin, S. Worchel. – Monterey, CA: Brooks/Cole, 1979. – P. 33–47.

3. Cameron J. E. A three-factor model of social identity // Self and Identity. – 2004. – Vol. 3, No. 3. – P. 239–262. https://doi.org/10.1080/13576500444000047

4. Ashmore R. D., Deaux K., McLaughlin-Volpe T. An organizing framework for collective identity: Articulation and significance of multidimensionality // Psychological Bulletin. – 2004. – Vol. 130, No. 1. – P. 80–114. https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.1.80

5. Hogg M. A., Abrams D., Otten S., Hinkle S. The social identity perspective: Intergroup relations, self-conception, and small groups // Small Group Research. – 2004. – Vol. 35, No. 3. – P. 246–276. https://doi.org/10.1177/1046496404263424

6. Phinney J. S., Ong A. D. Conceptualization and measurement of ethnic identity: Current status and future directions // Journal of Counseling Psychology. – 2007. – Vol. 54, No. 3. – P. 271–281. https://doi.org/10.1037/0022-0167.54.3.271

7. UNESCO. Global Citizenship Education: Topics and Learning Objectives. – Paris: UNESCO, 2015.

8. Berry J. W. Immigration, acculturation, and adaptation // Applied Psychology. – 1997. – Vol. 46, No. 1. – P. 5–34. https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.1997.tb01087.x

Alimardanova Ra’no Narbayevna
O‘zbekiston milliy pedagogika universiteti mustaqil tadqiqotchisi

ONALAR BANDLIGINING OILAVIY MUNOSABATLARGA TA’SIRI

Annotatsiya. Mazkur ilmiy tezisda onalar bandligining oilaviy munosabatlarga ta’siri ijtimoiy-psixologik jihatdan tahlil qilingan. Ayollarning kasbiy faoliyat bilan shug‘ullanishi, oilaviy majburiyatlarni bajarishi, farzandlar tarbiyasidagi ishtiroki hamda er-xotin o‘rtasidagi munosabatlarga ta’sir etuvchi omillar yoritilgan. Kasbiy va oilaviy rollarni uyg‘unlashtirish jarayonida yuzaga keladigan emotsional zo‘riqish, rollararo ziddiyat va vaqt taqchilligi bilan birga iqtisodiy mustaqillik, shaxsiy rivojlanish va oilaviy hamkorlikning ijobiy imkoniyatlari ochib berilgan.

Kalit so‘zlar: onalar bandligi, oilaviy munosabatlar, ijtimoiy-psixologik omillar, kasbiy faoliyat, rollararo ziddiyat, er-xotin munosabatlari, farzand tarbiyasi, psixologik farovonlik.

Kirish. Zamonaviy jamiyatda yuz berayotgan ijtimoiy-iqtisodiy o‘zgarishlar, mehnat bozoridagi yangilanishlar, ayollarning ta’lim olish va kasbiy rivojlanish imkoniyatlarining kengayishi oila institutining ijtimoiy-psixologik xususiyatlariga bevosita ta’sir ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, onalarning mehnat faoliyatidagi ishtiroki ortishi oiladagi vazifalar taqsimoti, er-xotin munosabatlari, farzandlar tarbiyasi va oilaviy qadriyatlar tizimida muayyan o‘zgarishlarni yuzaga keltirmoqda.

Oila shaxsning dastlabki ijtimoiylashuvi, emotsional rivojlanishi, qadriyatlar tizimining shakllanishi va shaxslararo munosabatlar tajribasini egallashida muhim ijtimoiy muhit hisoblanadi. Oiladagi sog‘lom psixologik muhit er-xotinning o‘zaro hurmati, ishonchi, hamkorligi va farzandlar ehtiyojlariga e’tibor bilan munosabatda bo‘lishi orqali shakllanadi. Shu sababli onalarning bandligini faqat iqtisodiy faoliyat bilan chegaralash yetarli emas.

Onalarning bandligi oilaning moddiy ta’minotini yaxshilash, farzandlarning ta’lim olish imkoniyatlarini kengaytirish va ayollarning qobiliyatlarini ro‘yobga chiqarishga xizmat qilishi mumkin. Ayni paytda ishdagi yuqori talablar, oilaviy majburiyatlarning nomutanosib taqsimlanishi, dam olish vaqtining cheklanishi hamda yaqinlar tomonidan yetarli qo‘llab-quvvatlashning mavjud emasligi oilaviy munosabatlarda ziddiyatlarning yuzaga kelishiga sharoit yaratadi.

Tadqiqotning maqsadi onalar bandligining oilaviy munosabatlarga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini nazariy jihatdan tahlil qilish va kasbiy hamda oilaviy rollar uyg‘unligini ta’minlovchi omillarni aniqlashdan iborat. Tadqiqot metodologiyasi ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, taqqoslash, umumlashtirish va tizimlashtirish usullariga asoslanadi.

Onalar bandligining ijtimoiy-psixologik mohiyati

Onalar bandligi deganda farzand tarbiyasi bilan bir qatorda haq to‘lanadigan mehnat faoliyati, tadbirkorlik, mustaqil kasbiy faoliyat yoki boshqa iqtisodiy faoliyat shakllarida ishtirok etish tushuniladi. Uning ijtimoiy-psixologik mazmuni esa ayolning o‘zini anglash, ijtimoiy mavqeyini belgilash, shaxsiy ehtiyojlarini qondirish va oilaviy mas’uliyatni amalga oshirish jarayonlarini ham qamrab oladi.

Onalarning kasbiy bandligi oilaviy munosabatlarga ta’sir etishida ijtimoiy rollar muhim ahamiyat kasb etadi. Oilaviy hayotda ayoldan farzand tarbiyasi, uy-ro‘zg‘or ishlarini tashkil etish va oilaviy muhitni qo‘llab-quvvatlash kutilishi mumkin. Kasbiy faoliyat esa intizom, mas’uliyat, vaqtni boshqarish va kasbiy natijadorlikni talab qiladi. Ushbu talablarning bir vaqtning o‘zida bajarilishi ayrim vaziyatlarda rollararo ziddiyatni yuzaga keltiradi.

J.H. Greenhaus va N.J. Beutell mehnat va oila rollari o‘rtasidagi ziddiyatni vaqt, zo‘riqish va xulq-atvor talablari bilan bog‘liq shakllarga ajratadi [1]. Kasbiy vazifalarga sarflangan vaqt oilaviy majburiyatlar uchun imkoniyatni cheklashi, ishdagi emotsional zo‘riqish uy sharoitidagi muloqotga ko‘chishi yoki turli rollardagi xulq-atvor talablari bir-biriga mos kelmasligi mumkin.

Biroq kasbiy bandlik oilaviy ziddiyatlarni muqarrar ravishda kuchaytirmaydi. Ayolning o‘z kasbidan qoniqishi, iqtisodiy imkoniyatlarining kengayishi va shaxsiy muvaffaqiyatni his etishi uning psixologik farovonligini oshirib, oilaviy munosabatlarga ijobiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Onalar bandligining er-xotin munosabatlariga ta’siri

Oilaviy munosabatlar tizimida er-xotin o‘rtasidagi hissiy yaqinlik, o‘zaro hurmat va hamkorlik oilaning psixologik barqarorligini belgilovchi omillardir. Onaning iqtisodiy faol bo‘lishi oilaning moddiy imkoniyatlarini kengaytiradi. Ikki tomonning daromad manbaiga ega bo‘lishi kundalik ehtiyojlarni qondirish, farzandlarning ta’lim-tarbiyasiga mablag‘ ajratish va kelajak rejalarini amalga oshirish imkoniyatlarini oshirishi mumkin.

Ayolning kasbiy muvaffaqiyatlari uning shaxsiy mustaqilligi, o‘ziga ishonchi va ijtimoiy faolligini rivojlantiradi. Shaxsning o‘z mehnati natijasini his etishi unda ijtimoiy foydalilik va qadr-qimmat tuyg‘ularini mustahkamlaydi. Bu oilada fikr almashish, birgalikda qaror qabul qilish va hamkorlikni kuchaytirishga imkon yaratadi.

Ayni paytda kasbiy bandlik oilaviy majburiyatlarni qayta taqsimlash zaruratini yuzaga keltiradi. Agar uy-ro‘zg‘or ishlari, farzandlar tarbiyasi va kundalik tashkiliy vazifalar faqat ayol zimmasida qolsa, jismoniy hamda psixologik yuklama ortadi. Natijada charchoq, asabiylik, emotsional beqarorlik va turmush o‘rtog‘idan norozilik kuzatilishi mumkin.

Oilaviy vazifalarning o‘zaro kelishuv asosida taqsimlanishi er-xotin hamkorligini mustahkamlaydi. Turmush o‘rtog‘ining farzandlar tarbiyasidagi ishtiroki, ayolning kasbiy faoliyatini qadrlashi, uning hissiy ehtiyojlariga e’tibor berishi muhimdir. Ishdan keyingi charchoq yoki vaqt taqchilligi sharoitida tushunish va amaliy yordam ko‘rsatish psixologik moslashuvni yengillashtiradi.

Demak, bandlikning er-xotin munosabatlariga ta’siri ishning o‘zidan ko‘ra, oilada shakllangan hamkorlik madaniyati, o‘zaro moslashuv va mas’uliyatning qanday taqsimlanganiga bog‘liq.

Onalar bandligi va farzandlar tarbiyasi

Onalarning kasbiy bandligi farzandlar bilan munosabatlar tizimida ham o‘ziga xos xususiyatlarni yuzaga keltiradi. Bolalarning shaxs sifatida shakllanishida ota-onaning emotsional yaqinligi, tarbiyaviy ta’siri, muloqot sifati va oiladagi psixologik xavfsizlik muhim ahamiyatga ega.

Ish jadvalining tig‘izligi, qo‘shimcha mehnat vazifalari, ish joyiga qatnash uchun sarflanadigan vaqt va uy-ro‘zg‘or majburiyatlari farzand bilan bevosita muloqot imkoniyatlariga ta’sir ko‘rsatadi. Ammo munosabatlarning sifati faqat birgalikda o‘tkazilgan vaqt miqdori bilan belgilanmaydi. Muloqotdagi samimiylik, bolaning fikrlarini tinglash va hissiy ehtiyojlariga javob qaytarish ham muhim.

Band ona farzandi bilan cheklangan vaqt muloqot qilgan taqdirda ham ushbu vaqtni mazmunli tashkil etishi orqali ijobiy emotsional munosabatlarni saqlab qolishi mumkin. Farzand bilan suhbatlashish, uning kundalik tajribalarini muhokama qilish, ta’limdagi muvaffaqiyatlarini rag‘batlantirish va muammolariga birgalikda yechim izlash o‘zaro ishonchni mustahkamlaydi.

Onaning kasbiy faoliyati farzandlar uchun ijobiy ijtimoiy namuna ham bo‘lishi mumkin. Mehnatsevarlik, mas’uliyat, mustaqillik, vaqtni qadrlash va rivojlanishga intilish kabi xususiyatlar farzandlarning qadriyatlar tizimiga ta’sir ko‘rsatadi. Shu bilan birga, bolaning yoshiga mos parvarish va muloqot ehtiyojlarini hisobga olish zarur.

Ilk bolalik davrida muntazam parvarish va barqaror hissiy munosabatlar muhim bo‘lsa, maktab yoshida ta’limni qo‘llab-quvvatlash, o‘smirlikda esa mustaqillikka intilishni tushunish va ishonchli muloqotni saqlash alohida ahamiyat kasb etadi. Shuning uchun onaning ishlashi farzand tarbiyasiga albatta salbiy ta’sir qiladi degan bir tomonlama xulosa asosli emas.

Emotsional holat va psixologik farovonlik

Kasbiy faoliyat, farzand tarbiyasi va oilaviy majburiyatlarni birgalikda bajarish ayoldan vaqtni samarali boshqarish, hissiy barqarorlik, moslashuvchanlik va o‘zini o‘zi tartibga solish ko‘nikmalarini talab qiladi. Ishdagi mas’uliyat, kasbiy muvaffaqiyatga intilish va oilaviy vazifalar o‘rtasidagi nomutanosiblik emotsional zo‘riqish manbaiga aylanishi mumkin.

Oiladagi vazifalar ayol zimmasiga haddan tashqari ko‘p yuklangan sharoitda psixologik charchoq kuchayishi ehtimoli ortadi. Bu uning kayfiyati, oilaviy muloqotga munosabati va yaqinlariga ajratadigan emotsional resurslariga ta’sir qiladi. Charchoqning ehtimoliy ko‘rinishlari tez toliqish, sabrsizlik, diqqatning susayishi va shaxslararo keskinlikning ortishidir.

Shu bilan birga, mehnat faoliyati o‘z qobiliyatlarini namoyon etish, ijtimoiy munosabatlarni kengaytirish va iqtisodiy mustaqillikni his etish orqali ruhiy qoniqishni oshirishi mumkin. Bandlik va

psixologik farovonlik munosabatini baholashda ish sharoitidan qoniqish, oilaviy mas'uliyat hajmi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va dam olish imkoniyatlari birgalikda e'tiborga olinishi kerak.

Oilaviy munosabatlarga ta'sir etuvchi omillar

Onalar bandligi bilan oilaviy munosabatlar o'rtasidagi aloqani oilaviy, individual va tashkiliy omillar orqali tushuntirish mumkin. Oilaviy omillarga er-xotin o'rtasidagi ishonch va vazifalar taqsimoti, individual omillarga onaning stressga bardoshliligi va emotsional barqarorligi, tashkiliy omillarga esa ish vaqtining moslashuvchanligi va mehnat sharoitlari kiradi.

1-jadval. Onalar bandligining oilaviy munosabatlarga ta'sir etuvchi omillari

Omillar	**Ijobiy imkoniyatlar**	**Ehtimoliy qiyinchiliklar**
Iqtisodiy mustaqillik	Moddiy barqarorlik	Moliyaviy kelishmovchiliklar
Kasbiy qoniqish	Shaxsiy rivojlanish	Charchoq va ish bosimi
Ish vaqti	Rejalashtirish ko'nikmalari	Muloqot vaqtining qisqarishi
Er-xotin hamkorligi	O'zaro ishonch va birdamlik	Vazifalar nomutanosibligi
Ijtimoiy yordam	Moslashuvning yengillashishi	Yordam yetishmasligida zo'riqish

Izoh: jadval nazariy tahlil asosida tizimlashtirilgan, empirik natijalarni ifodalamaydi.

Keltirilgan omillar bandlikning oilaviy munosabatlarga ta'siri bir yo'nalishli emasligini ko'rsatadi. Masalan, iqtisodiy mustaqillik turmush sifatini yaxshilashi mumkin, lekin ish vaqti haddan tashqari uzayishi muloqot uchun vaqtni cheklaydi. Oilaviy hamkorlik esa kasbiy va oilaviy talablar o'rtasidagi muvozanatni saqlashga yordam beradi.

Kasbiy va oilaviy faoliyat uyg'unligini ta'minlash mexanizmlari

Birinchi mexanizm — o'zaro psixologik qo'llab-quvvatlash. Turmush o'rtog'i va yaqinlarning amaliy hamda emotsional yordami ayolning vazifalarni bajarishida muhim resurs hisoblanadi. Qo'llab-quvvatlash kundalik yumushlarni bo'lishish, farzand tarbiyasida ishtirok etish va dam olish uchun imkon yaratishni ham o'z ichiga oladi.

Ikkinchi mexanizm — samarali oilaviy muloqot. Er-xotin ehtiyojlar, kutishlar va majburiyatlar haqida ochiq gaplashishi kelishmovchiliklarning oldini olishga yordam beradi. Faol tinglash, hurmat bilan fikr bildirish va kelishuvga erishish muhim ko'nikmalardir.

Uchinchi mexanizm — vaqtni boshqarish. Ish vaqti, oilaviy vazifalar, farzandlar bilan muloqot va dam olishni rejalashtirish ortiqcha zo'riqishni kamaytirishi mumkin. Bunda vazifalarning ustuvorligini aniqlash, oilaviy resurslarni taqsimlash va real imkoniyatlarni hisobga olish zarur.

To'rtinchi mexanizm — emotsional o'zini o'zi boshqarish. Hissiyotlarni anglash, stressli vaziyatlarda xulq-atvorni tartibga solish va tiklanish usullaridan foydalanish oilaviy muloqotga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Beshinchi mexanizm — oilaviy rollarning moslashuvchanligi. Vazifalarni qat'iy bir shaxsga yuklash o'rniga oila a'zolarining ish jadvali va imkoniyatiga muvofiq kelishib bajarish maqsadga muvofiq.

Muhokama

Nazariy tahlil onalar bandligini oilaviy munosabatlar barqarorligiga ta'sir etuvchi omillardan biri sifatida baholashga imkon beradi. Bunda kasbiy faoliyatning mavjudligi yoki davomiyligidan ko'ra, uning oilaviy majburiyatlar bilan qanday uyg'unlashtirilishi ko'proq ahamiyat kasb etadi.

Onaning kasbiy faoliyati iqtisodiy barqarorlik va shaxsiy rivojlanish imkoniyatlarini kengaytirishi mumkin. Oilaviy vazifalar nomutanosib taqsimlanganida esa vaqt taqchilligi va hissiy zo'riqish ko'payishi ehtimoli mavjud. Mehnat va oila rollari o'rtasidagi ziddiyat nazariyasi bu jarayonni vaqt, zo'riqish va xulq-atvor talablari orqali izohlashga yordam beradi [1].

Kelgusidagi empirik tadqiqotlarda onalarning ish vaqti, kasbiy qoniqishi, oilaviy munosabatlardan qoniqishi, zo'riqishi, turmush o'rtog'ining yordami va farzandlar bilan muloqot sifati o'rtasidagi aloqalarni statistik usullar yordamida tekshirish zarur.

Xulosa. Onalar bandligi shaxsning ijtimoiy mavqeyi, psixologik farovonligi, oilaviy mas'uliyati va shaxslararo munosabatlariga ta'sir ko'rsatadigan murakkab ijtimoiy-psixologik hodisadir. Uning oilaviy hayotga ta'siri mehnat sharoiti hamda oilada shakllangan munosabatlar tizimiga qarab turlicha namoyon bo'ladi.

Kasbiy faoliyat iqtisodiy mustaqillik, shaxsiy rivojlanish, o'ziga ishonch va oilaviy farovonlikni mustahkamlashi mumkin. Bunda oilaviy qo'llab-quvvatlash, o'zaro ishonch, konstruktiv muloqot va vazifalarning adolatli taqsimlanishi asosiy himoya omillaridir.

Kasbiy va oilaviy vazifalar nomutanosibligi, vaqt taqchilligi va yuqori psixologik yuklama oilaviy kelishmovchiliklar ehtimolini oshirishi mumkin. Farzandlar tarbiyasiga ta'sirni baholashda esa muloqot sifati, yosh xususiyatlari, ota ishtiroki va oilaviy muhitni hisobga olish zarur.

Onalarning kasbiy rivojlanishi va oilaviy farovonligini qarama-qarshi jarayonlar sifatida emas, balki muvofiqlashtirilishi mumkin bo'lgan yo'nalishlar sifatida baholash ilmiy va amaliy jihatdan maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Greenhaus J.H., Beutell N.J. Sources of Conflict Between Work and Family Roles // Academy of Management Review. – 1985. – Vol. 10, №1. – P. 76–88.

2. House J.S. Work Stress and Social Support. – Reading, MA: Addison-Wesley, 1981.

3. Hall D.T., Richter J. Balancing Work Life and Home Life: What Can Organizations Do to Help? // Academy of Management Executive. – 1988. – Vol. 2, №3. – P. 213–223.

4. Williams K.J., Alliger G.M. Role Stressors, Mood Spillover, and Perceptions of Work-Family Conflict in Employed Parents // Academy of Management Journal. – 1994. – Vol. 37, №4. – P. 837–868.

5. International Labour Organization. Care at Work: Investing in Care Leave and Services for a More Gender Equal World of Work. – Geneva: ILO, 2022.

6. International Labour Organization. Care Work and Care Jobs for the Future of Decent Work. – Geneva: ILO, 2018.

MUNDARIJA:

Xamidov Obidjon Xafizovich **KIRISH SO‘ZI**	
I SHO‘BA. **SHAXSNING PSIXOLOGIK BARQARORLIGINI MUSTAHKAMLASHDA FANLARARO YONDASHUVLARNING O‘RNI VA AHAMIYATI**	
Nazarov Akmal Mardonovich Yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzini targ’ib qilish va ma’naviy-axloqiy tarbiya	9
Nishanova Zamira Taskarayevna Raqamli davrda yoshlarni destruktiv axborot va kiber tahdidlardan himoya qilishda psixolog faoliyatining asosiy yo‘nalishlari	13
Bafayev Muxiddin Muxammadovich G.Bardiyerning tolerantlik uch kompleksli modeli asosida yoshlarning ijtimoiy barqarorligi va zararli ta’sirlarga qarshi immunitetini shakllantirish	16
Saidov Azamat Ismoilovich Yoshlarda sog‘lom turmush tarzi tasavvurlarini shakllantirishning ilmiy-nazariy asoslari	18
Fayziyeva Umida Asadovna Yoshlarni kiber makondagi zararli axborotlardan himoya qilishda pedagoglarning kommunikativ kompetensiyasining o‘rni	22
G‘ofurov Azizbek Umarjonovich Bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida sog‘lom hayot qadriyatlari va irodaviy sifatlarni rivojlantirishning pedagogik-psixologik omillari	27
Axtamova Ferangiz G’ayrat qizi O‘smirlarda agressiv xulq-atvorning shakllanishi va jamiyat xavfsizligiga ta’sir etuvchi ijtimoiy omillar	31
Teshayev O‘lmasjon Isomiddin o‘g‘li Talabalarda narkotahdidlarga nisbatan barqaror ijtimoiy pozitsiyani shakllantirishning zamonaviy profilaktik mexanizmlari	34
Sharopov Suxrob Shodi o’g’li O‘smirlarda refleksiv xususiyatlarni rivojlantirish orqali narkotahdidlarga qarshi psixologik barqarorlikni shakllantirish	38
Ashrapov Nodir Namoz o‘g‘li O‘smirlarni transmilliy narkotahdidlar ta’siridan himoya qilishda profilaktik tarbiya va ijtimoiy xavfsizlik omillarining o‘rni	41
Zhang Meimei Digital quality assurance in higher education and its role in student mental health, campus safety and drug-related risk prevention: a comparative study of china and uzbekistan	45
Yangiboyeva Dilnoza Abdurasul qizi Havaskor sportchilarda irodaviy sifatlarni shakllantirishning psixologik jihatlari	48
Tajibayev Shohruh Maqsudovich Turizm sohasida yoshlar bilan ishlashda gidlarning profilaktik kommunikativ faoliyati	52
Zoirov Abduqodir Askarovich DIqqat sifatlari rivojlanishining psixologik determinantlari	55
Axmedova Zarina Jamilovna, **Narzulloyeva Jasmina Jo‘rabek qizi** Talabalar dual ta’lim tizimiga moslashuvining pedagogik-psixologik xususiyatlari	59
Saidova Sitora Alisherovna	62

Talabalar o‘rtasida giyohvandlik va psixotrop moddalarning g‘ayriqonuniy muomalasi bilan bog‘liq huquqbuzarliklar profilaktikasining o‘ziga xos xususiyatlari	
Nazarova Sadoqat Ilhom qizi Differensial yondashuv asosida bo‘lajak pedagoglarda ijtimoiy mas’uliyat kompetensiyasini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish samaradorligini oshirish yo‘llari	65
O‘ktamova Shohida Odilbek qizi Voyaga yetmaganlar o‘rtasida huquqbuzarlik profilaktikasini tashkil etish psixologik fenomen sifatida	68
Suyunboyeva Mushtariybegim Akmaljon qizi Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida sog‘lom turmush tarziga yo‘naltirilgan shaxsiy sifatlarni shakllantirish orqali kelajakdagi narkoxavflarning oldini olish	70
T.F.Muydinov Dual ta'lim shaklida tahsil olayotgan talabalarda kiber makondagi narkotarg‘ibotga qarshi psixologik himoyani shakllantirishda o‘z-o‘zini boshqarish mexanizmlarining o‘rni	73
Elmurodova Aziza Suvon qizi Etnopsixologik omillarning talabalarning ijtimoiy axborot kompetentligini shakllantirishdagi roli	75
Kozimova Nigora Abduqahorovna O'quv faoliyatiga moslashuvchanlikning psixologik aspektlari	78
Abdullayev Feruzbek Maqsud o‘g‘li Ta’lim samaradorligini oshirishda talabalarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish	82
Allamova Oyshajon G‘afurjon qizi Iqtidorli talabalarning ilmiy-tadqiqot faoliyatini rivojlantirishning psixologik omillari	85
Bobojonov Mahkamboy Zamonaviy pedagogik texnologiyalar orqali matematik tafakkurni rivojlantirish	88
E.G‘.Iskandarov Talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining psixologik asoslari	91
Jumaboyeva Adolat Davronbekovna Bo‘lajak pedagoglarda ingliz tilida yozma muloqot madaniyatini shakllantirishning pedagogik shart-sharoitlari	95
Kalandarova M.A. Yoshlar tarbiyasida ma’naviy tahdidlarni oldini olishda xix asr xiva xonligi solnomalari ijtimoiy-tarbiyaviy manba sifatida	97
Karimova Nilufar Ulmassultanovna Talabalarning ijtimoiy faolligiga ta`sir qiluvchi omillar	101
II SHO‘BA **TRANSMILLIY NARKOTAHDIDLAR, SHAXS PSIXOLOGIYA VA JAMIYAT XAVFSIZLIGI, TAHDIDLAR HAMDA PROFILAKTIK MEXANIZMLAR**	
Rustamov Shavkat Shuxratovich Yoshlar orasida narkotahdidlarga qarshi psixologik barqarorlik va profilaktik immunitetni shakllantirish mexanizmlari	108
Fayzulloyeva Mohinur Sa’dulo qizi Kibermakondagi narkotarg‘ibot va destruktiv axboratga qarshi talabalarda sublimatsiya mexanizmlari transformatsiyasi asosida psixologik himoyani shakllantirish xususiyatlari	113
Маматкулова Дилфуза Тахировна, **Эшов Эркин Саттарович** Психологические особенности укрепления общественного здравоохранения и безопасности в борьбе с транснациональными угрозами наркозависимости	116
Rakhimberganova Mokhira Trauma, personality disorders, and rehabilitation in prisoners	120

Tursunov Alisher Rozikjonovich Matnlarning lingvistik tarkiblashtirilgan to‘plamlaridan foydalanishdagi qarashlar	125
Dehqonboyev Shohjahon Oybek o'g'li Jamiyat xavfsizligini ta’minlashda voyaga yetmaganlar jinoyatchiligini sud-psixologik baholashning ahamiyati	127
G‘aforov Shavkat Usmonovich Shaxs salomatligini saqlashda tibbiy madaniyat va uning ijtimoiy-psixologik omillari	130
Iskandarova Nodira Sanjarovna Transmilliy narkotahdidlarning yoshlar psixologiyasiga ta’siri va profilaktika strategiyalari	133
Axmedova Zarrina Jamilovna Talabalar dual ta’lim tizimiga moslashuvining pedagogik-psixologik xususiyatlari	138
Quliev Yorqin Karimovich Liderlikning tashkilotlar xodimlarining samaradorligi va daxldorligiga ta’siri	140
Sa’dullayeva Shahzoda Anvarovna Transmilliy narkotahdidlar sharoitida xotin-qizlar ijtimoiy faolligini rivojlantirishda metarefleksiv determinantlarning psixologik xususiyatlari	146
Ummatov Baxtiyor Toshqo‘zi o‘g‘li Bo‘lajak o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini baholash va monitoring qilish mezonlarini takomillashtirish	149
M.B.Saidmuratova Globalizatsiya davrida yoshlar mentalitetida sog‘lom turmush tarzi ko‘nikmalarini shakllantirish va transmilliy narkotahdidlarga qarshi kurashishning strategik yo‘nalishlari	155
Matchanova Dilbar Yusupbayevna Talabalarda fabbing xulq-atvori shakllanishining psixologik va motivatsion profilaktikasi	157
Otajonov Olimboy Atamuradovich Pedagogika fanini o‘rgatishda pedagogik texnologiyalarning ahamiyati	160
Qalandarova Holisxon Umidbek qizi O'zbekiston tarixi fanini o'rganishda yosh davrlariga bog'liq xususiyatlar	163
Qalandarova Yulduz Bahramovna Oliy ta’lim muassasalarida psixologik salomatlikni rivojlantirish orqali transmilliy narkotahdidlarga qarshi profilaktik choralarni takomillashtirish	167
Rajabboyev Asror Alisherovich Agressiv xulq-atvorli o‘smirlarda sog‘lom turmush tarzi qadriyatlarini shakllantirishning ijtimoiy-psixologik omillari	172
Rajabov Rasulbek O‘smirlarda sog‘lom oilaviy munosabatlar haqidagi qarashlarni rivojlantirishning psixologik yo‘llari	175
Sabirova Karomat Gerontologik markazlarda psixologik xizmatni tashkil etishning zamonaviy modellari va mexanizmlari	179
Xo‘jayeva Dilfuza Erkinovna Sport o‘yinlari orqali irodaviy sifatlarni shakllantirish	183
III SHO‘BA. SUN’IY INTELLEKT VA PSIXOLOGIYA INTEGRATSIYASI: KOGNITIV, EMOTSIONAL VA AXLOQIY ASPEKTLAR	
Jumayev Ulug‘bek Sattorovich Globallashuv sharoitida kiber makondagi destruktiv axborotlarning yoshlar madaniy moslashuvi va psixologik xavfsizligiga ta’siri	187
Avezov Olmos Ravshanovich Favqulodda vaziyatlarda shaxsiy barqarorlikni ta’minlash va stressni boshqarishning zamonaviy yondashuvlari	189

Elmurotova Aysulu Usaxovna Raqamli makonda yoshlar orasida agressiv xulq-atvorning kuchayishi va uning ijtimoiy-psixologik omillari	192
Ostanov Shuhrat Sharifovich Axborotlashgan jamiyatda yoshlar shaxslararo munosabatlarining shakllanishiga ta’sir etuvchi psixologik omillar	198
Niyazova Nilufar Farxadovna Onkologik bemorlar hayot sifatini oshirishning psixologik asoslari	202
Rayimaliyev Shahboz Qahramon o‘g‘li Harbiy xizmatchilarning kasbiy mas’uliyati va uni shakllantiruvchi ijtimoiy-psixologik omillar	205
Qodirova Dilnoza Murtazoyevna Talaba-yoshlarda identifikatsiya jarayonining pedagogik-psixologik xususiyatlari	208
Ravshanov Firdavs Tavakkalovich Milliy gvardiya xodimlarining ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi va axloqiy barqarorligi	212
Raxmonova Feruza Istamovna Talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlashda milliy qadriyatlarning ijtimoiy-psixologik ahamiyati	215
G'aybullayuev Aisher Asadovich Maktab o'quvchilarida bullying xulq-atvor shakllanishining ijtimoiy-psixologik mexanizmlari	218
To‘yboyeva Saida Baxtiyorovna Talabalar o'zini-o'zi muhofaza qilishning psixologik mexanizmlari	220
Toirova Munavvar Murodullayevna Globallashuv sharoitida o‘smirlarda milliy identiklikni rivojlantirishning psixologik mexanizmlari	223
Abdullayeva Yulduz Shuhratovna Pedagog kasbiy yetukligini shakllantirishda shaxsiy-psixologik omillarning o‘rni	228
Samadova Nilufar Nodir qizi Zamonaviy jamiyatda tolerantlikning psixologik va ijtimoiy ahamiyati	230
Xaloqova Munisabonu Valiyevna Raqamli muhitda yoshlarning etnomadaniy identikligini shakllantirishning psixologik xususiyatlari	232
Boboyeva Feruza Nosirjonovna Psixologiya yo‘nalishi talabalarida kasbiy identifikatsiyani shakllantirishning ijtimoiy-psixologik omillari	236
O‘ktamova Shohista Odilbek qizi Yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish va ma’naviy-axloqiy tarbiyani rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik jihatlari	241
Xamroyev Mansur Choriyevich Migratsiya muammosining ijtimoiylashuvga ta’siri va uning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	245
Jabborova Feruza Majidovna Boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining o‘z-o‘zini anglash va emotsional munosabatlarining uyg‘unligi	250
Axatov Yuldoshjon Xamzayevich Talabalarda irodaviy sifatlarni shakllantirishda metakognitiv nazorat va o‘z-o‘zini boshqarish strategiyalarining psixologik omillari	253
Isomova Dilora Qaxramonova O‘smirlarda milliy identivlik va ijtimoiy-iqtisodiy omillar: kambag‘allik, boylik va identivlik munosabati	257
Babadjanova Sayyora Xushnutovna	262

Talabalarda maqsadga intiluvchanlikning psixologik mohiyati va ilmiy-nazariy asoslari	
Meliyev Soxibidavron Xasanovich Yoshlar orasida giyohvandlik va internetga qaramlikning ijtimoiy-psixologik sabablari	265
Raimberdiyeva Maftuna Abduraxmonovna Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida mustaqil fikrlashni rivojlantirish	268
Xolmirzayev Javoxir Iqboljon o'g'li Sport faoliyatida emotsional zo‘riqish va xavotir holatlarini diagnostika qilish usullari	272
Mardonova Marjona Orif qizi Stressning talabalarning o‘quv faoliyati va motivatsiyasiga ta’siri	274
Nisolmuxammatova Namunaxon Inomjon qizi Yuqori sinf o‘quvchilarida axborotni idrok etish va qayta ishlash mexanizmlari	277
IV SHO‘BA. GLOBAL PSIXOLOGIK TADQIQOTLAR VA ILMIY INNOVATSIYALARNING STRATEGIK YO‘NALISHLARI	
Xuseynova Abira Amanovna Oila, ta’lim muassasasi va mahalla hamkorligida yoshlar orasida narkotahdidlarning oldini olishning profilaktik mexanizmlari	282
Ismatova Dilafruz Tuymuratovna Oilada emotsional muhitning farzand ruhiy salomatligi va ijtimoiy moslashuviga ta’sirining psixologik jihatlari	286
Nusratova Mexriniso Baxshilloyevna Oilada sog’lom turmush tarzi va axloqiy tarbiyaning yoshlar kamolotidagi ahamiyati	291
Avulxairov Firdavsiy O‘tkir o‘g‘li Oilada sog‘lom turmush tarzini qaror toptirishning psixodiagnostik va korreksion usullari	293
Ibodova Dilnoza Sharif qizi Oilada sog’lom muloqot madaniyatini shakllantirishning psixologik xususiyatlari	297
Mussayeva Muxlisa G‘aybullayevna O‘smirlar ma’naviy qiyofasi va affiliatsiya motivi darajasini psixologik diagnostika qilish	302
Habibov Yashin Xayrullayevich Kadastr tizimi xodimlarida kommunikativ kompetensiyani rivojlantirishning psixologik asoslari	306
Idiyeva Manuchehra Ikrom qizi O‘quvchilarning intellektual faolligini shakllantirishda kognitiv jarayonlar va motivatsiyaning psixologik o‘rni	309
Marupov Xusan Akramovich O‘smirlik davrida o‘zini o‘zi boshqarishning psixologik rivojlanish bosqichlari	312
Jalolova Shahnoza Zakirovna O‘smir o‘quvchilarda shaxsiy va ijtimoiy identiklik rivojlanishining psixologik xususiyatlari	315
Qahhorova Dilfuza Muhammadovna Tibbiyot oliy ta’limida talabalarning madaniyatlararo muloqotini rivojlantirish	318
Qayimova Feruza Abdug‘aniyevna Tibbiyot talabalari hissiy zo‘riqishini psixologik prognostik baholash	321
Toirov Umid Usmonovich Mahkumlarning postpenitensiar ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasi	324
Rahimov Uchqun Alimbayevich Shaxs ijtimoiylashuvi jarayonida diniy qadriyatlar va axloqiy me’yorlarning psixologik integratsiyasi	327
V SHO‘BA YOSHLARNI TRANSMILLIY NARKOTAHDIDLARDAN HIMOYALASHNING ZAMONAVIY MEXANIZMLARI	

Djumaniyazova Muxayya Xusinovna Destruktiv axloq va yoshlarni psixologik himoya qilish muammolari	332
Turaxonov Abdukarim Eshkuziyevich Maktab rahbarlarining raqamli boshqaruv kompetensiyasi: ijtimoiy-psixologik omillar va zamonaviy talablar	336
Muxlisov Sodiqjon Saidjonovich Integratsion yondashuv asosida akademik stressni boshqarishning psixologik strategiyalari	339
Muxtarov Otabek Shuhratjanovich Uyushmagan yoshlar mediasavodxonligining psixologik mexanizmlarini takomillashtirish orqali kiber makondagi narkotarg'ibotga qarshi psixologik immunitetni shakllantirish	342
Hamroyev Jasurbek Umedovich Talabalarda akademik prokrastinatsiyani yuzaga keltiruvchi psixologik omillar va sun'iy intellekt vositalarining ta'siri	345
Karimova Malohat Karimovna O'smirlik davrida shaxs shakllanishiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar	348
Ostonova Lobar Rashid qizi Talabalarning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etishda ijtimoiy faollikning ahamiyati	352
Ro'ziyev Umar Muzafarovich Ijtimoiy fobiya ijtimoiy tashvish buzilishi holatlarning muammolari	355
Murodova Madina Atajon qizi O'smir qizlarda emotsional o'zgarishlar asosida narkotahdidlarga qarshi psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirish	359
To'rayeva Ma'mura Fazliddinovna Shaxs erkinligi va ijtimoiy me'yorlar o'rtasidagi psixologik muvozanat	363
Rajabov Sardorbek Erkinovich, Ichki ishlar tizimi rahbarlarining boshqaruv va liderlik kompetensiyalarini rivojlantirishning psixologik asoslari	366
Nurimbetova Jazira Jalilxan qizi Madaniyatlararo muloqotning talabalarda ijodiy tafakkurni rivojlantirishdagi o'rni	369
Qobiljonov Qosimjon Kobiljon o'g'li Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida kasbiy yetuklikni shakllantirishda akmeologik kompetensiyalarni rivojlantirish mexanizmlari	372
Axmedov Asadbek Odilbekovich O'smirlarda tengdoshlararo nizolarni konstruktiv boshqarishda emotsional regulyatsiya va muloqot ko'nikmalarining o'rni	375
Abdug'aniyev Islomqul Mavlon o'g'li Maktab direktorlari boshqaruv faoliyatini kreativ qobiliyatlar asosida rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik jihatlari	379
Shonazarov Asror Maxmaisoyevich O'zbekistonda maxsus iqtisodiy zonalarda inson resursini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik strategiyalari	383
Ro'ziyev Xurshidbek Xasanovich Ichki ishlar organlari xodimlarining kasbiy imijini shakllantirish va rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik jihatlari	387
Naimova Dilafruz Rustam qizi Generativ sun'iy intellekt texnologiyalari vositasida talabalarning mustaqil ta'lim faoliyatini individuallashtirishning pedagogik mexanizmlari	390
Safarova Nigora Nasilloyevna Transformativ ta'lim va kompetentlik yondashuvi integratsiyasi	393
Mustafoyeva Bo'laroy Mustafo qizi Differensial yondashuv asosida boshlang'ich sinf o'quvchilarining ingliz tilidagi sodda dialoglarini juftlikda mashq qildirish va baholash	395

Zamilova Rimma Ramilevna Talabalarda liderlik qobiliyatining rivojlanishida emotsional intellektning psixologik ahamiyati	399
Sultanov Alijon Qo‘ziyevich Uyushmagan yoshlarni kasb-hunarga yo‘naltirishda psixologik to‘siqlarni bartaraf etishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari	401
Hasanova Shahzoda Zafarjon qizi Bo‘lajak pedagoglarda kreativ fikrlashni rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari	405
Tolibova Marjona Tolib qizi Maktab maslahatchilarida kasbiy stressga chidamlilik va emotsional barqarorlikni shakllantiruvchi psixologik omillar	410
Jaqsimuratov Alpamis Bayram o‘g‘li Jismoniy tarbiya darslarida o‘quvchilarning sog‘lom turmush tarziga oid ko‘nikmalarini rivojlantirishda innovatsion pedagogik texnologiyalarning ahamiyati	414
Raximbayeva Gulyora Ulugbekovna Globallashuv sharoitida talabalar ijtimoiy identifikatsiyasini shakllantirishda milliy qadriyatlar va ijtimoiy muhitning psixologik o‘rni	416
Alimardanova Ra’no Narbayevna Onalar bandligining oilaviy munosabatlarga ta’siri	420

TRANSMILLIY NARKOTAHDIDLARGA QARSHI KURASHISHDA JAMOAT SALOMATLIGI VA XAVFSIZLIGINI MUSTAHKAMLASH STRATEGIYALARI

RESPUBLIKA ILMIY-AMALIY ANJUMAN TO‘PLAMI

Muharrir: Sh.Sh.Rustamov
Texnik muharrir: Sh.O.Dehqonboyev

Nashriyot litsenziyasi AI № 178.08.12.2010
Adadi 10 nusxa. Buyurtma № 260. Hajmi 424 bet. Formati A4. 2026-yil.

“Sadriddin Salim Buxoriy” MCHJ
«Durdona» nashriyoti: Buxoro shahri Muhammad Iqbol ko’chasi, 11-uy
“Sadriddin Salim Buxoriy” MCHJ bosmaxonasida chop etildi.