ISSN 3030-3710
E-ISSN 3030-3095

ILMIY AXBOROTNOMA * SCIENTIFIC BULLETIN

НАУЧНЫЙ ВЕСТНИК * ILMIY AXBOROTNOMA

№ 8, 2025

BUXORO XALQARO UNIVERSITETI

ILMIY AXBOROTNOMASI

ISSN 3030-3710 (P)
ISSN 3030-3095 (E)

№ 8, 2025

https://bxu.uz

ISSN 3030-3710 (P)
ISSN 3030-3095 (E)

BUXORO XALQARO UNIVERSITETI ILMIY AXBOROTNOMASI

ilmiy-amaliy jurnal

SCIENTIFIC BULLETIN OF BUKHARA INTERNATIONAL UNIVERSITY

scientific and practical journal

НАУЧНЫЙ ВЕСТНИК БУХАРСКОГО МЕЖДУНАРОДНОГО УНИВЕРСИТЕТА

научно-практический журнал

№ 8, 2025

Muassis: Buxoro xalqaro universiteti
Tahririyat manzili: Buxoro viloyati, Kogon tumani, B.Naqshband MFY, 20-uy
http://buxpxti.uz/, buxpxti@gmail.com

Tel: +998918312511 Sobirova D.A.
+998905124244 Ostanov Sh.Sh.
https://t.me/OstanovSH



ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ПРЕЗИДЕНТИ АДМИНИСТРАЦИЯСИ ҲУЗУРИДАГИ АХБОРОТ ВА ОММАВИЙ КОММУНИКАЦИЯЛАР АГЕНТЛИГИ

ГУВОҲНОМА

№ 855722 Фаол

"BUXORO XALQARO UNIVERSITETI" MAS'ULIYATI CHEKLANGAN JAMIYAT

Оммавий ахборот воситаси давлат рўйхатидан ўтказилганлиги тўғрисидаги гувоҳнома

ЛИЦЕНЗИЯ РЕЕСТРИ БЎЙИЧА ТАРТИБ РАҚАМИ
C-5669145

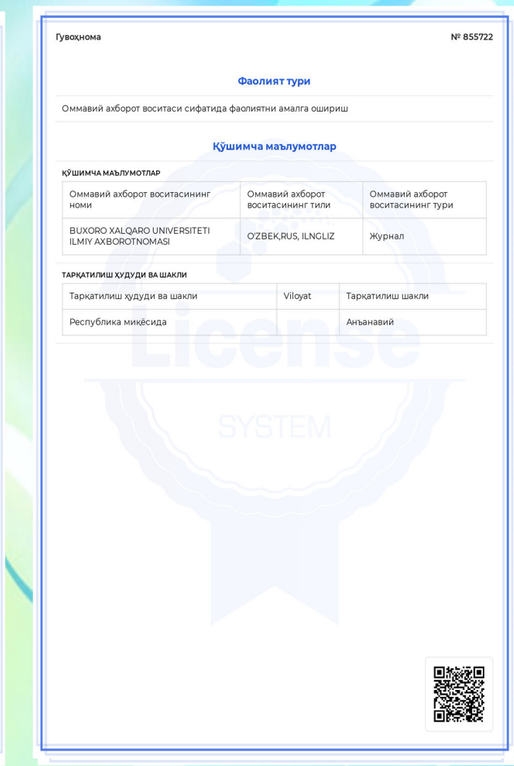
СТИР (СОЛИҚ ТЎЛОВЧИНИНГ ИДЕНТИФИКАЦИОН РАҚАМИ)
308196898

АМАЛ ҚИЛИШ МУДДАТИ
22.02.2023дан - чексиз

ЖОЙЛАШГАН МАНЗИЛИ (ПОЧТА МАНЗИЛИ)
Бухоро вилояти, Когон тумани, "B. NAQSHBAND" MFY HUDUDI

ВАКОЛАТЛИ ОРГАН
Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси ҳузуридаги Ахборот ва оммавий коммуникациялар агентлиги

27.06.2025 10:32
ТАҚДИМ ЭТИЛГАН САНА



Гувоҳнома № 855722

Фаолият тури

Оммавий ахборот воситаси сифатида фаолиятни амалга ошириш

Қўшимча маълумотлар

ҚЎШИМЧА МАЪЛУМОТЛАР

Оммавий ахборот воситасининг номи	Оммавий ахборот воситасининг тили	Оммавий ахборот воситасининг тури
BUXORO XALQARO UNIVERSITETI ILMIY AXBOROTNOMASI	O'ZBEK,RUS, ILNGLIZ	Журнал

ТАРҚАТИЛИШ ҲУДУДИ ВА ШАКЛИ

Тарқатилиш ҳудуди ва шакли	Viloyat	Тарқатилиш шакли
Республика миқёсида		Анъанавий

BUXORO XALQARO UNIVERSITETI ilmiy-amaliy jurnal 8-son Buxoro - 2025. -466 b. **БУХАРСКИЙ МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ** научно-практический журнал Выпуск 8. Бухара - 2025. - 466 с.	Jurnal Buxoro psixologiya va xorijiy tillar instituti muassisligidagi nashr hisoblanadi. **Jurnalning nashr sifati uchun bosmaxona javobgar.** OBUNA INDEKSI 3062	Jurnal tahririyat kompyuterida sahifalandi. Bosishga ruxsat etildi 20.09.2025 Qog'oz bichimi 60x84, 1/8 Tezkor bosma usulda bosildi. Shartli bosma tabog'i 29.125. Buyurtma № 241. Adadi - 60 Bahosi kelishilgan narxda. «Sharq-Buxoro» MCHJ bosmaxonasida chop etildi. Bosmaxona manzili: Buxoro shahar O'zbekiston Mustaqilligi ko'chasi, 70/2 uy. Tel: 0(365) 222-46-46

"Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi" ilmiy-amaliy jurnal

BOSH MUHARRIR:
Baratov Sharif Ramazanovich
psixologiya fanlari doktori, professor,
Xalqaro psixologiya fanlari akademiyasining haqiqiy a'zosi (akademigi)

Bosh muharrir o`rinbosari:
Shoumarov G'.B. – O'zbekiston Respublikasi fanlar Akademiyasi Akademigi

TAHRIRIYAT KENGASHI A'ZOLARI

Mas'ul kotib:
Sobirova D.A. – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

XORIJ OLIMLARI

Kozlov V.V. - psixologiya fanlari doktori, akademik (Rossiya)
Malix S.B. -psixologiya fanlari doktori, akademik (Rossiya)
Maksimenko S.D.- psixologiya fanlari doktori, akademik (Ukraina)
Rejep O`zyurek -psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)
Darya Gaysina - Sasseks universiteti Psixologiya fakultetida genetika va epigenetika, PhD (Angliya)

O'ZBEKISTON OLIMLARI
PSIXOLOGIYA FANLARI

Umarov B.M.- psixologiya fanlari doktori, professor
Qodirov B.R. - psixologiya fanlari doktori, professor
Qodirov U.D. - psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Kadirov K.B. - psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Abdurasulov R.A. - psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Baratova D.Sh. -psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Utepberganov M.A. - psixologiya fanlari doktori, professor
Nazarov A.M. - psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Atabayeva N.B. - psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Fayziyeva M.X. - psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Qarshiyeva D.S. - psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Abdullayeva D.U. - psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Arzikulov D.N. - psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Djurayev B. - psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Ayrapetova A.G.- psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent
Usmanova M.N. - psixologiya fanlari nomzodi, professor
Raximova I.I. - psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Ostanov Sh.Sh. - psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Rustamov Sh.Sh. - psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Ibaydullayeva U.R. - psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Sobirov A.A. - psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

PEDAGOGIKA FANLARI

Ibragimov X.I. - O'zbekiston Respublikasi fanlar Akademiyasi Akademigi
Olimov Sh.Sh. - pedagogika fanlari doktori, professor
Abdullayeva B.S. - pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
Hamroyev A.R. - pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
Rajabov T.I. - pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
Dilova N.G. - pedagogika fanlari doktori (DSc), professor

FILOLOGIYA FANLARI

Shodmonov Q.B. – filologiya fanlari doktori, professor
Gadoyeva M.I.- filologiya fanlari doktori (DSc), professor
Rajabov D.Z. - filologiya fanlari doktori, professor
Haydarov A.A. - filologiya fanlari doktori, professor
Astanova G.A. - filologiya fanlari doktori (DSc), professor
Rasulov Z.I. - filologiya fanlari doktori (DSc), professor v.b.
Toirova G.I. - filologiya fanlari doktori (DSc), professor
Murodov G.N. - filologiya fanlari doktori, professor
Eshbekov T.U. - filologiya fanlari doktori (DSc), professor
Raxmatullayev Sh.N. - filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
Xalilova R.R. - filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
Saidov X.Sh. - filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

MUHARRIRLAR:

Raxmatova M.M. - filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
Tursunov M.M. - filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
Qurbonov A.M. - BuxPXTI "Xorijiy tillar" kafedrasi mudiri

"Scientific Bulletin of Bukhara International University "
scientific-theoretical journal
EDITOR-IN-CHIEF:
Baratov Sharif Ramazanovich
doctor of psychology, professor, Full Member (academician) of the International Academy of Psychological Sciences
Deputy editor-in-chief:
Shoumarov G.B. - Academician of the Academy of Sciences of the Republic Uzbekistan

EDITORIAL BOARD MEMBERS

Responsible secretary:
Sobirova D.A. – Doctor of Psychology (DSc), professor

FOREIGN SCIENTISTS

Kozlov V.V. - Doctor of Psychology, academician (Russia)
Maliks S.B. - Doctor of Psychology, academician (Russia)
Maksimenko S.D. - Doctor of Psychology, academician (Ukraine)
Rejep Ozyurek - Doctor of Psychology, professor (Turkey)
Darya Gaysina - PhD, Genetics and Epigenetics, Faculty of Psychology, University of Sussex (England)

SCIENTISTS OF UZBEKISTAN
PSYCHOLOGICAL SCIENCES

Umarov B.M. - doctor of psychology, professor
Kadirov B.R. - doctor of psychology, professor
Kadirov U.D. - doctor of psychology, professor
Kadirov K.B. - doctor of psychology (DSc), professor
Abdurasulov R.A. - doctor of psychology (DSc), professor
Baratova D.SH. - doctor of psychology (DSc), professor
Utepberganov M.A. - doctor of psychology, professor
Nazarov A.M. - doctor of psychology (DSc), professor
Atabayeva N.B. - doctor of Psychology (DSc), professor
Fayziyeva M.Kh. - doctor of Psychology (DSc), professor
Karshiyeva D.S. - doctor of Psychology (DSc), professor
Abdullayeva D.U. - doctor of Psychology (DSc), professor
Arzikulov D.N. - doctor of Psychology (DSc), professor
Djurayev B. - doctor of Psychology (DSc), professor
Ayrapetova A.G. - doctor of Psychology (DSc), associate professor
Usmanova M.N. - candidate of psychology, professor
Raximova I.I. - doctor of philosophy in psychology (PhD), associate professor
Ostanov Sh.Sh. - doctor of philosophy in psychology (PhD), associate professor
Rustamov Sh.Sh. - doctor of philosophy in psychology (PhD), associate professor
Ibaydullayeva U.R. - doctor of philosophy in psychology (PhD), associate professor
Sobirov A.A. - doctor of philosophy in psychology (PhD), associate professor

PEDAGOGICAL SCIENCES

Ibragimov X.I. - Academician of the Academy of Sciences of the Republic Uzbekistan
Olimov Sh.Sh. - doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Abdullayeva B.S. - doctor of Pedagogical Sciences (DSc), professor
Hamroyev A.R. - doctor of Pedagogical Sciences (DSc), professor
Rajabov T.I. - doctor of pedagogic sciences (DSc), professor
Dilova N.G. - doctor of pedagogic sciences (DSc), professor

PHILOLOGY SCIENCES

Shodmonov Q.B. - doctor of Philology, professor
Gadoyeva M.I. - doctor of Philology (DSc), professor
Rajabov D.Z. - doctor of Philology, professor
Haydarov A.A. - doctor of Philology, professor
Astanova G.A. - doctor of Philology (DSc), professor
Rasulov Z.I. - doctor of Philology (DSc), professor
Toirova G.I. - doctor of Philology (DSc), professor
Murodov G.N. - doctor of Philology (DSc), professor
Eshbekov T.U. - doctor of Philology (DSc), professor
Rakhmatullayev Sh.N. - doctor of philosophy in philology (PhD)
Khalilova R.R. - doctor of philosophy in philology (PhD)
Saidov X.Sh. - doctor of philosophy in philology (PhD

EDITORS:

Rakhmatova M.M. - Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences
Tursunov M.M. – Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences
Kurbonov A.M. - Head of the Department of Foreign Languages of BukhPFL

Abdumadjidova Dildora Rakhmatullayevna
National University of Uzbekistan, Lecturer of the Department of Psychology
Doctor of Psychological Sciences (DSC)

PRINCIPLES OF REGULATION OF THE MENTAL STATE OF ATHLETES AS FACTORS OF RELIABILITY OF ACHIEVING A HIGH COMPETITIVE RESULT

Annotation. *The article considers the psychological preparation of an athlete as an effective and conscious management of his own personal psychological state in competition conditions and self-education of the will. The result of successful sports achievements is largely determined by psychological preparation. This, in turn, is one of the most important factors ensuring achievements in sports training.*

Key words: *psychological training, sports psychologist, psychodiagnostics, strong-willed qualitie, psychological factor.*

ПРИНЦИПЫ РЕГУЛЯЦИИ ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ, КАК ФАКТОРЫ НАДЕЖНОСТИ ДОСТИЖЕНИЯ ВЫСОКОГО СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО РЕЗУЛЬТАТА

Аннотация. *В статье рассматривается психологическая подготовка спортсмена как эффективное и сознательное управление собственным личным психологическим состоянием в условиях соревнований и самовоспитание воли. Результатом успешных спортивных достижений определяется в значительной степени психологической подготовкой. Это, в свою очередь, является одним из важнейших факторов, обеспечивающих достижений в спортивной подготовке.*

Ключевые слова: *психологическая подготовка, спортивный психолог, психодиагностика, волевые качества, психологический фактор.*

SPORTCHILAR PSIXIK HOLATINI BOSHQARISH TAMOYILLARI YUQORI RAQOBATBARDOSH NATIJAGA ERISHISHNING OMILLARI SIFATIDA

Annotatsiya. *Maqolada sportchining psixologik tayyorgarligi raqobat sharoitida shaxsiy psixologik holatini samarali va ongli ravishda boshqarish va irodani tarbiyalash sifatida ko'rib chiqiladi. Muvaffaqiyatli sport yutuqlarining natijasi asosan psixologik tayyorgarligi bilan belgilanadi. Bu esa o'z navbatida, sport mashg'ulotlarida yutuqlarga erishishning ta'minlovchi eng muhim omillardan biridir.*

Kalit so'zlar: *psixologik tayyorgarlik, sport psixologi, psixodiagnostika, irodaviy sifatlar, psixologik omil.*

The peculiarity of modern sport is that sport is an activity that always requires overcoming difficulties, the need for qualities: patience, endurance, endurance [6, p.45]. Modern sport has reached a high degree of development: technical, tactical, physical and psychological training is approximately at the same level. Based on this, the result of the competition is largely determined by psychological preparation and psychological factors. The task of psychological training of athletes in improving the effectiveness of sports achievements, various qualifications in modern sports activities, according to many authors, is very important from the point of view of science and socio-psychological practice in sports [4, p.150].

Studying the modeling of psychological stability of athletes, it was revealed that accumulated positive and negative emotions can be expressed in different forms of aggression. In such situations, the psychological preparation of an athlete is of great importance [5, p.56].

Psychological capabilities of athletes in the competitive period come to the fore. This is often the main limiting factor in achieving the highest sports results [8, p.193].

Psychological training of athletes in improving efficiency to achieve maximum sports results. In the chosen form of sports activity, this is a stage aimed at creating a state of psychological readiness for the competition in athletes, as well as the process of widespread use of clearly designed methods and techniques aimed at developing the mental and moral training of an athlete. The main factor of high-quality psychological training is the maximum concentration of all the potential capabilities of the athlete, all other things being equal and approximately the same level of professional skill. At all stages of the competition and the training process, psychological readiness is necessary. She instills the temper and form that every athlete should have [2, p.141].

The qualification of a sports psychologist provides a very rapid activity, to enter into the structure of sports readiness, to be unmistakably understood and approved in a sports team in comparison with psychologists representing other training. Comprehensive psychological readiness covers all facets and forms of athlete training: design, selection of applicants, psychodiagnostics of an athlete, acquisition of long-term and long-term motivation, establishment of long-term and temporary aspirations, correction of the emotional volitional sphere, practice of ideomotor training and mental self-regulation of an athlete.

Accordingly, the acquisition and control of subconscious attitudes, psychotherapy of unconscious fears and blocks, the psychological state of all stages of athlete training, awareness of the results of activities and a number of other specific problematic aspects. Its essence is to ensure the development and improvement of psychological mechanisms that regulate movements, experiences and behavior. In psychological training, in improving the effectiveness of sports achievements, the most important is the methods of sports psychology, that is, the methods of practical and theoretical study of an athlete's activity. The use of the above methods makes it possible to consider and explain most of the psychological manifestations, their significance in the athlete's activities, which will help to show the athlete's auxiliary resources for his fruitfulness in the following competitions. The role of a coach is undoubtedly of the most important importance in the acquisition of an unmistakable emotional mood and behavior. The main goal and task of the coach is not only to win the competition. It should be understood that comprehensive human development is also included here, both culturally and physically [1, p.34].

Successful coaches should properly teach the skills of specific sports training and mentally prepare athletes for competitions. Regardless of physical, mental, social and emotional well-being, as all athletes learn differently. Coaches need to be aware of the training process to create an improved training experience for the athlete. Coaches should respect the style of athletes. When evaluating and selecting athletes at the competitive level, it is necessary to take into account: the tendency to perceive visually, audibly or kinesthetically. Coaches should pay attention to how the athlete processes the information received, help athletes set goals that will allow them to maximize participation and potential. Simultaneously develop their own goal-setting, skills and abilities.

Psychological readiness and the pledge of sports activity is a set of targeted procedures for qualification development, transformation of concepts about receptivity and resources, control, perception and penetration of one's position, increasing self–confidence, improving and shaping sports results, as well as modernization and optimization of structures that correct the mental integrity of the body's functions and the behavior of an athlete, solving the following problems: this is the task of the competition and training. The program of psychological training of athletes defines and develops ideas of creativity about opportunities and abilities, understanding and control of the situation, as a result, confidence and firmness in their advantages increases, from this it is evident that sports results are improving and improving. Accordingly, attention should be paid to the factors of psychological preparation:

1) socio-psychological - the connection within the team, the influence of the team on the formation of personality, its organization, as well as the functions of the athlete in the team, the formation of personality and sports team;

2) psychophysiological - a person's attitude to the capabilities of his body as an anatomical and physiological reality;

3) psychological level - ensuring his ability to carry out activities, such difficult events as self-development, self-esteem, worldview.

Thus, psychological readiness includes three degrees: team, athlete and personal accessories. This approach makes it possible to more purposefully increase the structure of readiness, ordered for the exhaustive appropriate formation of the athlete's personality.

Consequently, the psychological training program contains: psychodiagnostics, individual consultation (based on the results of diagnostic studies and request) and correctional and developmental activities. When working out and building methods of psychological readiness , it is required to characterize the following primary circumstances:

1. Not to reduce to "emergency measures" the preparation of athletes. Psychological support must be carried out.

2. Psychological training should be based on the results of psychodiagnostics and age-related patterns of mental development.

3. Psychological training should be based on a comprehensive analysis of requirements.

Current sports competitions require an athlete to have a complex qualification and functional readiness, including psychomotor. High demands on the athlete's psyche are determined by the dynamics of the regularity of pre-competitive states, psychological features of competitions. For some minutes before a sports competition, start or during a sports match, everything that has been mastered, worked out and accumulated during training can be lost.

In sports activities, a coach and a psychologist should strive to maintain the athlete's motivation for self-improvement, an attitude to actively search for reserves for the growth of sportsmanship. Such individual psychological qualities as a high level of behavioral regulation, flexibility of thought processes, anxiety, neuropsychic stability and self-control determine the psychological readiness of athletes in extreme competition situations [3, p. 182].

Additional sensory stimulation, a variety of emotionally intense tasks for training stress tolerance, concentration of attention and responsibility education. The results emphasize the importance of adequate stress management in high-performance sports, such as athlete performance, as well as the relationship of self-regulation with coping strategies. Considering the fact that self-regulation can be improved from an early age with the help of substitute experience: verbal persuasion and successful work, this conclusion may have practical significance for coaches in the sense that by increasing self-regulation, they can help athletes to be more prepared for stress [7, p. 427].

By investigating the structure of mechanisms, the development of methods of psychological preparation of athletes in a particular sport, it allows to increase the knowledge of the formation of athletes in the development of success and effectiveness of sports victories. Psychological readiness of an athlete is a holistic psychological neoplasm that has a multilevel structure and is formed in the process of sports activity. The development of psychological training covers all stages of the formation of sports skills and ends at the stage of a developed form of sports activity. The structure of psychological training includes components that characterize athletic performance, perspective and stage goal setting, confidence in success, indicators of mobilization of executive functions, subjective and psychological characteristics of personal qualities, abilities to self-regulate mental states in extreme conditions of sports activity and psychological indicators of technical and tactical skill.

An integral characteristic of high psychological readiness is sports and business collectivistic motivation, adequate self-esteem, effective and reliable performance of sports activities.

When organizing psychological training and psychological support, it is necessary to take into account the stage of sportsmanship and the type of sport, which is important for determining how to implement psychological support.

Only an in-depth analysis of the psychological characteristics of training in a particular sport and the available mechanisms of influence on the athlete's psyche, the choice of the most effective

forms, means and methods of training, creative interaction of all participants in training will allow the athlete to fully realize his potential and maintain a high level of his competitive achievements.

Literature.

1. Akhmadeev, D. N. Psychological preparation of students for competitions / D. N. Akhmadeev, M.: New science: strategies and vectors of development. - 2019. – 273 p.

2. Ashikhmina A. A. Techniques of self-regulation of the subject of sports activity as a factor of his psychological safety / A. A. Ashikhmina. M.: Science, education and culture. - 2016. – 189 p.

3. Bobrishchev, A.A. Psychological features of the personality of athletes – representatives of power martial arts with different levels of mental readiness / A.A. Bobrishchev // Scientific notes of the P.F. Lesgaft University. – 2009. – № 1 (47). – P. 10-14.

4. Burikov A.V. Formation of psychological resistance to actions in extreme conditions // Pedagogy & Psychology. Theory and practice. International Scientific Journal, No. 3 (17), Volgograd, 2018, pp. 56-57.

5. Burikov A.V. Formation of psychological stability of cadets of the higher military educational institution // Colloquium-journal, Warszawa, Poland, No. 6(17), 2018, P. 44-46.

6. Voronov N.A. Behavioral adaptation of athletes / Voronov N.A., Koznienko I.V., Suvorov E.A. // Science, education, society: trends and prospects of development. Collection of materials of the VII International Scientific and Practical Conference. Editorial Board: O.N. Shirokov [et al.]. 2017. pp. 150-151.

7. Gangyan, S., Cruz, J., Jaenes, J.C. (Ads). Sport Psychology - Linking Theory to Practice. Instituto Politécnico de Lisboa. - 2017. - 427 p.

8. Gorbunov, G.D. Psychopedagogics of sports / G.D. Gorbunov. – M. : Soviet sport, 2012. - 312 p.

Abduraxmanova Zuxra Erkinovna
O'ZMU Psixologiya kafedrasi dotsenti, psixologiya fanlari nomzodi

MILLATLARARO NIKOH BARQARORLIGIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR

Аннотация. *Millatlararo nikoh - bu ikki xil etnik guruh vakillarining nikoh ittifoqi bo'lib, ularni psixologik o'rganish o'ziga xosligi tufayli empirik murakkablikka ega. Falsafiy metodologiya darajasida millatlararo nikohlar madaniyatlar muloqoti uchun imkoniyat sifatida qaraldi. Umumiy ilmiy darajada, bunday nikohlar, tizimli yondashuv vakillari nuqtai nazaridan, paydo bo'ladigan ta'sirga ega bo'lgan integral chiziqli bo'lmagan tizimlardir. Tizimli yondashuv nuqtai nazaridan turmush o'rtoqlar o'rtasidagi munosabatlar to'rt jihatning birligini anglatadi: o'zaro idrok etish, bir-birini hissiy baholash, o'zaro tushunish va o'zaro ta'sir.*

Kalit so'zlar: *jamiyat, oila, nikoh, fenomenologik yondoshuv, millatlararo nikoh, qadriyatlar, urf-odatlar, ijtimoiy institut, madaniy-ma'rifiy xususiyatlar, o'zaro ta'sir.*

ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА СТАБИЛЬНОСТЬ МЕЖНАЦИОНАЛЬНОГО БРАКА

Аннотация. *Межнациональный брак - это брачный союз представителей двух разных этнических групп, психологическое изучение которых в силу своей специфики имеет эмпирическую сложность. На уровне философской методологии межнациональные браки рассматривались как возможность диалога культур. На общенаучном уровне такие браки, с точки зрения представителей системного подхода, представляют собой интегральные нелинейные системы с возникающими эффектами. С точки зрения системного подхода отношения между супругами представляют собой единство четырех аспектов: взаимного восприятия, эмоциональной оценки друг друга, взаимопонимания и взаимодействия.*

Ключевые слова: *общество, семья, брак, феноменологический подход, межнациональный брак, ценности, обычаи, социальный институт, культурно-образовательные характеристики, взаимодействие.*

FACTORS INFLUENCING THE STABILITY OF INTERETHNIC MARRIAGE

Abstract. *An interethnic marriage is a marital union between representatives of two different ethnic groups, the psychological study of which, due to its specificity, presents empirical difficulties. At the level of philosophical methodology, interethnic marriages have been viewed as an opportunity for dialogue between cultures. At the general scientific level, such marriages, from the standpoint of the systems approach, represent integral nonlinear systems with emergent effects. From the perspective of the systems approach, the relationship between spouses constitutes a unity of four aspects: mutual perception, emotional evaluation of each other, mutual understanding, and interaction.*

Key words: *society, family, marriage, phenomenological approach, interethnic marriage, values, customs, social institution, cultural and educational characteristics, interaction.*

Kirish. Millatlararo nikoh murakkab, qarama-qarshi va har doim ham bashorat qilib bo'lmaydigan ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida talqin qilinadi. U monoetnik nikohga muqobil shakl bo'lib, o'zida turmush o'rtoqlarning etnik tafovutlariga qaramay oilaviy munosabatlar rivojiga xizmat qiluvchi muayyan ustunliklarni ham, barqarorlikka tahdid soluvchi salbiy omillarni, jumladan, oilaviy inqiroz xavflarini ham mujassam etadi. Psixologik adabiyotlarda millatlararo nikoh ijtimoiy-psixologik fenomen sifatida ko'plab olimlar tomonidan chuqur o'rganilgan (A.G.Vishnevskiy, M.S.Matskovskiy, N.M.Rimashevskaya va boshqalar). Mazkur fenomen mohiyatini etnik (O.B.Askolkova, V.A.Lukov, Z.A.Malkova va boshqalar), diniy (I.A.Gerasimova, G.A.Zaikina va boshqalar) hamda lingvistik farqlar (G.I.Klimantova, M.G.Pankratov, A.G.Xarchev va boshqalar) asosida talqin etishga qaratilgan yondashuvlar mavjud.

Turmush o'rtoqlarning dunyoqarashi, qadriyat tizimi, me'yorlari, urf-odatlari va madaniy an'analari asosida ularning farqlanishi tahlil qilingan (V.K.Loseva, D.Mayers, M.Mid, A.Morua, G.Navaytis, A.K.Pirogov, G.Ploss, T.G.Stefanko va boshqalar). Shuningdek, millatlararo nikohlarning tuzilish tendensiyalari, ularning ko'p qirrali ijtimoiy-iqtisodiy shart-sharoitlarga bog'liqligi (A.B.Orlov, L.V.Osipova, Ye.A.Pafman va boshqalar) o'rganilgan.

Ammo tadqiqot uchun g'oyalar ko'pincha yetishmaydi. Shuning uchun bugungi kunda oila va nikoh haqidagi sotsiologik fikrlash tarixiga, uning muhim va mazmunli mazmuniga, evristik salohiyatiga murojaat qilish dolzarb ko'rinadi, chunki bizning o'tmishdoshlarimiz ijodida ko'plab zamonaviy uslubiy va empirik muammolarni hal qilish, tushunish uchun maslahatlarni topish mumkin. Shundan kelib chiqib, tarixiy o'tmish, shaxslar, oilani o'rganishga ilmiy yondashuvlarni tizimlashtirishga katta e'tibor qaratilmoqda. Zamonaviy jamiyatda millatlararo nikohlar soni doimiy ravishda o'sib bormoqda. Bu tendensiya, ayniqsa, so'nggi yillarda xorijliklar bilan nikohlar soni bir necha marta ko'paygan mamlakatlarda sezilarli ahamiyat kasb etmoqda. Bugungi jamiyatda millatlararo nikoh ko'pincha o'zaro simpatiya va ishqiy munosabatlarga emas, balki chet ellik (boshqa millat vakili) bilan turmush qurish orqali olinishi mumkin bo'lgan ma'lum bir foyda asosida amalga oshiriladi [2].

Millatlararo nikohlar qadriyatlarning ijtimoiy-madaniy va ijtimoiy-iqtisodiy makonidagi o'zgarishlarni aks ettiradi. Bunday davlat ko'rsatkichlari orasida iqtisodiy omillar (xorijiy investitsiyalar oqimi, mamlakatda xalqaro biznes va moliyaviy tashkilotlarning ochilishi) ajralib turadi; siyosiy omillar (hukmron siyosiy partiyalarning Yevropa integratsiya jarayonlariga yo'naltirilganligi); madaniy omillar (madaniy almashinuv va aloqalarni faollashtirish); axborot omillari (axborot va kompyuter texnologiyalarining tez tarqalishi, elektron pochta, mobil aloqa); ijtimoiy omillar (chet elda ta'lim olishning yangi imkoniyatlari, chet elda xalqaro bandlik dasturlarini amalga oshirish), shuningdek, xalqaro turizmning mavjudligi kabilar turadi. Natijada, millatlararo nikohga munosabat, bir tomondan, jamiyatda aniq yoki bilvosita hukmron bo'lgan va boshqa tomondan, xulq-atvorga ta'sir qiluvchi ijtimoiy munosabatlar, qadriyatlar va ayrim stereotiplarni idrok etishning aksi bo'lib ko'rinsa, turmush o'rtog'ini tanlash va chet ellik sherik bilan turmush qurish niyatlari ham millatlararo nikohlarga ta'sir etuvchi omillardan biri bo'lib xizmat qiladi. [3]

Psixologik tadqiqotlarda nikoh barqarorligiga bevosita yoki bilvosita ta'sir ko'rsatishi mumkin bo'lgan omillarni aniqlash, xususan, millatlararo nikohlar kontekstida (E.I.Artamonova, E.V.Bokanova, V.N.Drujinin, D.V.Baranova va boshqalar) dolzarb ilmiy masala sifatida qaralmoqda. Mazkur determinantlar kompleks va ko'p qirrali bo'lib, ularni tahlil qilish millatlararo nikohning ijtimoiy-psixologik barqarorligini ta'minlovchi asosiy mezonlarni aniqlash imkonini beradi.

Birinchi navbatda, millatlararo nikohlarning barqarorligiga ta'sir ko'rsatuvchi muhim omillar guruhiga turmush o'rtoqlarning shaxsiyati, qadriyatlari, ideallari, maqsadlari va axloqiy tamoyillaridagi muvofiqlik kiradi. Bunday moslik, odatda, nikohdagi o'zaro tushunuv, rollarning taqsimoti, qaror qabul qilishdagi hamkorlik, farzandlar soni va tarbiyasiga doir yondashuvlar, shuningdek, oilaviy hayotda gender rollariga berilgan bahoga bog'liqdir. Millatlararo nikohda qadriyat yo'nalishlarining nomutanosibligi ko'pincha etnik madaniyat va urf-odatlar bilan belgilanadi. Masalan, oilaviy munosabatlarda erning ustun roli, kattalarga hurmat, avlodlar o'rtasidagi ierarxiya yoki ayolning mustaqilligi kabi qadriyatlar o'rtasidagi tafovutlar nikohning ijtimoiy-psixologik muvozanatiga ta'sir qilishi mumkin.

Shuningdek, turmush o'rtoqlarning ideal oilaviy model, turmush sifati va muvaffaqiyat ko'rsatkichlariga oid tasavvurlaridagi farqlar barqarorlikka tahdid soluvchi omil bo'lib xizmat qilishi mumkin. Jumladan, ayolning shaxsiy rivojlanish (ta'lim, martaba, iqtisodiy mustaqillik)ga intilishi ayrim etnik an'analar bilan zid kelishi mumkin. Bu holat oilaviy qarorlar qabul qilishda axloqiy tamoyillar, ijtimoiy rollar va avtoritetlarning (er, xotin, ota-onalar, qarindoshlar) o'rni bilan bog'liq muammolarni keltirib chiqaradi.

Millatlararo nikoh barqarorligiga ta'sir qiluvchi determinantlarning navbatdagi muhim guruhi bu mojaroli vaziyatlarga qarshilik va tashqi ijtimoiy-madaniy bosimlarga nisbatan barqarorlikdir. Bu kontekstda turmush o'rtoqlardan kamida birining emotsional barqarorligi hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Emotsional barqarorlikning namoyon bo'lishi esa, ko'pincha, etnik guruhning hissiy ifoda va

nazorat madaniyati bilan bog'liq bo'ladi. Masalan, ba'zi etnoslarda his-tuyg'ularni ochiq ifodalash odat tusiga kirgan bo'lsa, boshqalarida bunday ifoda cheklangan, hatto salbiy baholanishi mumkin.

Millatlararo nikohda "kengaytirilgan oila" ya'ni, yaqin va uzoq qarindoshlar, etnik jihatdan xilma-xil ijtimoiy tarmoq vakillarining turmush o'rtoqlar munosabatlariga aralashuvi alohida e'tiborga loyiq tashqi omildir. Etnik an'analar ko'pincha ushbu tashqi ishtirokning chegaralarini belgilaydi: ba'zilarida bu butunlay cheklansa, boshqalarida esa u rasmiy yoki norasmiy darajada ruxsat etiladi. Tashqi ta'sirlarga nisbatan oilaning ichki birlikda qaror qabul qilishi barqarorlikning psixologik mezonidir.

Uchinchi muhim omillar guruhi bu turmush o'rtoqlar o'rtasidagi nikoh aloqalari uslubi**,** xususan, yetakchilik, hamkorlik, rozilik berish va murosa madaniyatidir. Millatlararo nikohda kommunikativ va kooperativ uslublarning mos kelmasligi munosabatlarni murakkablashtirishi mumkin. Shu bilan birga, bu ziddiyatlar barqarorlikka jiddiy xavf tug'dirmasligi mumkin, agar nikoh ittifoqini saqlab qolish va mustahkamlashga yo'naltirilgan ichki motivatsiya mavjud bo'lsa.

Millatlararo nikohda bu motivatsiya o'zaro sevgi, farzandlar, birgalikda yashash tajribasi va madaniy integratsiya kabi psixologik asoslarda shakllanadi. Ko'p hollarda bunday nikohlar ongli ravishda, ichki psixologik ehtiyojlar va axloqiy-emotsional asoslar negizida tuziladi. Turmush o'rtoqlar orasidagi etnik farq, ularning madaniy o'ziga xosliklarini boyitishga bo'lgan intilish orqali nikohni mustahkamlovchi omilga aylanadi. Millatlararo nikoh barqarorligini ta'minlovchi ijtimoiy-psixologik determinantlar shaxsiy muvofiqlik omillaridan qadriyatlar, ideallar, maqsadlar, axloqiy tamoyillar o'xshashligi, ziddiyatlarga va tashqi bosimlarga qarshilik emotsional barqarorlik, madaniy murosaga tayyorlik, tashqi ishtirokni boshqarish, muloqot va hamkorlik uslublari yetakchilik, mas'uliyatni taqsimlash, murosa va birgalikda qaror qabul qilish, ichki motivatsiya va ongli tanlov o'zaro sevgi, madaniy integratsiya, umumiy maqsadlar va kelajak tasavvurlari kabi asosiy yo'nalishlarda guruhlashtiriladi. Mazkur determinantlar millatlararo nikohning dinamikasini tushunish, muammoli zonalarni aniqlash va barqarorlikni prognozlash uchun psixologik asos bo'lib xizmat qiladi.

Metodlar. Olimlar tomonidan millatlararo nikohdagi er-xotin munosabatlarini o'rganish uslublari (A.Pint, G.Ploss, G.Yu.Riznichenko va boshqalar), bunday nikohlarning barqarorlik mezonlari (R.U.Richardson, V.M.Rozin, Yu.B.Ryurikov va boshqalar) hamda ularning ijobiy (N.A.Koval, V.Satir, N.Yu.Sinyagina va boshqalar) va inqirozli (V.V.Aleksandrova, V.N.Sokolova, A.S.Spivakovskaya va boshqalar) yo'nalishdagi rivojlanishiga ta'sir qiluvchi determinantlari yoritilgan. Shu bilan birga, millatlararo nikohlarda kuzatiladigan inqiroz holatlari va ularning xususiyatlariga oid tadqiqotlar ham muhim o'rin egallaydi (T.Razumovskaya, K.Uest, B.Yu.Shapiro, G.Shixi va boshqalar).

Natijalar va munozara. Millatlararo nikoh barqarorligiga ta'sir etuvchi omillarni o'rganish maqsadida muallif tomonidan tuzilgan "Nikoh barqarorligi" so'rovnomasidan foydalandik va quyidagi natijalar kuzatildi.

1-jadval

"Sizningcha er-xotinning ma'lumoti qanday bo'lishi kerak?" savoliga berilgan javoblarning tadqiqot ishtirokchilari millatiga bog'liqligi (Xi-kvadrat mezoni, N=650)

Millati	Sizningcha er-xotinning ma'lumoti qanday bo'lishi kerak?			Jami
	Oliy ma'lumotli	Ma'lumoti ahamiyatli emas	Ma'lumati qanday bo'lsa ham yashab ketsa bo'ldi	
O'zbek	26,3%	32,7%	41,0%	**100,0%**
Tojik	27,6%	32,8%	39,7%	**100,0%**
Qozoq	28,6%	42,9%	28,6%	**100,0%**
Tatar	13,5%	38,2%	48,3%	**100,0%**
Rus	28,9%	44,0%	27,1%	**100,0%**
Boshqa	22,2%	38,9%	38,9%	**100,0%**
Jami	**25,4%**	**38,0%**	**36,6%**	**100,0%**

Izoh: χ^2=20,791; p=0,023

"Sizningcha er-xotinning ma'lumoti qanday bo'lishi kerak?" savoliga berilgan javoblarning

tadqiqot ishtirokchilari millatiga bog'liqligiga ko'ra milliy omil va munosabatlar o'rtasidagi bog'liqlik statistik jihatdan ishonchli ekanligini ko'rsatadi. Jadvaldan ko'rinib turibdiki, umumiy namuna kesimida ishtirokchilarning 25,4% "er-xotin oliy ma'lumotli bo'lishi kerak", 38,0% "ma'lumoti ahamiyatli emas", 36,6% esa "ma'lumoti qanday bo'lsa ham, yashab ketsa bo'ldi" degan fikrni ilgari surgan. O'zbek va tojik millatiga mansub ishtirokchilar o'rtasida "ma'lumoti qanday bo'lsa ham yashab ketsa bo'ldi" degan qarash nisbatan yuqori (mos ravishda 41,0% va 39,7%). Bu ko'rsatkich bu guruhlar uchun pragmatik yondashuv va hayotiy tajriba asosida qaror qabul qilishning ustuvorligini anglatadi. Tatar millatiga mansub ishtirokchilarning 48,3%i bu fikrni yoqlagan, bu esa ular orasida formallikdan ko'ra, realik va yashash tajribasining ustunligini bildiradi. Shu bilan birga, tatarlar orasida «oliy ma'lumot» tarafdorlari eng kam (13,5%) bo'lishi e'tiborlidir. Qozoq va rus millatiga mansub respondentlar orasida "ma'lumoti ahamiyatli emas" degan fikrga yuqori darajada e'tibor berilgan (mos ravishda 42,9% va 44,0%). Bu guruhlar orasida er-xotin o'rtasidagi o'zaro munosabat va shaxsiy sifatlar ma'lumotdan ustun qo'yilishini anglatadi. Rus millatiga mansub respondentlarning 28,9%i esa "oliy ma'lumot"ni muhim deb hisoblaydi, bu ko'rsatkich umumiy ko'rsatkichdan biroz yuqori bo'lib, ularning axborot va bilimga asoslangan ijtimoiy orientatsiyasini ko'rsatadi. Psixologik jihatdan bu farqlarni qadriyat tizimi**,** gender rollari haqidagi tasavvurlar**,** ma'lumot va ijtimoiy status o'rtasidagi bog'liqlik haqidagi etnik-madaniy stereotiplar bilan izohlash mumkin. Ba'zi etnik guruhlarda (masalan, ruslar, qozoqlar) ma'lumot ijtimoiy barqarorlik va shaxsiy muvaffaqiyat belgisi sifatida qaralsa, boshqalarda (masalan, tojiklar, tatarlar) real hayotdagi muvofiqlik va oilaviy moslik birinchi o'rinda turadi. Shuningdek, bu qarashlar o'z navbatida turmush qurishda intellektual uyg'unlik yoki psixologik-emotsional muvofiqlikka beriladigan ahamiyat darajasini ham bevosita aks ettiradi. Bu holat nikohning barqarorlik darajasiga va er-xotin o'rtasidagi qaror qabul qilish jarayonlariga ta'sir ko'rsatishi mumkin. Yuqoridagi tahlil asosida aytish mumkinki, er-xotinning ma'lumoti masalasiga munosabatda milliy mansublik muhim o'zgaruvchilar sifatida ishtirok etmoqda. Bu holat millatlararo nikohlarni o'rganishda shaxslararo kutishlar, qadriyatlar tizimi va ijtimoiy rolga doir stereotiplarni hisobga olish zarurligini ko'rsatadi.

2-jadval

"Siz o'zingizni baxtliman deb o'ylaysizmi?" savoliga berilgan javoblarning tadqiqot ishtirokchilari millatiga bog'liqligi (Xi-kvadrat mezoni, N=650)

Millati	Siz o'zingizni bahtliman deb o'ylaysizmi?			Jami
	Ha, men baxtliman	Unchalik baxtli emasman	Yo'q, men o'zimni baxtliman deb hisoblamayman	
O'zbek	74,2%	15,2%	10,6%	**100,0%**
Tojik	62,1%	17,2%	20,7%	**100,0%**
Qozoq	61,9%	23,8%	14,3%	**100,0%**
Tatar	74,2%	14,6%	11,2%	**100,0%**
Rus	75,3%	15,1%	9,6%	**100,0%**
Boshqa	66,7%	33,3%		**100,0%**
Jami	**71,4%**	**17,4%**	**11,2%**	**100,0%**

Izoh: χ^2=21,146; p=0,020

"Siz o'zingizni baxtliman deb o'ylaysizmi?" savoliga berilgan javoblarning tadqiqot ishtirokchilari millatiga bog'liqligi ishtirokchilarning o'zini baxtli his qilish darajasi millat omiliga qarab ma'lum farqlar bilan ajralib turishini ko'rsatadi. O'zbek (74,2%), tatar (74,2%) va rus (75,3%) millatiga mansub ishtirokchilar orasida o'zini baxtli deb his qiluvchilar ulushi eng yuqori. Ushbu natija bu guruhlar uchun oilaviy, ijtimoiy va madaniy omillar uyg'unligining yuqoriligini anglatishi mumkin. Qozoq (61,9%) va tojik (62,1%) millatiga mansub respondentlar orasida esa baxt hissi nisbatan pastroq darajada qayd etilgan. Bu esa etnik ijtimoiy muhit, oila strukturasi yoki madaniy qadriyatlar tizimidagi farqlar bilan izohlanishi mumkin. "Unchalik baxtli emasman" deb javob berganlar ichida qozoq millatiga mansublar 23,8% bilan yetakchilik qilmoqda. Bu esa baxtli bo'lish hissi bo'yicha sezilarli darajada psixologik ikkilanish mavjudligini anglatadi. E'tiborga molik jihat shuki,

boshqa millatlarga mansub ishtirokchilar orasida “men o’zimni baxtliman deb hisoblamayman” degan javob mutlaqo uchramagan, ammo 33,3%i o’zini unchalik baxtli emas deb hisoblagan, bu esa psixologik o’zgaruvchanlikka moyillikni anglatadi.

Respondentlarning o’zini baxtli yoki baxtsiz deb his qilishi subyektiv farovonlik, shaxsiy qadriyatlar, ijtimoiy qo’llab-quvvatlash hamda oila va etnik madaniyatdagi qadriyat tizimlari bilan uzviy bog’liqdir. O’zbek, tatar va rus guruhlari orasida baxt tushunchasi ko’proq oilaviy barqarorlik, farzandlar, ishonchli ijtimoiy aloqa va madaniy an’analarni saqlash orqali shakllanadi. Qozoq va tojik millatlariga mansub ishtirokchilar esa, ehtimol, ijtimoiy-madaniy o’zgarishlar, mehnat migratsiyasi, yoki an’anaviy gender rollari inqirozi tufayli o’zlarini baxtli deb his qilishda nisbatan ehtiyotkor va shubha bilan yondashayotgan bo’lishi mumkin. Bu yerda “baxt” tushunchasiga yondashuvlar etnik madaniyatlar orasida semantik farqlarga ega bo’lishi ehtimoli ham mavjud: ayrim guruhlar uchun bu tushuncha emotsional holat bo’lsa, boshqalar uchun u ijtimoiy maqom yoki moddiy ta’minot bilan chambarchas bog’liq bo’lishi mumkin.

Tahlil natijalaridan kelib chiqib aytish mumkinki, etnik mansublik shaxsning subyektiv baxt hissini shakllantirishda muhim psixologik omil sifatida namoyon bo’lmoqda. Bu holat millatlararo nikohlar va aralash oilalarda psixologik moslashuv, qadriyatlar uyg’unligi va emotsional barqarorlik darajasi ustuvor ahamiyatga ega ekanini tasdiqlaydi. Shunday ekan, baxt hissining shakllanishiga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik determinatsiyalarni etnik madaniyatlar kontekstida chuqur tahlil qilish zarur.

3-jadval

“Oila qurishda sevgi muhim rol o’ynaydi deb o’ylaysizmi?” savoliga berilgan javoblar va turmush o’rtog’ining millati orasidagi o’zaro bog’liqlik (Xi-kvadrat mezoni, N=650)

Turmush o’rtog’ining millati	Oila qurishda sevgi muhim rol o’ynaydi deb o’ylaysizmi?			Jami
	Ha	Yo’q	Bilmadim	
O’zbek	61,3%	22,6%	16,1%	**100,0%**
Tojik	71,9%	12,5%	15,6%	**100,0%**
Qozoq	56,3%	43,8%		**100,0%**
Tatar	63,4%	20,4%	16,1%	**100,0%**
Rus	57,0%	30,5%	12,5%	**100,0%**
Boshqa	72,4%	17,2%	10,3%	**100,0%**
Jami	**61,5%**	**24,2%**	**14,3%**	**100,0%**

Izoh: χ^2=18,348; p=0,049

“Oila qurishda sevgi muhim rol o’ynaydi deb o’ylaysizmi?” savoliga berilgan javoblar va turmush o’rtog’ining millati orasidagi o’zaro bog’liqlik aks etgan natijalar tahliliga ko’ra turmush o’rtog’ining millati bilan sevgining nikohdagi o’rni haqidagi qarashlar o’rtasida muayyan psixologik bog’liqlik mavjudligini oydinlashdi. Tojik (71,9%) va boshqa millatlarga mansub turmush o’rtoqqa ega bo’lgan respondentlar (72,4%) sevgi omiliga eng yuqori darajada ijobiy munosabat bildirganlar. Bu holat bu guruhlar orasida emotsional komponentli nikoh motivatsiyasi yuqoriligini ko’rsatadi. Rus (57,0%) va o’zbek (61,3%) turmush o’rtoqlari bilan nikohda bo’lganlar orasida bu ko’rsatkich o’rtacha darajada bo’lsa-da, rus turmush o’rtoqli oilalarda sevgi muhim emas deb hisoblovchilar nisbatan ko’proq (30,5%). Qozoq millatiga mansub turmush o’rtog’i bo’lgan respondentlarning 43,8%i sevgi muhim emas degan fikrni bildirgan, bu esa sevgiga nisbatan utilitar yondashuv mavjudligini ko’rsatadi. “Bilmadim” javobi nisbatan ko’proq o’zbek, tojik va tatar turmush o’rtoqli oilalarda uchraydi, bu esa qarashlardagi noaniqlik yoki aralash qadriyat tizimi mavjudligini ko’rsatadi.

Mazkur natijalar millatlararo nikohda turmush o’rtog’ining milliy identifikatsiyasi nikoh motivlarining afzalliklariga sezilarli darajada ta’sir ko’rsatishini anglatadi. Sevgi omilini yuqori qadrlovchi juftliklar orasida odatda nikoh emotsional yaqinlik, o’zaro psixologik qabul, va madaniy sinxronlik asosida shakllangan bo’lishi mumkin. Aksincha, sevgi motivining nisbatan past baholanishi, ehtimol, an’anaviy sovchilikka asoslangan nikohlar, madaniy majburiyatlar, yoki moddiy va ijtimoiy manfaatlar asosida qaror qabul qilinish ehtimolini bildiradi. Bu yerda “sevgi” tushunchasining etnik madaniyatlar kontekstida turlicha talqin qilinishi ham e’tibordan chetda qolmasligi kerak.

Ba'zi madaniyatlarda sevgi nikohdan keyingi shakllanuvchi hissiyot sifatida qabul qilinsa, boshqalarida u nikohning asosiy sharti hisoblanadi. Turmush o'rtog'ining milliy mansubligi oila qurishdagi motivatsion ustuvorliklarni aniqlovchi muhim psixologik indikatorlardan biri sifatida namoyon bo'lmoqda. Millatlararo nikohda sevgi omilining baholanishi etnik stereotiplar, qadriyatlar va oilaviy an'analarga ko'ra farqlanib, oila barqarorligining ehtimoliy prognostik belgilaridan biri sifatida ko'rib chiqilishi mumkin.

4-jadval

"Qanday motiv asosida oila qurgan ma'qul?" savoliga berilgan javoblar va turmush o'rtog'ining millati orasidagi o'zaro bog'liqlik (Xi-kvadrat mezoni, N=650)

Turmush o'rtog'ining millati	Qanday motiv asosida oila qurgan ma'qul?			Jami
	Sevgi	Moddiy yoki o'zga manfaat asosida	Sovchilik	
O'zbek	49,4%	21,7%	28,9%	**100,0%**
Tojik	56,3%	6,3%	37,5%	**100,0%**
Qozoq	62,5%	18,8%	18,8%	**100,0%**
Tatar	48,4%	29,0%	22,6%	**100,0%**
Rus	39,8%	30,5%	29,7%	**100,0%**
Boshqa	69,0%	6,9%	24,1%	**100,0%**
Jami	**49,2%**	**22,9%**	**27,8%**	**100,0%**

Izoh: χ^2=21,715; p=0,017

"Qanday motiv asosida oila qurgan ma'qul?" savoliga berilgan javoblar va turmush o'rtog'ining millati orasidagi o'zaro bog'liqlikka binoan natijalar nikoh tuzishdagi asosiy motiv (sevgi, moddiy manfaat, sovchilik) bilan turmush o'rtog'ining millati o'rtasida statistik ahamiyatli bog'liqlik mavjudligini tasdiqlaydi ($p<0,05$). Bu esa turmush o'rtog'i mansub bo'lgan etnik guruhga qarab nikoh motivlari farqlanishi mumkinligini ko'rsatadi. Boshqa millatlarga mansub turmush o'rtog'i bo'lganlar orasida eng yuqori darajadagi romantik motivatsiya (sevgi) 69,0% respondentda kuzatilgan. Bu holat ehtimol ichki ehtiyojga asoslangan ongli tanlovning mavjudligi bilan bog'liq bo'lib, ichki motivatsiyaning kuchliligini bildiradi. Qozoq millatiga mansub turmush o'rtoqqa ega respondentlar orasida ham sevgi motivi ustuvor bo'lib, 62,5% ni tashkil qilmoqda. Bu ularning nikohni ko'proq individual his-tuyg'ularga asoslangan tarzda qurishini anglatadi. Tojik millatiga mansub turmush o'rtog'i bo'lganlar orasida esa sezilarli darajada sovchilik motivi yuqori (37,5%) bo'lib, bu an'anaviy nikoh shakllari va oilaviy vositachilikning mavjudligini ko'rsatadi. Rus va tatar turmush o'rtog'iga ega respondentlar orasida esa moddiy manfaat motivi nisbatan yuqoriroq bo'lib, ruslarda 30,5% ni, tatarlarda 29,0% ni ifodalab, guruhlar orasida instrumental yondashuvga moyillik borligini ko'rsatadi. O'zbek turmush o'rtog'i bilan nikohda bo'lganlar orasida motivlar nisbatan muvozanatli taqsimlangan, xususan, 49,4% sevgi, 21,7% manfaat, 28,9% sovchilik.

Ushbu natijalar millatlararo nikohdagi motivatsion qarashlar turmush o'rtog'ining etnik identifikatsiyasiga ko'ra farqlanishi mumkinligini ko'rsatadi. Kollektiv madaniyatga mansub guruhlar (masalan, tojiklar, o'zbeklar)da sovchilik va oilaviy tashabbusga asoslangan nikoh shakllari saqlanib qolgan bo'lsa, shaxsiy individualizmga yaqinroq guruhlarda (masalan, boshqa millatlar, qozoqlar) sevgi asosidagi nikohga bo'lgan e'tibor kuchliroq. Motivatsion farqlar shuningdek, turmush o'rtog'i bilan Emotsional yaqinlik, moslashuv, va ijtimoiy-psixologik integratsiya darajasiga ham ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ayniqsa, sevgi asosida qurilgan nikohlar, odatda, kuchli ichki rag'bat va barqarorlikka ega bo'ladi, lekin bu barcha holatlarda universal emas. Sovchilik yoki manfaat motivlari esa madaniy normalar asosida rasmiylashtirilgan, lekin emotsional komponenti sustroq bo'lgan nikoh modeliga mos keladi. Turmush o'rtog'ining millati nikoh tuzish motivlari shakllanishida muayyan psixologik determinant sifatida namoyon bo'ladi. Nikohga kirish motivlarining etnik tafovutlar bilan bog'liqligi millatlararo nikoh barqarorligini tahlil qilishda ijtimoiy-psixologik indikator sifatida hisobga olinishi lozim.

Empirik ma'lumotlar aprobatsiyasiga ko'ra, tojik (81,3%) va qozoq (81,3%) millatiga mansub

turmush o'rtoqli respondentlar orasida o'zini baxtli deb his qiluvchilar nisbatan yuqori bo'lsa-da, rus (64,8%) va boshqa millatlar bilan nikohda bo'lganlar orasida bu ko'rsatkich ancha past bo'lgan. Biroq bu tafovutlar statistik jihatdan ishonchli bo'lmagani bois, o'zaro farqlar ijtimoiy-psixologik kontekstdagi boshqa omillar bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Ushbu natijalar millatlararo nikohlarda shaxsiy baxt va oilaviy farovonlikni belgilovchi psixologik omillar, xususan, hissiy yaqinlik, shaxslararo muvofiqlik, qadriyatlar va maqsadlar birligi, shuningdek, kommunikativ kompetensiyalarning ko'proq ahamiyat kasb etishini ko'rsatadi. Shunday qilib, nikohdagi subyektiv farovonlik etnik omilga nisbatan ichki psixologik moslik va oilaviy o'zaro munosabatlarning sifati bilan chuqur bog'liq ekani empirik jihatdan asoslanadi.

Xulosa. Millatlararo nikoh barqarorligi, birinchi navbatda, nikoh ittifoqining istiqboli, uning ma'nosi va muvaffaqiyati kabi ko'p omilli determinantlar majmuasiga bog'liqdir. Nikoh istiqboli deganda turmush o'rtoqlarning o'zaro munosabatlarini qisqa va uzoq muddatli maqsadlar sari yo'naltirilgan dinamik jarayon sifatida idrok etishlari tushuniladi. Bunday nikohdan shaxsiy qoniqish olish, ehtimoliy muammolarni bartaraf etish imkoniyatini oldindan anglash hamda oilaning ijtimoiy va emotsional tayanch sifatida ahamiyatini tan olish orqali barqarorlik mustahkamlanadi. Shu bilan birga, barqaror millatlararo nikohning ijtimoiy-psixologik mazmuni ham alohida ahamiyat kasb etadi. Bu mazmun, odatda, bunday nikohni monomadaniy yoki polimadaniy jamiyatda ijtimoiy moslashuvni ta'minlovchi mikroijtimoiy muhit sifatida qabul qilish bilan bog'liq bo'ladi. Nikoh muvaffaqiyati esa turmush o'rtoqlarning o'z oilaviy ittifoqini shaxsiy rivojlanish, farzand ko'rish va ularni tarbiyalash, iqtisodiy farovonlik, madaniy integratsiya hamda jamiyatga moslashuv resursi sifatida baholashlarida namoyon bo'ladi. Demak, millatlararo nikoh muvaffaqiyatli deb hisoblanishi uchun bu ittifoq nafaqat oila faoliyatini to'liq amalga oshirishga to'sqinlik qilmasligi, balki, aksincha, ayniqsa ko'p madaniyatli jamiyatda, muayyan ustunliklarni ham taqdim eta olishi lozim.

Nikoh barqarorligi deganda, turmush o'rtoqlarning o'zaro munosabatlari davomiyligi, etnik tafovutlarga qaramay umumiy maqsadlar sari intilishlari, oilaviy ehtiyojlarning o'zaro qondirilishi va muammolarning hal qilinishi orqali oila birligini saqlab qolish qobiliyati tushuniladi. Bunda, turmush o'rtoqlarning yangi oilaviy vazifalarni hal qilishga tayyorligi, oilaviy inqirozlarni yengib o'tish layoqati, o'zaro etnik farqlarni tolerant qabul qilish, hamda rol va vazifalarning adolatli taqsimoti muhim ahamiyat kasb etadi. Millatlararo nikohning barqarorligi shuningdek, shaxsiy identifikatsiya jarayonlari (turmush o'rtog'ining kimligini va o'z o'rnini aniqlash), oilaviy muloqot darajasi (dialog va empatiya) hamda o'tgan hayotdan qoniqish darajasi va kelajak haqidagi optimistik tasavvurlar bilan belgilanadi. Bu barqarorlikka ijobiy ta'sir ko'rsatadigan determinantlarga shaxslararo yo'nalishlar o'xshashligi, ziddiyatlarga nisbatan rezistentlik, er-xotin muloqot uslublari, oilani saqlab qolishga bo'lgan motivatsiya hamda barqaror oilaviy istiqbolni qadrlash kiradi.

Millatlararo nikoh barqarorligini oshirish uchun psixologik konsalting muhim ahamiyat kasb etadi. Konsalting quyidagi bosqichlarda samarali bo'lishi mumkin: oilaviy inqirozni aniqlash va diagnostika qilish, uni grafik va og'zaki ifodalash, shuningdek, konstruktiv xatti-harakat uslublarini shakllantirish. Millatlararo nikoh mustahkamligi uchun ijtimoiy-psixologik shart-sharoitlar quyidagilarni o'z ichiga oladi: turmush o'rtoqlarning etnik tafovutlarga oid kognitiv strategiyalarni egallashi, o'zaro harakatlarga befarq bo'lmagan, sabrli va baholovchi yondashmasdan sabab izlash (kauzal attribusiya), tolerantlik asosida madaniy farqlarni qabul qilish, ularni uyg'unlashtirish (akkulturatsiya, sinxronlashtirish va moslashish), hamda etno-relativistik dunyoqarashni shakllantirish.

Foydalanigan adabiyotlar ro'yxati.

1. Abduraxmanova Z.E. Oilaviy munosabatlar psixologiyasi. O'quv qo'llanma. T.2023.

2. Abduraxmanova Z.E. Millatlararo nikohlar va oilaviy munosabatlarning psixologik xususiyatlari Жамият ва инновациялар. Special Issue – 05 (2024) / ISSN 2181-1415 ***3-b.***

3. Abduraxmanova Z.E. Millatlararo nikohlarni o'rganishga fenomenologik yondashuv. ***International Jurnal of Economu and innovation . Impact Factor: 8.***

4. Левкович В. П. Особенности супружеских взаимоотношений в разнонациональных семьях // Психологический журнал. 1990. № 2.

159.9:37.091.5

Azizova Fotima Nignatjonovna
PhD Applicant, Department of Psychology,
National University of Uzbekistan named after M. Ulugbek

THE INFLUENCE OF LONELINESS, ANXIETY, AND AGGRESSIVENESS ON STRESS-COPING BEHAVIOR AND VOLITIONAL QUALITIES IN CHILDREN WITH ALBINISM

Abstract. *The article addresses one of the least studied issues - the emotional and volitional sphere of children with albinism. It presents a comparative analysis of the emotional and volitional characteristics of healthy children and children with albinism. The study also identifies correlations between emotional functioning, volitional qualities, and coping strategies in both healthy children and those with albinism. Based on the findings, appropriate conclusions are drawn and practical recommendations are provided.*

Key words: *aggression, state and trait anxiety, loneliness, volitional qualities (goal-directedness, perseverance, initiative), coping behavior (positive reappraisal, seeking social support).*

ВЛИЯНИЕ ЧУВСТВА ОДИНОЧЕСТВА, ТРЕВОЖНОСТИ И АГРЕССИВНОСТИ НА СТРЕСС-СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ И ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА У ДЕТЕЙ-АЛЬБИНОСОВ

Аннотация. *Статья посвящена одной из самых мало изученных проблем – эмоционально-волевой сфере детей страдающих альбинизмом. В ней автор проводит сравнительный анализ эмоциональных и волевых особенностей здоровых детей и детей-альбиносов. Также в статье указаны корреляционные связи эмоциональной сферы с волевыми качествами и копинг стратегиями детей-здоровых и альбиносов. На основе результатов исследования сделаны соответствующие выводи и даны рекомендации.*

Ключевые слова: *Агрессия, ситуативная и личностная тревожность, чувство одиночества, волевые качества: целеустремленность, настойчивость, инициативность, копинг-поведение: позитивная переоценка, поиск социальной поддержки.*

ALBINOS BOLALARDA YOLG'IZLIK HISSI, XAVOTIRLANISH VA TAJOVUZKORLIKNING STRESSNI BOSHQARUVCHI XULQ-ATVOR VA IRODA SIFATLARIGA TA'SIRI

Annotatsiya. *Maqola eng kam o'rganilgan muammolardan biri - albinizmdan aziyat chekayotgan bolalarning hissiy-irodaviy sohasiga bag'ishlangan. Unda muallif sog'lom bolalar va albinos bolalarning hissiy va irodaviy xususiyatlarini qiyosiy tahlil qiladi. Shuningdek, maqolada emotsional sohaning sog'lom va albinos bolalarning irodaviy sifatlari va koping strategiyalari bilan korrelyatsion aloqalari ko'rsatilgan. Tadqiqot natijalari asosida tegishli xulosalar qilingan va tavsiyalar berilgan.*

Kalit so'zlar: *Agressiya, vaziyatli va shaxsiy xavotirlanish, yolg'izlik hissi, irodaviy sifatlar: maqsadga intiluvchanlik, qat'iyatlilik, tashabbuskorlik, koping xulq-atvor: ijobiy qayta baholash, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni izlash.*

Introduction.

Research on the psychological characteristics of people with albinism remains fragmentary and interdisciplinary, combining medical genetics, ophthalmology, social psychology, and psychiatry. Most publications focus on medical aspects and social adaptation, while systematic works aimed at studying personal, emotional, and cognitive characteristics are few. People with albinizm have normal intelligence, but often experience problems with self-esteem, isolation, and depression associated

with visual limitations and social stigmatization [2]. In a study with Nigerian participants (igbo ethnicity), it was shown that individuals with albinizm are more often characterized as emotionally unstable, less confident compared to the control group [1]. Children with visual impairments (similar to albinizm) show increased emotional reactivity, avoidant and detached behavior – which may reflect the trends in people with albinism [4]. Analysis of 16 studies on albinism showed the impact of the disease on the quality of life, emotional state, self-esteem, and the presence of psychiatric comorbidities [3].

We suppose that:

Chronic social isolation is correlated with a decrease in the use of adaptive stress coping strategies, including seeking social support, targeted planning, and positive cognitive reassessment. With high indicators of loneliness, avoiding and passive defensive behavior (intrapunitive care, procrastination, maladjusted use of psychoactive substances) dominate. At the level of the volitional sphere, loneliness leads to a decrease in motivational and energetic potential, a weakening of resistance to frustration, and a difficulty in mobilizing efforts to achieve set goals, which manifests as a lack of self-discipline and persistence in stressful situations.

High levels of personal and situational anxiety are associated with the predominance of emotionally oriented and avoidant coping strategies (self-blame, obsessive anxiety, evasion of problem-solving), which reduces the effectiveness of overcoming stressful influences and can exacerbate psycho-emotional tension. Volitional qualities in high anxiety are characterized by a decrease in the concentration of attention, an increase in impulsivity, a disruption of the ability for prolonged and purposeful actions; at the same time, a moderate level of anxiety can perform a mobilizing function, contributing to the activation of resources.

Aggressive personality traits are associated with the dominance of confrontational and impulsive coping reactions, which are capable of temporarily reducing subjective tension, but in the future lead to the escalation of interpersonal conflicts and increased social isolation. In the context of volitional qualities, aggressiveness can contribute to increased persistence and purposefulness in achieving significant goals, however, with insufficient self-regulation, it takes destructive forms that disrupt self-control and planned actions.

Methods.

The study was conducted using A.Asinger's "Diagnostics of Aggression," Ch.D.Spilberger's "Determining the Level of Anxiety," Ferguson's "Feeling of Loneliness," R.Lazarus's "Methods of Coping Behavior," and Chumakov's "Studying the Volitional Qualities of Personality" methods.

Research participants: 19 pupils from Boarding School No. 77 *"NURLI MASKAN"* in Tashkent and 70 students from General Education School No. 28 in the Tashkent Region. Based on the goals and objectives of our research, the sample consisted of 89 subjects: 70 (78.7%) were healthy pupils, and 19 (21.3%) were albinos pupils. In our study, out of 89 subjects, 46 (51.7%) were boys, and the remaining 43 (48.3%) were girls. In our study, out of 89 subjects, 4 (4.5%) were 11 years old, 13 (14.6%) were 12 years old, 18 (20.2%) were 13 years old, 15 (16.9%) were 14 years old, 15 (16.9%) were 15 years old, 6 (6.7%) were 16 years old, 11 (12.4%) were 17 years old, 6 (6.7%) were 18 years old, and 1 (1.1%) was 19 years old.

Research results

Statistical analysis using the Student's t-test revealed no significant differences in emotional state between healthy children and children with albinism ($p > 0.05$). The absence of statistically significant differences in emotional state between healthy children and children with albinism may be explained by several factors. First, children with albinism in the studied sample might have adequate family and social support systems that mitigate the potential psychological impact of their condition. Supportive environments, inclusive educational settings, and positive interpersonal relationships can reduce the risk of emotional disturbances typically associated with visible physical differences (table 1).

Comparison of Emotional States in Healthy Participants and Children with Albinism

Table 1

SCALES	*Participants*	*N*	*Mean*	*Std. Deviation*	*t*	*p*
Asinger's Agression	Healthy	70	39,3143	4,75347	-1,127	0,263
	Albinos	19	40,6316	3,46748		
Spielberger's State Anxiety	Healthy	70	37,1714	7,17882	-0,576	0,566
	Albinos	19	38,2105	6,12444		
Spielberger's Trait Anxiety	Healthy	70	38,2571	6,71508	-1,557	0,123
	Albinos	19	40,8421	5,11276		
Ferguson's Loneliness Scale	Healthy	70	28,6857	14,55777	-1,218	0,227
	Albinos	19	33,0526	10,79853		

Second, the relatively young age of participants may limit the duration of exposure to social stigma or discrimination, thereby minimizing the cumulative effect on emotional well-being. In some cases, younger children may not yet fully internalize societal attitudes toward physical appearance, which can serve as a protective factor against the development of chronic emotional stress.

Third, it is possible that the emotional state of both groups is influenced more by general developmental and environmental factors (family dynamics, school climate, peer relationships) than by the presence or absence of albinism itself. This suggests that emotional well-being in children with albinism may not necessarily be determined by the condition per se, but by the quality of psychosocial support and integration into the community.

Comparative Analysis of the Emotional Sphere in the Entire Sample
Table 2

SCALES	*Asinger's Agression*	*Spielberger's State Anxiety*	*Spielberger's Trait Anxiety*	*Ferguson's Loneliness Scale*
Confrontive coping	-0,032	-0,054	0,002	-0,161
Distancing	0,031	-0,140	0,012	0,039
Self-control	-0,089	0,138	0,178	0,035
Seeking social support	0,205	0,041	0,088	0,069
Accepting responsibility	-0,105	-0,036	-0,003	-0,003
Escape–avoidance	0,118	-0,211	-0,224	0,055
Planful problem solving	-0,068	0,067	0,044	-0,217
Positive reappraisal	0,001	-0,096	0,117	**0,292***

Statistical analysis using the Student's t-test revealed significant differences in the emotional domain, as measured by the Loneliness Scale, between girl and boy participants in the sample ($t=-2{,}025$; $p < 0.05$). A number of factors may contribute to the observed results. Girls typically demonstrate greater emotional reflectiveness and a stronger tendency to verbalize their experiences, including interpersonal difficulties. This may lead to higher subjective ratings of loneliness, even under similar objective social conditions. Culturally reinforced gender roles often place greater emphasis on emotional closeness and the quality of relationships for girls. The disruption or insufficiency of such bonds is perceived as a more significant stressor for them than for boys, thereby intensifying feelings of loneliness. Research indicates that girls are more likely to use emotion-focused coping strategies (seeking support, self-reflection), whereas boys tend to employ problem-focused or avoidance strategies. When social support is lacking, emotion-focused coping may exacerbate subjective feelings of isolation. Girls may more frequently encounter interpersonal conflicts, exclusion from

peer groups, or social comparison, especially during adolescence, making them more vulnerable to experiencing loneliness (Table 2).

Correlation analysis revealed an association between loneliness and positive reappraisal (r_p=0,292; p < 0,05). This relationship may be explained by the fact that individuals experiencing loneliness often engage in cognitive reframing as a coping mechanism to reduce emotional distress and maintain psychological stability. Positive reappraisal can serve as a compensatory strategy, allowing them to find meaning in adverse circumstances, reinterpret social isolation in less threatening terms, and maintain a sense of control over their emotional state. In some cases, the tendency toward positive reappraisal may reflect an adaptive effort to preserve self-esteem and promote resilience in the face of limited social support (table 3).

Statistical Relationship Between Emotional Functioning and Coping Behavior Among Participants with Albinism

Table 4

SCALES	Asinger's Agression	Spielberger's State Anxiety	Spielberger's Trait Anxiety	Ferguson's Loneliness Scale
Confrontive coping	0,361	-0,051	-0,237	0,085
Distancing	0,003	0,020	-0,429	-0,409
Self-control	0,095	-0,059	-0,308	-0,373
Seeking social support	-0,279	-0,153	-0,236	**-0,539***
Accepting responsibility	0,259	0,270	-0,007	0,266
Escape–avoidance	-0,213	0,032	0,107	0,235
Planful problem solving	-0,346	0,189	-0,142	-0,293
Positive reappraisal	-0,205	0,040	-0,191	-0,350

Correlation analysis revealed an association between loneliness and seeking social support (r_p=-0,539; p < 0,05) among participants with albinism. This relationship may be explained by the fact that individuals with albinism, often facing social stigma, discrimination, or limited peer acceptance, may experience heightened feelings of isolation, which in turn motivate them to actively seek emotional and practical support from trusted individuals. The reliance on social support may function both as a compensatory mechanism to reduce the negative impact of loneliness and as a proactive strategy to strengthen social bonds and enhance psychological well-being. In this context, seeking support serves as a protective factor, mitigating the emotional consequences of social marginalization.

Statistical Relationship Between Emotional Functioning and Volitional Qualities Among Healthy Participants

Table 5

SCALES	*Asinger's Agression*	*Spielberger's State Anxiety*	*Spielberger's Trait Anxiety*	*Ferguson's Loneliness Scale*
Responsibility	0,080	-0,166	-0,039	-0,186
Initiative	-0,088	-0,037	-0,034	-0,217
Decisiveness	-0,223	-0,025	-0,005	-0,003
Independence / Autonomy	-0,021	-0,019	0,084	0,119
Self-restraint / Composure	0,163	0,021	0,195	0,034

Perseverance / Persistence	-0,116	-0,059	-0,066	0,108
Energy / Vigorousness	0,089	0,005	0,000	-0,182
Attentiveness	0,110	-0,128	-0,212	-0,065
– Purposefulness / Goal-directedness	0,135	**-0,364****	-0,154	-0,030

Correlation analysis revealed an association between situational anxiety and purposefulness (r_p=-0,364; p < 0,01). This relationship may be explained by the fact that moderate situational anxiety can act as a mobilizing factor, increasing concentration, alertness, and motivation to achieve goals. In certain contexts, heightened awareness of potential difficulties or risks may prompt individuals to focus their efforts more precisely and persistently on the desired outcome. Conversely, when situational anxiety exceeds optimal levels, it may hinder purposeful behavior by impairing decision-making and reducing persistence (table 5).

Statistical Relationship Between Emotional Functioning and Coping Behavior Among Participants with Albinism

Table 6

SCALES	Asinger's Agression	Spielberger's State Anxiety	Spielberger's Trait Anxiety	Ferguson's Loneliness Scale
Responsibility	-0,085	0,076	-0,205	-0,076
Initiative	-0,163	0,057	**0,529***	0,257
Decisiveness	-0,010	0,305	0,047	0,005
Independence / Autonomy	-0,121	0,284	-0,166	**-0,488***
Self-restraint / Composure	-0,108	0,094	0,271	0,292
Perseverance / Persistence	0,113	0,098	0,350	**0,514***
Energy / Vigorousness	0,172	0,141	-0,004	-0,071
Attentiveness	-0,081	-0,344	-0,151	-0,143
– Purposefulness / Goal-directedness	**0,566***	0,127	-0,178	-0,282

Correlation analysis revealed the following associations among participants with albinism:

Aggressiveness and purposefulness (r_p=0,566; p < 0,05): This association may suggest that, in the context of social stigma or discrimination, higher aggressiveness can translate into stronger determination to achieve personal goals, functioning as a form of assertiveness and self-protection in challenging environments.

Trait anxiety and initiative (r_p=0,56629; p < 0,05): Elevated trait anxiety in individuals with albinism may stimulate anticipatory and proactive behaviors aimed at minimizing potential threats or negative social interactions, thereby increasing initiative as a preventive coping mechanism.

Loneliness and independence (r_p=-0,488; p < 0,05): The link between loneliness and independence may reflect the development of self-reliance in response to reduced social support or exclusion. For individuals with albinism, autonomy can serve as a compensatory adaptation to limited social integration.

Loneliness and perseverance(r_p=0,514; p < 0,05): Feelings of loneliness may foster persistence as a way to maintain personal goals and motivation despite social isolation. For participants with albinism, perseverance may act as an internal resource to counterbalance the lack of consistent external encouragement."

Conclusions.

Healthy participants

– A significant positive correlation was found between loneliness and positive reappraisal, indicating that individuals experiencing loneliness may use cognitive reframing to maintain emotional stability and find meaning in adverse circumstances.

– Situational anxiety showed a significant negative association with purposefulness, suggesting that higher situational anxiety can hinder goal-directed behavior when it exceeds optimal levels.

Participants with albinism

– Loneliness demonstrated a strong negative correlation with seeking social support, suggesting that socially isolated individuals with albinism may be less inclined to actively seek assistance, potentially due to previous negative social experiences or perceived stigma.

– Aggressiveness was positively associated with purposefulness, implying that assertive tendencies may be redirected into determined goal pursuit as a protective adaptation in challenging social contexts.

– Trait anxiety correlated positively with initiative, which may reflect proactive coping efforts to prevent or mitigate negative outcomes in social or personal contexts.

– Loneliness showed a negative correlation with independence, suggesting that isolation can limit autonomous functioning, but also a positive correlation with perseverance, indicating that some individuals channel their isolation into persistent goal striving.

Recommendations.

For healthy participants

–Incorporate training in adaptive coping strategies, especially for those with high loneliness, to reinforce the constructive use of positive reappraisal without overreliance on it.

–Implement anxiety management programs to help maintain optimal situational anxiety levels that enhance rather than impair purposefulness.

For participants with albinism

–Develop targeted social skills and peer integration programs to encourage constructive seeking of social support and reduce avoidance behavior linked to loneliness.

–Provide assertiveness training to channel aggressive tendencies into adaptive goal-directed actions.

–Offer interventions to manage trait anxiety while preserving its motivating aspects for initiative and preparedness.

–Support autonomy development in individuals with high loneliness, ensuring that self-reliance does not lead to further social withdrawal.

–Encourage the use of perseverance as a strength, integrating it with broader coping strategies to reduce the negative emotional effects of social isolation.

General

–Use integrated psychological support combining emotional regulation training, coping skills enhancement, and volitional qualities development to strengthen adaptive functioning in both healthy individuals and people with albinism.

–Include regular monitoring of emotional and volitional indicators in psychosocial programs to track progress and adjust interventions accordingly.

References.

1. Ezeilo B. N. Psychological aspects of albinism: an exploratory study with Nigerian (Igbo) albino subjects // Soc Sci Med, 1989;29(9):1129-31.

2. Federico Justin R., Krishnamurthy Karthik. Albinism. StatPearls/Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2025 Jan.

3. Fournier Hugo, Calcagni Nicolas, Morice-Picard Fanny, Quintard Bruno. Psychosocial implications of rare genetic skin diseases affecting appearance on daily life experiences, emotional state, self-perception and quality of life in adults: a systematic review // Orphanet J Rare Dis 18, 39 (2023). https://doi.org/10.1186/s13023-023-02629-1

4. Galli Jessica, Loi Erika, Dusi Laura, Pasini Nadia, Rossi Andrea, Scaglioni Vera, Mauri Lucia, Fazzi Elisa. Oculocutaneous albinism: the neurological, behavioral, and neuro-ophthalmological perspective // Eur J Pediatr. 2023 Apr 3;182(6):2723–2733.

Bai Dongmei
Researcher at National University of Uzbekistan

RESEARCH ON THE APPLICATION AND EFFECT OF MINDFULNESS TRAINING IN COLLEGE STUDENTS' MENTAL HEALTH EDUCATION

Abstract. *This study explores the application and effect of mindfulness training in the mental health education of college students. Mindfulness training emphasizes the awareness of the present moment without judgment. Through an 8-week mindfulness group counseling intervention, this study conducted an experiment on 40 college students with high anxiety levels. The results showed that the anxiety levels of the experimental group significantly decreased, and there were extremely significant differences in the state anxiety and trait anxiety dimensions ($p < 0.01$), while the control group showed no significant change. The research indicates that mindfulness training not only has immediate intervention effects but also can produce continuous positive impacts, breaking through the limitations of traditional psychological counseling. Moreover, mindfulness training, with its advantages of simplicity, strong targeting, and sustainability, provides new ideas for college mental health education. Future research can further explore how to integrate mindfulness training into the college curriculum system and design mindfulness intervention programs that are in line with the psychological characteristics of college students to promote the comprehensive improvement of students' mental health levels.*

Key words: *college students; mindfulness training; mental quality; mental health*

TALABALARNING RUHIY SALOMATLIGINI TA'MINLASHDA ONGLI XABARDORLIK (MINDFULNESS) TRENINGIDAN FOYDALANISH VA UNING SAMARADORLIGI BO'YICHA TADQIQOT

Annotatsiya. *Ushbu tadqiqot oliy ta'lim muassasalari talabalarining ruhiy salomatligini mustahkamlashda "mindfulness" (onglilik) mashg'ulotlaridan foydalanish va uning samaradorligini o'rganadi. Onglilik mashg'ulotlari insonning ayni damdagi holatidan hukmsiz xabardor bo'lishini ta'kidlaydi. Tadqiqot doirasida 8 haftalik guruhiy "mindfulness" mashg'ulotlari yuqori tashvish darajasiga ega 40 nafar talaba bilan o'tkazildi. Natijalar shuni ko'rsatdiki, tajriba guruhidagi talabalar tashvish darajasida sezilarli pasayish kuzatildi hamda holat tashvishi va shaxsiy tashvish o'lchovlarida juda muhim farqlar qayd etildi ($p < 0.01$). Nazorat guruhida esa sezilarli o'zgarish kuzatilmadi. Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, onglilik mashg'ulotlari nafaqat tezkor ta'sir ko'rsatadi, balki uzoq muddatli ijobiy natijalar ham beradi va an'anaviy psixologik maslahat cheklovlarini yenga oladi. Shuningdek, soddaligi, aniq maqsadga yo'naltirilganligi va barqarorligi bilan ajralib turuvchi onglilik mashg'ulotlari oliy ta'limda ruhiy salomatlikni rivojlantirish uchun yangi g'oyalar taqdim etadi. Kelgusida olib boriladigan tadqiqotlar onglilik mashg'ulotlarini oliy ta'lim dasturlariga integratsiya qilish yo'llarini o'rganishi hamda talabalar psixologik xususiyatlariga moslashtirilgan maxsus dasturlar ishlab chiqishi mumkin, bu esa ularning ruhiy salomatligini har tomonlama yaxshilashga xizmat qiladi.*

Kalit so'zlar: *talabalar; onglilik treningi; ruhiy sifatlar; psixologik salomatlik*

ИССЛЕДОВАНИЕ ПРИМЕНЕНИЯ И ЭФФЕКТИВНОСТИ ТРЕНИНГА ОСОЗНАННОСТИ В ПСИХИЧЕСКОМ ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ

Аннотация. *В данном исследовании рассматриваются применение и эффект тренинга осознанности в системе психического здоровья студентов. Тренинг осознанности акцентирует внимание на восприятии настоящего момента без оценочных суждений. В ходе восьминедельной групповой интервенции по осознанности был проведён эксперимент с участием 40*

студентов с высоким уровнем тревожности. Результаты показали, что уровень тревожности в экспериментальной группе значительно снизился, при этом были выявлены статистически значимые различия по шкалам ситуативной и личностной тревожности ($p < 0,01$), тогда как в контрольной группе значительных изменений не наблюдалось. Исследование демонстрирует, что тренинг осознанности обладает не только немедленным интервенционным эффектом, но и способен оказывать устойчивое положительное воздействие, преодолевая ограничения традиционного психологического консультирования. Кроме того, тренинг осознанности, благодаря своей простоте, целенаправленности и устойчивости, открывает новые перспективы для системы психического здоровья студентов. В дальнейшем исследования могут быть направлены на интеграцию тренинга осознанности в учебный процесс и разработку программ интервенций, соответствующих психологическим особенностям студентов, с целью комплексного повышения уровня их психического здоровья.

Ключевые слова: *студенты; тренинг осознанности; психические качества; психическое здоровье*

1.Concept and Research Progress of Mindfulness Training

The origin of mindfulness can be traced back to the Eastern Buddhist tradition. Its core connotations include awareness, attention, and memory. Kabat-Zinn (2003) defined mindfulness as a state of being aware of the present experience and feelings without judgment. Germer (2005) further proposed that mindfulness is not only an awareness state but also a practical method that can deepen and develop consciousness. Its core lies in focusing on the present rather than dwelling on the past or worrying about the future. Bear (2006) analyzed mindfulness from the perspective of ability, arguing that mindfulness is closely related to attention and consciousness and can be cultivated through meditation and other methods. He summarized the core abilities of mindfulness as four aspects: observation, description, intentional action, and non-judgmental acceptance. Currently, the psychological community has not reached a unified view on the essence of mindfulness. It may possess attributes of states, abilities, and traits. State mindfulness focuses on the level of mindfulness of an individual at a specific moment, ability mindfulness emphasizes the psychological attributes related to mindfulness that can be acquired through practice, while trait mindfulness is similar to personality traits, influenced by both innate factors and environmental shaping, and has a certain degree of variability.

Mindfulness training demonstrates various advantages in college mental health education: Firstly, the concept of mindfulness is easy to understand, the related techniques are easy to master, and the requirements for venues and time are relatively low, making it convenient to implement. Secondly, compared with traditional group psychological counseling, mindfulness training can more specifically alleviate the psychological problems of college students. Thirdly, mindfulness training not only has immediate intervention effects but also can produce continuous positive impacts, breaking through certain limitations of traditional group psychological counseling. For example, although traditional psychological counseling can produce certain effects in group situations, it is often difficult to achieve the same effect in individual states. Mindfulness training, by emphasizing the attention to physical states, is simple and easy to learn, enabling students to gain a profound experience of unity of body and mind in a short period of time, thereby promoting positive changes in individual psychological traits.

In the field of college mental health education, the application of mindfulness training has gradually received attention. Studies have shown that mindfulness training has a significant promoting effect on mental health, especially in alleviating anxiety, improving physical and mental health, and enhancing quality of life. For example, group mindfulness cognitive training has been proven to effectively reduce the anxiety levels of college students and improve their overall psychological and physiological health (Zhong Jiahan et al., 2015). The positive impact of mindfulness training on students' mental health, physical health, and subjective well-being makes it an important tool in school mental health education (Wang Meng et al., 2024). In recent years, mindfulness training has been widely promoted among student groups and has achieved remarkable results (Yan Jingyi et al., 2023).

2. Research Design and Implementation

In the annual mental health screening for freshmen at a certain university, researchers conducted a psychological census on all freshmen using the SCL-90 scale. Based on the score of the anxiety factor in the SCL-90 scale, 154 students with higher anxiety levels were selected, and the SAS anxiety self-rating scale was used for supplementary testing. Finally, 40 students with the highest anxiety scores (excluding those who had been diagnosed with anxiety disorders) were selected from among them and randomly divided into the experimental group and the control group, with 20 individuals in each group. After obtaining the informed consent of the participants, they were included in the group counseling intervention study. During this period, the control group did not receive any intervention measures.

Before the start of the study, both groups of participants underwent pre-tests using the SAS anxiety self-rating scale and the STAI state-trait anxiety questionnaire. Subsequently, the experimental group received 8-week, once-a-week mindfulness group counseling training. After the intervention, a post-test using the SAS and STAI was conducted for all participants to evaluate the intervention effect. The research data were analyzed using SPSS 22.0 software, mainly using the t-test method, with $p < 0.05$ as the criterion for statistical significance.

3.Research Results

Before the implementation of the intervention, the researchers conducted a comparative analysis on multiple dimensions between the experimental group and the control group. The results showed that there were no significant differences in various anxiety scores between the two groups, indicating that the subjects in both groups had a relatively high homogeneity at the initial stage. This provided a reliable basis for the subsequent evaluation of the intervention effect.

Through paired sample t-test analysis of the data after the intervention, the results are shown in Table 1. The anxiety levels of students in the experimental group were significantly lower than those in the control group, indicating that the positive effect of the mindfulness group counseling intervention was achieved. In addition, the paired sample t-test conducted on the students in the control group before and after the test revealed that their anxiety levels did not change significantly, further verifying the effectiveness of the intervention measures.

Table 1 Comparison Results of Differences in Post-test Scores between the Experimental Group and the Control Group (M ± SD)

	Experimental Group (n=20)	Control Group (n=20)	t
Total score of self-assessment of anxiety	22.41 ± 3.9	33.92 ± 7.7	-0.667*
Score of state anxiety	18.12 ± 1.61	27.12 ± 2.41	-0.159**
Score of trait anxiety	19.15 ± 1.52	27.35 ± 2.83	-1.271*

A paired sample t-test analysis was conducted on the students in the experimental group before and after the intervention. The results are shown in Table 2. The data indicate that the scores of the students in each anxiety dimension have significantly decreased, and the differences have reached a statistically significant level. Especially in the two dimensions of state anxiety and trait anxiety, the differences are particularly significant, indicating that mindfulness training has a significant effect on alleviating students' anxiety.

Table 2 Comparison Results of Differences in the Experimental Group of College Students Before and After Testing

	Experimental Group Pre-test (n=20)	Control Group Post-test (n=20)	t

Total score of self-assessment of anxiety	34.12 ± 6.11	22.41 ± 3.9	-0.331*
Score of state anxiety	21.76 ± 1.42	18.12 ± 1.61	-0.214**
Score of trait anxiety	22.51 ± 1.51	19.15 ± 1.52	-2.36 **

4.Discussion

This study aims to explore new approaches to mental health education for college students. Currently, mental health education in universities is still in the stage of continuous exploration, and mindfulness training, with its unique effects, provides a new direction for mental health education. Multiple studies have shown that mindfulness training has a significant intervention effect on the mental health of college students. For instance, Zhang Huiyong (2020) pointed out that mindfulness training can significantly improve college students' interpersonal relationships, social communication skills, symptom distress levels, and overall life status. Additionally, an empirical study of an 8-week mindfulness training program found that this course not only effectively alleviates students' anxiety and depression symptoms but also significantly enhances their psychological resilience and emotional regulation abilities (Zhang Li et al., 2020). Liu Xinghua and Xu Wei (2018) also demonstrated that mindfulness training can significantly reduce participants' negative emotions and improve their emotional state. Wan Wenqian (2023) further pointed out that mindfulness training helps enhance college students' self-regulation ability and self-esteem, thus having significant application value in college students' mental health education. Future research can further explore how to effectively integrate the outcomes of mindfulness training into the mental health education courses in universities and design mindfulness training programs that are in line with the psychological characteristics of college students.

School mental health education should gradually shift from a "disease-oriented" approach to a focus on "health promotion" and "all-round development". Mindfulness training, as an effective psychological intervention method, not only significantly improves the physical and mental health of college students but also gradually builds a positive campus cultural atmosphere through systematic practice. Mindfulness training emphasizes non-judgmental and accepting attitudes, encouraging students to face their emotions and experiences with an open and inclusive attitude, whether they are positive or negative. This educational model aims to promote long-term and all-round development of students and is a pedagogical approach based on positive psychology.

In the school environment, mindfulness intervention is usually carried out in the form of group activities, and the venues are mostly selected as classrooms or activity rooms that are convenient for collective participation. For some students who have resistance to mindfulness training, flexible adjustments can be made to the intervention form or content, such as integrating interesting activities or personalized guidance to enhance their participation and acceptance. Moreover, school mindfulness intervention often relies on traditional mental health programs and combines the core concepts of positive psychology to integrate individual personality strengths with mindfulness training, forming a positive mindfulness intervention model based on strengths. Research shows that this comprehensive intervention approach, integrating mindfulness training with other mental health programs, can significantly enhance the intervention effect and provide more solid support for students' psychological health development.

This research has important practical significance and promotion value. Integrating mindfulness training into the college students' mental health education curriculum system can effectively improve students' concentration, emotional regulation ability, and interpersonal communication skills. While helping students solve psychological problems, it can also cultivate their good psychological qualities. Enhancing college students' psychological qualities and paying attention to their mental health are inevitable requirements for comprehensively promoting quality-oriented education and promoting students' all-round development. Mindfulness training, with its unique theoretical advantages and practical value, provides new ideas and methods for mental health education and has broad application prospects.

References.

1.Baer, R. A. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. Assessment, 13(1), 27-45.

2. Germer, C. K. (2005). Mindfulness: What is it? What does it matter? In C. K. Germer, R. D. Siegel, & P. R. Fulton (Eds.), *Mindfulness and psychotherapy (pp. 3-27). New York, NY: Guilford Press.

3. Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. Clinical Psychology: Science and Practice, 10(2), 144-156.

4. Liu, X., & Xu, W. (2018). A 6-week randomized controlled trial on the effect of mindfulness training on the well-being of volunteers. Chinese Journal of Mental Health, 32(8), 597-601.

5. Wang, M., Luo, T., Pan, D., Cao, G., & Xu, L. (2024). Research progress on the application of mindfulness training among college students. Advances in Psychology, 14(3), 20-29.

6. Wan, W. (2023). Exploring the application value of mindfulness training in college students' mental health education. Chinese Science and Technology Journal Database (Full-text Version) Education Science, 3(3), 4.

7. Yan, J., Cai, J., & Gao, Y. (2023). A literature review on the application of mindfulness in college students' psychological education. Science and Health, 2(1), 125-128.

8. Yang, Y., Wang, L., Chen, X., & Ying, Y. (2023). The effect of mindfulness training on group psychological counseling for college students in higher vocational colleges. Psychological Monthly, 18(6), 64-67.

9. Zhang, H. (2020). Empirical research on the application of mindfulness training in college students' mental health education. Journal of Science Education and Instruction.

10. Zhang, L., Wu, J., Yan, M., Luo, Y., Zheng, H., & Sun, R. (2020). The impact of mindfulness training on emotional regulation and psychological resilience of college students. Chinese Journal of Behavioral Medicine and Brain Science, 29(10), 7.

11. Zhong, J., Li, B., & Liu, S. (2015). The impact of group mindfulness cognitive training on anxiety levels of college students. Chinese Journal of Health Psychology, 23(7), 1067-1071.

Burxanova Mavjuda Bekbutayevna
Chirchiq davlat pedagogika universiteti Pedagogika fakulteti
Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi
ORCID ID: https://orcid.org/0000-0002-4697-9694
E-mail: mailto:burxanovamavjuda@gmail.com

FARZAND TARBIYASIDA DINIY VA MA'NAVIY QADRIYATLARNING AHAMIYATI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada farzand tarbiyasida diniy va ma'naviy qadriyatlarning o'rni hamda ularning shaxs rivojlanishiga ko'rsatadigan ta'siri ilmiy asosda tahlil qilinadi. So'nggi yillarda global miqyosda oila institutining transformatsiyasi natijasida ma'naviy qadriyatlarga nisbatan e'tibor kuchaygan. UNICEF (2023) va O'zbekiston Respublikasi Davlat statistika qo'mitasi (2024) ma'lumotlariga ko'ra, O'zbekistonda oilalarning 74 foizi farzand tarbiyasida diniy qadriyatlarga tayanadi. Maqolada sotsiologik tadqiqotlar, psixologik kuzatuvlar va xalqaro statistik manbalardan foydalanilgan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, diniy-ma'naviy qadriyatlar yoshlarning ijtimoiy moslashuvi, axloqiy qarashlari va shaxsiy identiteti shakllanishida muhim omil bo'lib xizmat qiladi. 2030-yilgacha olib borilgan prognozlarga ko'ra, O'zbekistonda oilaviy qadriyatlar tizimida ma'naviy merosning ustuvorligi yanada kuchayishi kutilmoqda.*

Kalit so'zlar: *Farzand tarbiyasi, diniy qadriyatlar, ma'naviyat, ijtimoiy moslashuv, axloq, oila, psixologik rivojlanish, shaxs identiteti, yoshlar tarbiyasi, prognoz.*

THE IMPORTANCE OF RELIGIOUS AND SPIRITUAL VALUES IN CHILDREN'S EDUCATION

Аннотация: *В статье научно анализируется роль религиозных и духовных ценностей в воспитании детей и их влияние на развитие личности. В последние годы в связи с трансформацией института семьи во всем мире внимание к духовным ценностям усилилось. По данным UNICEF (2023) и Государственного комитета статистики Республики Узбекистан (2024), 74% семей в Узбекистане при воспитании детей опираются на религиозные ценности. В исследовании использованы социологические опросы, психологические наблюдения и международные статистические источники. Результаты показывают, что религиозно-духовные ценности являются важным фактором социальной адаптации, моральных установок и формирования личной идентичности молодежи. Согласно прогнозам до 2030 года, в системе семейных ценностей Узбекистана ожидается дальнейшее усиление приоритета духовного наследия.*

Ключевые слова: *Воспитание детей, религиозные ценности, духовность, социальная адаптация, нравственность, семья, психологическое развитие, личная идентичность, воспитание молодежи, прогноз.*

ЗНАЧЕНИЕ РЕЛИГИОЗНЫХ И ДУХОВНЫХ ЦЕННОСТЕЙ В ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ

Abstract: *This article scientifically analyzes the role of religious and spiritual values in child upbringing and their impact on personality development. In recent years, due to the transformation of the family institution worldwide, the emphasis on spiritual values has increased. According to UNICEF (2023) and the State Committee of Statistics of Uzbekistan (2024), 74% of families in Uzbekistan rely on religious values in raising their children. The study employed sociological surveys, psychological observations, and international statistical data. Findings indicate that religious and spiritual values serve as a crucial factor in shaping youth's social adaptation, moral views, and*

personal identity. Forecasts up to 2030 suggest that the primacy of spiritual heritage within Uzbekistan's family value system will further strengthen.

Key words: *Child upbringing, religious values, spirituality, social adaptation, morality, family, psychological development, personal identity, youth education, forecast.*

Kirish.

Farzand tarbiyasi jamiyat taraqqiyotining asosiy omillaridan biri bo'lib, u nafaqat oilaning, balki millatning ma'naviy-axloqiy poydevorini belgilaydi. Insoniyat sivilizatsiyasi tarixida diniy va ma'naviy qadriyatlar yosh avlodni shakllantirishda hal qiluvchi kuch sifatida namoyon bo'lgan. Din, ma'naviyat va axloqiy tamoyillar yoshlarni iymon-e'tiqodga, halollik, mehnatsevarlik, adolat va mehr-oqibatga yo'naltiruvchi ijtimoiy mexanizm sifatida faoliyat yuritib kelmoqda.

So'nggi o'n yilliklarda globallashuv, texnologik taraqqiyot va raqamli madaniyatning keng tarqalishi tufayli oilaviy tarbiyada ma'naviy qadriyatlarning ahamiyati yanada ortib bormoqda. UNESCO (2022) ma'lumotlariga ko'ra, dunyo bo'yicha 15–24 yoshdagi yoshlarning 47 foizi "ommaviy madaniyatning kuchli ta'sirida" ekanligini bildirgan. Bunday sharoitda milliy va diniy qadriyatlar yoshlarning ma'naviy immunitetini shakllantirishda strategik ahamiyat kasb etmoqda. Statistik dalillar ham ushbu masalaning dolzarbligini yaqqol ko'rsatadi. UNICEF (2023) hisobiga ko'ra, dunyo bo'yicha ota-onalarning 68 foizi farzand tarbiyasida diniy qadriyatlarga alohida urg'u beradi. Pew Research Center (2022) tadqiqotlari esa 2050-yilga borib dunyo aholisi 80 foizdan ortig'i diniy jamoalarga mansub bo'lishini prognoz qilmoqda. Bu esa farzand tarbiyasida diniy qadriyatlarning dolzarbligi yaqin kelajakda ham pasaymasdan, balki ortib borishini ko'rsatadi.

O'zbekiston misolida ham xuddi shunday tendensiyalar kuzatilmoqda. Davlat statistika qo'mitasining (2024) ma'lumotlariga ko'ra, oilalarning 74 foizi farzand tarbiyasida diniy qadriyatlarni asosiy mezon sifatida belgilaydi. Bundan tashqari, Yoshlar agentligi tomonidan 2023-yilda o'tkazilgan so'rovda ishtirok etgan ota-onalarning 67 foizi "ma'naviy merosni asrash va uni farzandlar tarbiyasiga singdirish"ni asosiy vazifa deb hisoblagan. Bu ko'rsatkichlar diniy va ma'naviy qadriyatlarning jamiyat hayotidagi strategik o'rnini isbotlaydi.

Psixologik nazariyalar ham mazkur natijalarni qo'llab-quvvatlaydi. Masalan, amerikalik psixolog J. Fowlerning "diniy rivojlanish bosqichlari" nazariyasida diniy qadriyatlar shaxsning ijtimoiy identiteti va axloqiy qarashlarini shakllantirishda muhim omil sifatida ta'kidlanadi. Eriksonning psixosotsial rivojlanish konsepsiyasida esa diniy-ma'naviy qadriyatlar yoshlarning "identitet inqirozini" yengib o'tishda hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligi qayd etilgan.

Prognozlash natijalari shuni ko'rsatadiki, 2030-yilgacha O'zbekistonda oilalarning 78–80 foizi farzand tarbiyasida diniy qadriyatlarga tayanishi kutilmoqda. Bu jarayon uchta asosiy omil bilan izohlanadi:

1. Milliy qadriyatlarga davlat siyosati darajasida kuchli e'tibor berilishi.
2. Globallashuv sharoitida yot mafkuralar va ommaviy madaniyat oqimlariga qarshi immunitet zarurati.
3. Yosh avlod ongida "an'anaviylik + zamonaviylik" sintezining kuchayib borishi.

Shunday qilib, diniy va ma'naviy qadriyatlarning farzand tarbiyasidagi o'rni zamonaviy davrda nafaqat ijtimoiy-pedagogik, balki milliy xavfsizlik va barqaror taraqqiyot omili sifatida ham qaralishi lozim.

Metodlar.

Ushbu tadqiqotda farzand tarbiyasida diniy va ma'naviy qadriyatlarning ahamiyatini chuqur tahlil qilish uchun bir nechta ilmiy yondashuv va metodlardan foydalanildi:

Nazariy-tahliliy metod

Mavzuga oid falsafiy, psixologik va pedagogik adabiyotlar o'rganildi. Xususan, diniy qadriyatlarning shaxs rivojlanishidagi o'rni J. Fowler, E. Erikson, L.S. Vygotskiy, H. Yo'ldoshev va A. G'ozievlarning nazariyalari asosida tahlil qilindi.

Sotsiologik so'rov va statistik tahlil

O’zbekiston Respublikasi Davlat statistika qo’mitasi (2024), Yoshlar agentligi (2023), UNICEF (2023) va Pew Research Center (2022) ma’lumotlari asosida farzand tarbiyasida diniy qadriyatlarning real ko’rinishlari statistik tahlil qilindi.

• 2023-yilda O’zbekistonda 1200 nafar ota-ona va 900 nafar o’quvchi o’rtasida o’tkazilgan ijtimoiy so’rov natijalari qayta ishlanib, ma’naviy qadriyatlarga munosabat darajasi aniqlab chiqildi.

Psixologik kuzatuv

Farzandlarning diniy va ma’naviy qadriyatlarga asoslangan tarbiyasi ularning ijtimoiy moslashuv, axloqiy qaror qabul qilish, o’zini anglash jarayoniga ta’sirini o’rganish uchun maktab o’quvchilari (10–16 yosh) misolida psixologik kuzatuv olib borildi.

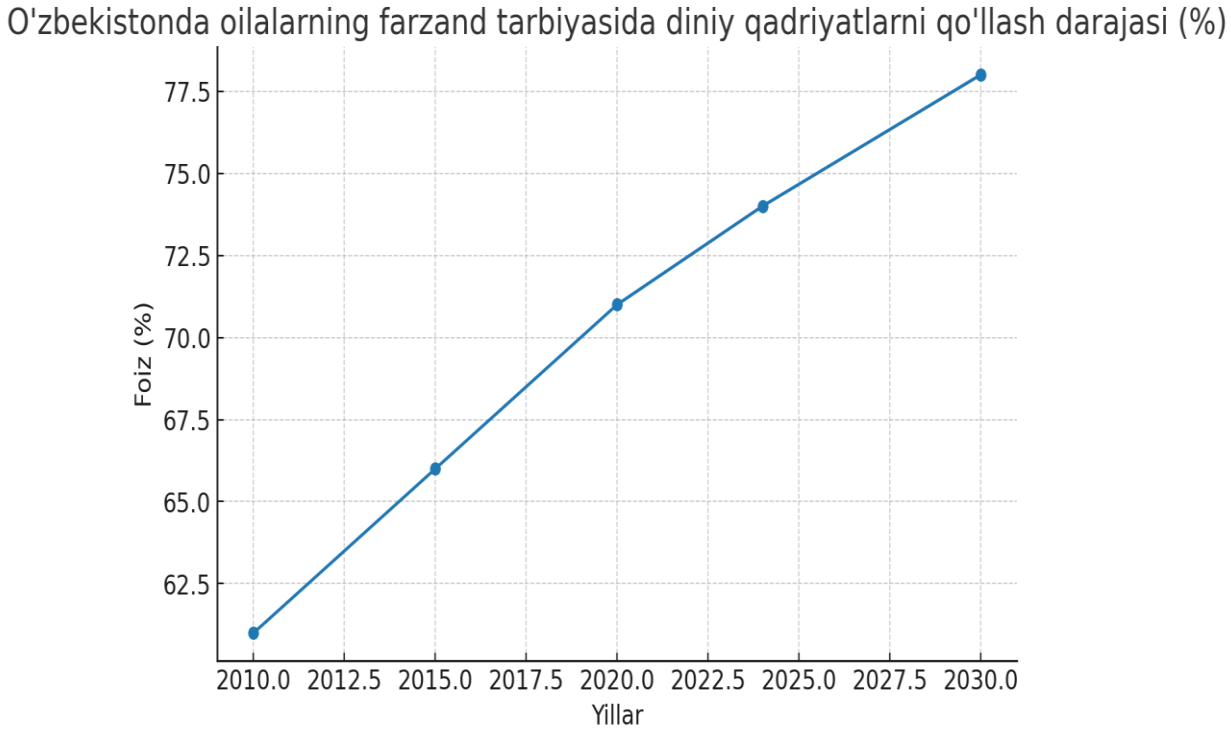
Prognozlash metodlari

2030-yilgacha O’zbekistonda oilaviy tarbiyada diniy va ma’naviy qadriyatlarning ahamiyatini aniqlash uchun statistik modellash va ekstrapolyatsiya usullaridan foydalanildi.

Jadval va grafik tahlil

• So’rov natijalarini vizual ifodalash uchun jadval va diagrammalar tuzildi.

• Oila va tarbiyada diniy qadriyatlarning ulushi hamda kelajakdagi prognozlar grafik shaklida ko’rsatildi.



Mana bu grafikda ko’rib turganingizdek: O’zbekistonda oilalarning farzand tarbiyasida diniy qadriyatlarga tayanishi yildan-yilga ortib bormoqda. 2010-yilda bu ko’rsatkich 61% bo’lgan bo’lsa, 2024-yilda 74% ga yetgan, 2030-yilga kelib esa 78% ga chiqishi prognoz qilinmoqda.

Natijalar

Tadqiqot natijalari farzand tarbiyasida diniy va ma’naviy qadriyatlarning o’rni yil sayin kuchayib borayotganini ko’rsatadi. Statistik ma’lumotlar shuni tasdiqlaydiki, O’zbekistonda oilalarning aksariyati farzandlarini tarbiyalashda diniy qadriyatlarga tayanmoqda.

O’zbekistonda din va tarbiyaning rivojlanish dinamikasi

Quyidagi grafikda yillar davomida oilalarning diniy qadriyatlarga tayanish darajasi tasvirlangan: 2010-yilda 61% bo’lgan ko’rsatkich, 2024-yilga kelib 74% ga yetdi. Prognozlarga ko’ra, 2030-yilda 78% ga chiqishi kutilmoqda. Bu tendensiya diniy-ma’naviy qadriyatlarning jamiyatda kuchayib borayotganidan dalolat beradi.

Xalqaro taqqoslash

Quyidagi jadvalda O’zbekiston natijalari xalqaro ko’rsatkichlar bilan taqqoslandi:

Mamlakat/Region	Foiz (%)
O’zbekiston	74
Markaziy Osiyo o’rtacha	69
Dunyo bo’yicha (UNICEF)	68
Yevropa	45
Afrika	82

Jadval tahlili shuni ko’rsatadiki:

Afrika mamlakatlarida diniy qadriyatlar eng yuqori darajada (82%), chunki u yerda diniy urf-odatlar ijtimoiy hayot bilan chambarchas bog’langan.

Yevropada bu ko’rsatkich eng past (45%), bu esa sekulyarizmning kuchliligi va diniy qadriyatlardan ko’ra individualizmning ustuvorligi bilan izohlanadi.

Markaziy Osiyo mamlakatlarida o’rtacha 69% bo’lsa, O’zbekiston bu ko’rsatkich bo’yicha mintaqada yetakchi (74%).

Sotsiologik so’rovlar natijalari

2023-yilda O’zbekistonda 1200 nafar ota-ona o’rtasida o’tkazilgan so’rov natijalariga ko’ra:

67% ota-ona “ma’naviy merosni farzand tarbiyasining asosiy mezoni” deb hisoblaydi.

21% ota-ona “zamonaviy texnologik bilim va kompetensiyalarni asosiy mezon” deb hisoblaydi.

12% esa “iqtisodiy va moddiy ta’minot tarbiyaning poydevori” deb hisoblaydi.

Bu natijalar shuni anglatadiki, diniy va ma’naviy qadriyatlar zamonaviy bilim va texnologiyalar bilan uyg’unlashtirilgan holda farzand tarbiyasining poydevorini tashkil etmoqda.

Psixologik kuzatuvlar natijalari

Maktab o’quvchilari (10–16 yosh) ishtirokida olib borilgan kuzatuvlar shuni ko’rsatdiki:

Diniy qadriyatlarga asoslangan tarbiya olgan o’quvchilarning 78% ijtimoiy moslashuv ko’rsatkichlari yuqori bo’lgan.

Axloqiy qaror qabul qilish testlarida bunday o’quvchilar 82% hollarda jamiyat manfaatiga mos to’g’ri qaror qabul qilgan.

O’zini identifikatsiya qilish so’rovlarida esa ular o’z milliy va diniy merosini qadrlashda yuqori natija (85%) ko’rsatgan.

Prognoz natijalari

Statistik ekstrapolyatsiya asosida 2030-yilgacha bo’lgan davr uchun quyidagilar prognoz qilindi:

O’zbekiston oilalarining 78–80% i farzand tarbiyasida diniy qadriyatlarga tayanadi.

Yoshlar ongida milliy-ma’naviy qadriyatlarning ta’siri yanada kuchayib, “an’anaviylik + zamonaviylik” sintezi yuzaga keladi.

Diniy qadriyatlarga asoslangan tarbiya yoshlarning ijtimoiy faoliyatida axloqiy mezonlarni ustuvor qiladi.

Muhokama.

Tadqiqot natijalari farzand tarbiyasida diniy va ma’naviy qadriyatlarning o’rni beqiyos ekanligini ko’rsatdi. O’zbekistonda oilalarning 74 foizi farzand tarbiyasida diniy qadriyatlarga tayanishini bildirgani, bu masalaning dolzarbligini tasdiqlaydi. Ushbu natijalar xalqaro ko’rsatkichlar bilan ham uyg’un keladi: UNICEF (2023) ma’lumotlariga ko’ra, dunyo bo’yicha ota-onalarning 68 foizi tarbiyada diniy qadriyatlarga alohida e’tibor beradi.

Psixologik nazariyalar ham tadqiqot natijalarini qo’llab-quvvatlaydi. J. Fowlerning diniy rivojlanish nazariyasida diniy qadriyatlar shaxsning ijtimoiy identiteti va axloqiy qarorlarini shakllantirishda asosiy omil sifatida talqin etiladi. Tadqiqot natijalari ham aynan shu fikrni isbotlaydi: diniy qadriyatlarga asoslangan tarbiya olgan o’quvchilarning ijtimoiy moslashuvi va axloqiy qaror qabul qilish darajasi yuqori bo’ldi.

Mahalliy olimlardan H. Yo'ldoshevning "Oila va ma'naviyat" nomli tadqiqotida qayd etilishicha, diniy qadriyatlar farzandning axloqiy barkamolligini shakllantirishda asosiy mezon sifatida xizmat qiladi. Bizning natijalar ham bu fikrni tasdiqlaydi: so'rovda qatnashgan ota-onalarning 67 foizi ma'naviy merosni tarbiyaning asosiy mezoni sifatida ko'rsatdi.

Xalqaro taqqoslash natijalari shuni ko'rsatadiki, O'zbekiston ko'rsatkichlari global o'rtachadan yuqori (74% ga nisbatan 68%). Bu, bir tomondan, o'zbek jamiyatida milliy va diniy qadriyatlarga chuqur hurmat saqlanib qolganini bildirsa, boshqa tomondan, oilaning ijtimoiy institut sifatidagi mustahkamligini tasdiqlaydi.

Afrikada ko'rsatkichlarning yuqori (82%) bo'lishi an'anaviy jamiyatlarda diniy qadriyatlarning ijtimoiy hayot bilan chambarchas bog'liqligini ko'rsatadi. Aksincha, Yevropada ko'rsatkichning pastligi (45%) sekulyarizm, individualizm va postmodern qarashlarning keng tarqalganidan dalolat beradi. Psixologik kuzatuvlar natijasiga ko'ra, diniy qadriyatlarga asoslangan tarbiya farzandlarda axloqiy barqarorlikni ta'minlabgina qolmay, balki ularning ijtimoiy moslashuv darajasini ham oshiradi. Bu, Eriksonning "psixosotsial rivojlanish" nazariyasi bilan uyg'un keladi: diniy qadriyatlarga asoslangan tarbiya shaxsning "identitet" inqirozini yengib o'tishiga yordam beradi.

Statistik ekstrapolyatsiya natijalariga ko'ra, 2030-yilgacha O'zbekistonda diniy qadriyatlarga asoslangan tarbiyaning ulushi 78–80% ga yetadi. Bu prognoz uchta asosiy omil bilan izohlanadi:

1. Milliy qadriyatlarga davlat siyosati darajasida e'tibor kuchayishi.
2. Globallashuv sharoitida yot g'oyalarga qarshi immunitet sifatida diniy-ma'naviy qadriyatlarning kuchayishi.
3. Yosh avlod ongida "an'anaviylik + zamonaviylik" sintezining paydo bo'lishi.

Shu bilan birga, diniy qadriyatlarning tarbiyadagi o'rnini kuchaytirish jarayonida ayrim muammolar ham mavjud:

- Diniy qadriyatlarni noto'g'ri talqin qilish xavfi.
- Diniy ekstremizm va mutaassiblik elementlaridan himoyalanish zaruriyati.
- Zamonaviy ilm-fan bilan uyg'unlashtirish ehtiyoji.

Bu muammolarni bartaraf etish uchun diniy qadriyatlar tarbiyada mutanosib tarzda, ilmiy-pedagogik asosda, milliy g'oya va zamonaviy ta'lim yondashuvlari bilan uyg'unlashtirilishi lozim.

Xulosa.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, farzand tarbiyasida diniy va ma'naviy qadriyatlarning ahamiyati beqiyosdir. Ular shaxsning axloqiy qarashlari, ijtimoiy moslashuvi va milliy identitetini shakllantirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. O'zbekistonda oilalarning 74 foizi farzand tarbiyasida diniy qadriyatlarga tayanishi, ushbu qadriyatlarning ijtimoiy hayotda barqaror ahamiyat kasb etayotganidan dalolat beradi.

Ilmiy tahlillar va sotsiologik kuzatuvlar quyidagilarni ko'rsatdi:

- **Diniy qadriyatlar** yosh avlod ongida axloqiy me'yorlarni shakllantirishning asosiy omili hisoblanadi.
- **Psixologik kuzatuvlar** diniy qadriyatlarga asoslangan tarbiya olgan o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvi va qaror qabul qilish ko'nikmalari yuqori ekanini tasdiqladi.
- **Xalqaro taqqoslash** O'zbekistonni diniy qadriyatlarga asoslangan tarbiya borasida global miqyosda yuqori ko'rsatkichli mamlakatlardan biri sifatida ko'rsatdi.
- **Prognozlar** 2030-yilgacha diniy qadriyatlarga asoslangan tarbiya ulushi 78–80% ga yetishini ko'rsatmoqda.

Tavsiyalar:

- Oila va ta'lim muassasalarida diniy-ma'naviy qadriyatlarni zamonaviy pedagogik metodlar bilan uyg'unlashtirish lozim.
- Yoshlar orasida diniy-ma'naviy bilimlarni to'g'ri talqin qilishga yordam beruvchi psixologik va pedagogik dasturlarni kengaytirish zarur.
- Globallashuv sharoitida yot mafkuralarga qarshi immunitet sifatida milliy va diniy qadriyatlar asosida ma'naviy tarbiya siyosatini kuchaytirish muhimdir.
- Ilm-fan, texnologiya va innovatsiyalar bilan diniy qadriyatlarni uyg'unlashtirish orqali yoshlarning barkamol shaxs bo'lib shakllanishiga sharoit yaratish kerak.

Shunday qilib, farzand tarbiyasida diniy va ma'naviy qadriyatlar jamiyatning ma'naviy barqarorligi va milliy taraqqiyotini ta'minlashda strategik ahamiyatga ega bo'lib, ularni ilmiy asosda o'rganish va amaliyotga joriy etish dolzarb vazifadir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Fowler, J. W. (1981). *Stages of faith: The psychology of human development and the quest for meaning*. Harper & Row.
2. Erikson, E. H. (1994). *Identity and the life cycle*. W. W. Norton & Company.
3. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
4. Yo'ldoshev, H. (2019). *Oila va ma'naviyat*. Toshkent: Fan nashriyoti.
5. G'oziev, A. (2020). *Psixologiya va tarbiya asoslari*. Toshkent: O'zbekiston Milliy universiteti nashriyoti.
6. UNICEF. (2023). *The State of the World's Children 2023: For Every Child, Every Right*. Retrieved from https://www.unicef.org
7. Pew Research Center. (2022). *The Future of World Religions: Population Growth Projections, 2015–2050*. Retrieved from https://www.pewresearch.org
8. O'zbekiston Respublikasi Davlat statistika qo'mitasi. (2024). *Ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanish ko'rsatkichlari*. Toshkent: DSQ nashriyoti. Retrieved from https://stat.uz
9. Yoshlar agentligi. (2023). *Yoshlar va oila qadriyatlari bo'yicha sotsiologik tadqiqot*. Toshkent: YA nashriyoti.
10. Mirziyoyev, Sh. M. (2021). *Yangi O'zbekiston strategiyasi*. Toshkent: O'zbekiston nashriyoti.

Babadjanova Saida
National University of Uzbekistan, senior lecturer in psychology
E-mail: saishka77@mail.ru

FEATURES OF THE MANIFESTATION OF THE EMOTIONAL STATE IN PEDAGOGICAL ACTIVITY

Abstract. *In the conditions of the changes that are taking place, more and more high demands are placed not only on the professional knowledge, skills and qualifications of the teacher, but also on the level of his personal self-development, psychological state. Complex socio-psychological problems associated with economic problems, including low wages, inadequate technical equipment in schools, as well as a decrease in the prestige of the teaching profession make teacher labor particularly emotionally difficult. Professional duty forces teachers to make informed decisions, to be nervous, to overcome disappointment and to restrain negative emotions. However, the external restriction of emotions does not cause calmness and does not contribute to psychological-physical health. It is known that negative emotional states of teachers lead to a decrease in the effectiveness of education, increase the likelihood of conflict situations in teachers, lead to the emergence and strengthening of negative features in the structure of character and professional qualities, undermine health, lead to the general dissatisfaction of the teacher with his profession. The article talks about these issues.*

Keywords: *teacher, profession, professional reputation, teacher's labor, emotional distress, professional duty, decision-making, irritability, despair, calm, psychological and physical health, conflict*

PEDAGOGIK FAOLIYATDAGI EMOTSIONAL HOLATNING FOYDALANISH XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Hozirgi o'zgarishlar sharoitida o'qituvchidan nafaqat kasbiy bilim, ko'nikma va malaka, balki uning shaxsiy o'zini rivojlantirish darajasi hamda psixologik holatiga ham yuqori talablar qo'yilmoqda. Iqtisodiy qiyinchiliklar, jumladan, past ish haqi, maktablarda texnik jihozlarning yetarli emasligi, shuningdek, o'qituvchilik kasbining nufuzi pasayishi kabi murakkab ijtimoiy-psixologik muammolar pedagog mehnatini ayniqsa hissiy jihatdan og'irlashtirmoqda. Kasbiy burch o'qituvchilardan mas'uliyatli qarorlar qabul qilishni, asabiy bosimni yengishni, umidsizlikni yengib o'tishni va salbiy his-tuyg'ularni tiyishni talab qiladi. Biroq hissiyotlarni tashqi tomondan cheklash xotirjamlik keltirmaydi hamda ruhiy va jismoniy salomatlikka hissa qo'shmaydi. Ma'lumki, o'qituvchilarning salbiy hissiy holatlari ta'lim samaradorligini pasaytiradi, nizoli vaziyatlar ehtimolini oshiradi, xarakter va kasbiy sifatlar tuzilishida salbiy xususiyatlarning shakllanishiga va kuchayishiga olib keladi, sog'liqni zaiflashtiradi hamda o'qituvchining o'z kasbidan umumiy noroziligiga sabab bo'ladi. Ushbu maqolada ana shu masalalar yoritilgan.*

Kalit so'zlar: *o'qituvchi, kasb, kasbiy obro', o'qituvchi mehnati, hissiy zo'riqish, kasbiy burch, qaror qabul qilish, asabiylashish, umidsizlik, xotirjamlik, psixologik va jismoniy salomatlik, nizolar.*

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. *В условиях происходящих изменений всё более высокие требования предъявляются не только к профессиональным знаниям, навыкам и квалификации учителя, но и к уровню его личностного саморазвития, психологическому состоянию. Сложные социально-психологические проблемы, связанные с экономическими трудностями, включая низкую заработную плату, недостаточную техническую оснащённость школ, а также снижение престижа профессии учителя, делают педагогический труд особенно эмоционально напряжён-*

ным. Профессиональный долг заставляет учителей принимать ответственные решения, испытывать нервное напряжение, преодолевать разочарования и сдерживать негативные эмоции. Однако внешнее ограничение эмоций не приводит к спокойствию и не способствует психологическому и физическому здоровью. Известно, что негативные эмоциональные состояния педагогов снижают эффективность образовательного процесса, повышают вероятность возникновения конфликтных ситуаций, способствуют появлению и закреплению негативных черт в структуре характера и профессиональных качеств, подрывают здоровье, вызывают общее недовольство профессией. В статье рассматриваются данные проблемы.

Ключевые слова: *учитель, профессия, профессиональная репутация, труд учителя, эмоциональное напряжение, профессиональный долг, принятие решений, раздражительность, отчаяние, спокойствие, психологическое и физическое здоровье, конфликт.*

Introduction

Among the many features and difficulties of pedagogical work, its high emotional intensity is often distinguished. At the same time, the ability to get along and groom is recognized as a professional essential qualities of the teacher. However, the practical role of emotions in professional pedagogical activity is not sufficiently accurately assessed, it is multimeaningful, sometimes contradictory. In any case, it does not prepare teachers and future teachers for possible emotional stresses, in order to reduce and eliminate the emotional difficulties of the profession, they do not formulate purposefully appropriate knowledge, abilities, personal qualities.

It is known that achieving high efficiency of educational and pedagogical activity is largely due to the ability to use adequate methods and techniques of regulating the emotional state in the educational process. It is not enough to be a master of his work, to know his subject, the methodology of teaching him, perfectly. Skillfully mastering the inner state of mind as the energy of life and creation, a favorable emotional state, one must find its own norms that lead to the state of creativity.

Intellect the formation of the social initiative, the development of the cognitive interests of students, is ensured primarily through the emotional competency structure, self-regulation, motivation to achieve success in activities, which is responsible for the awareness and adequate expression of emotional states in interaction with other people.

The inner life of a person is, first of all, an emotional life. Emotional reactions and states of a person are the main forms of perception of their individuality. Therefore, the modern school should pay more attention to emotional literacy – the purposefull development of abilities that determine emotional competence. And this, as is known, is directly related to the level of the teacher's own emotional competence. The analysis of literature showed that, despite the increasing theoretical and practical importance in modern socio-economic conditions, the issues of regulation and self-management of the emotional state have hardly been studied by the teachers. In this regard, the problem of studying the emotional sphere of teachers, determining the characteristics of their manifestation, the conditions for the emergence and regulation of emotional states characteristic of pedagogical activity remain especially relevant.

Methods

Theoretical analysis of general psychological, socio-psychological, pedagogical and philosophical literature on research problem; observation from experimental and empirical research techniques, questionnaire and interview, sorting, self-assessment, self-analysis, questionnaire.

Results and Discussion

Being emotional by nature, teaching work makes serious demands on the emotional sphere of the teacher's personality. In pedagogical communication, the role of emotions in the skillful harmony of the educational unit with other forms of pedagogical influence is high. Due to their ability and "communicability" feature, the teacher's emotions affect the emotionality of the students and the psychological climate in the team.

At the same time, practice shows that teachers often believe in the positive consequences of their behavior. L.A. Povarnisin noted that the teacher's imagination about himself is erroneous. In the mind of the teacher, the characteristics of the pupil, his behavior and personality occupy a much larger place than the teacher himself. The teacher often talks not about his own difficulties, but about the

behavior of the partner, his shortcomings, unfavorable conditions of activity. The main thing for him is to change the behavior of his partner (student, parent). For the teacher, the assessment of the pupil is the most important professional task. There is no need for self-assessment.

The activities of the teacher are strictly defined by the Ministry of education, the department, the school administration, the public, and often “establish” anti-dependence requirements (norms, drawing up plans, limited time for various types of activities, implementation, control of the program). This limits the initiative of the teacher, deprives him of creative activity, complicates thinking and imagination, rigidities them. In this case, the subject does not cope with the task, when he has a high responsibility, he does not begin to make the right decision at the required pace. If the assessment by the administration, parents, schoolchildren is not suitable, the teacher can go “in self-defense”, to emotive actions, in many teachers, especially older teachers, the usual frustrational conflicts arise, which lead to signs of a neurological condition.

R.A. Makarevich, who studied the effect and occurrence of psychological stress in teacher activities notes that a large part of the working day (66,2%) occurs in a harsh environment, and the situations of communication between teachers and students are tense: prolongation of classes, organization of extracurricular educational activities, conduct, etc. Most of the respondents (especially 20-30-year-olds) in these cases with involuntary movements find it difficult to suppress excitement, irritability, confusion, feeling bad (dry mouth, heart palpitations, etc.; 50% of respondents indicate a deterioration in the results of activity; 35% - a deterioration in the ability to work; 20% - the appearance of inconspicuous errors. In some teachers, significant changes in their mimicry are observed (frequent piercing of the eyes, raising eyebrows, lab movements, etc.), body condition, face tone (blush, whiteness), changes in the speech of most teachers (60%). There is also a decrease in the indicators of mental processes: memory, attention, thinking. After being in tense communication situations, a large part of the respondents (45%) feel themselves snoring, depression, rest, sleeply.

Behavior, this can be manifested in the form of a sharp transition from a high self-assessment to a low one and vice versa (a fall in self-assessment), which is observed when the teacher perceives others negatively. Emotional behavior can bring out the emotional shock.

The teacher “scatters” his anger, grief, anger at the children, thereby artificially provoking the response reaction of the students. Q contact in this case is not possible. This leads to the emergence of negative motivation among students, the disruption of their educational and cognitive activities.

G.F. Zaremba emphasizes the psychological frustrations cases that affect the professional activities of the teacher, mainly those that have a destructive and non-constructive character. The professional communication of the teacher; the frequency of occurrence of various frustrations reactions depends on the professional relationship and the nature of the frustrations and has the most emotionality. The frequency of occurrence of frustrations in the activities of the teacher, its emotional endurance will depend on the specific socio-psychological conditions of pedagogical labor. The author imagines the phenomenon of frustration as a complex, whole structure, which includes interrelated components: the situation of frustration; a short-term intangible state (emotional shock); the emotional state of a particular modality that occurs as an obligatory reaction to the current state; behavioral reactions that manifest against the background of the modal-private state of an individual. The following situations are defined as the most frustrations of communication: “teacher-pupil”, “teacher-class”, “teacher-administration”, “parents of teachers-pupils”. Thus, negative changes in the emotional circle of the teacher are associated with the influence on the pedagogical personality; inhibition on the goals of professional activity; prohibition of the positive opinion of the teacher about the chosen profession, class, school, about himself as a specialist.

The degree of merit in the process of pedagogical activity can also serve as a criterion for assessing a favorable and unfavorable situation. Workability is the potential capacity of a person who has a high level of efficiency for a certain period of time, performing purposeful activities at a certain pace. As criteria for assessing a favorable or unfavorable condition in the process of activity, as we have already noted above, indicators of the maximum, optimal, attenuation that can serve are distinguished. The change in the functional state is better viewed when it occurs at the following stages of pedagogical activity: lesson, work week, quarter, half-year, school year, in the first working

year, after five, ten, fifteen, twenty-five, thirty-year work. Each of these completed stages is subject to certain regular changes in the performance level. The functional state is determined by the degree of activity or change of performance indicators at each stage of activity, the stage of the initial state, the stage of preparation, the stage of operational rest, the stage of compensation, the stage of the final impulse, the stage of further activity. The concept of functional comfort by L.D. Chaynova is defined as the optimal working condition in which compliance with the means and working conditions is achieved. He noted that favorable conditions are characterized by a positive state of mobilization of nervous and psychological functions, which does not harm health, long-term high efficiency in working capacity. A favorable emotional state in the field of pedagogical activity can be viewed in the way that the teacher successfully performs pedagogical tasks in the educational process, in which the intensity and workability of the teacher is in an acceptable state. The teacher skillfully uses the accumulated knowledge and daily experience to manage his emotional state and carries out the elimination of tension, difficulties in pedagogical communication.

This can also be attributed to operational tension as a mode of work, because it provides confidence, internal calm and positive emotions, as well as effective tension, which for a long time provides the body with high activity. Therefore, effective and optimal strain can be used as criteria for assessing a favorable condition. That way an unfavorable state is the essence of the complex units, which are unstable and often changing in time, strengthened by a deterioration in the functional state, as a result of which fatigue in a healthy person increases. An unfavorable state is not limited to the concepts of a bad mood, anxiety, fear, fatigue. It affects the entire activity and can occur by the following factors:

factors directly related to the teacher himself: errors in giving information, inadmissible rudeness, incomprehensible speech, errors in giving information in the lesson, inadmissible rudeness, confusion, lack of self-confidence, inadequate and emotional responsiveness, negative physical and emotional state, general somatic weakness, headaches, fear, depression, increased fatigue, fatigue, low level of self-status in the micro and macro environment;

– external environmental factors: unusual building of the school, poor quality repair, old equipment, non-compliance with hygiene requirements, semi-broken school after the earthquake, etc.;

– factors of unsatisfactory interaction in the macroeconomic environment: poor relationship with parents, constant distrust by the school administration, artificial relations between members of the teachers' team, conflict with parents, failures in work, nonobjective requirements;

– factors that depend on the individual-typological characteristics of the teacher's personality: negative aspects of behavior, slowness of perception and processing of information, sluggishness of thinking, weakness of will, etc.;

– factors that lead to excessively unfavorable conditions lead a person almost out of the process of activity: palpitations, drowsiness, excessive fatigue, dizziness, hypertonic crisis, myocardial infarction, cerebral stroke, arrhythmia, stress, seizures, strong irritability, shyness, multiple sclerosis and confusion, memory impairment and decline, depression and loss of speech, etc.

The psychological state often changes under the influence of circumstances, and therefore an additional criterion for assessing a favorable or unfavorable state can serve as an emotional state. Emotional state is a barometer that responds to changes in the situation during the lesson, to various phenomena of reality. An understanding of one's own experiences, a deeper knowledge of the typical features of behavior will allow us to reveal the possibilities and advantages of this criterion.

The emotional state plays an important role in the pedagogical process. Emotional expressive speech is one of the most important criteria for assessing a favorable psychological state. Emotional coloring of the teacher's speech also serves as one of the criteria for assessing the functional state. The speed of speech and the strength of sound are usually associated with the strength of the excitation physiological state. Rhythm, especially in accordance with the requirements of the situation in the Class, its change can only indicate a favorable or unfavorable state of the teacher Q for a certain period of time. The teacher shows his attitude to the surrounding world through his speech. He rejoices or is offended and, through his emotional state, can cause satisfaction or anger, joy or

frustration, hatred in the students; the rudeness of the teacher provokes fear or anxiety, coldness, that is, in human emotions, as a reaction to his feelings and speech, manifests himself and his attitude towards him.

Thus, the favorable functional state in the lesson is associated with the teacher's skill level, optimal and productive stress on the effective solution of educational and pedagogical tasks, the basis of efficiency.

It should not be forgotten that in the transition from comfortable to uncomfortable, on the contrary, mood, activity, the desire to work further, satisfaction from the lesson passed also changes, and all this affects the functional state of the teacher. In this case, the emotional state can serve as a criterion for assessing the functional state at that time. In order to ensure a comfortable position, first of all, the optimal conditions of the environment (the teacher's readiness for the lesson, clean, lighting room, high technical supply, etc.) and effective tension, as well as the maximum level of workability, in order to affect the efficiency of the teacher-pupil activity, the optimum voltage of the internal state, which depends on the personal qualities.

In each case, sanitary and hygienic rules, optimal psychophysiological loads, esthetic and moral norms, socio-psychological relations, good microclimate in the team, etc., can serve as a source of favorable conditions. However, our life is rich in various non-standard deviations.

Teachers suffer from rapid fatigue, excessive tension at the end of each quarter, the level of anxiety increases. Therefore, undoubtedly, psychological service in school should work. The psychologist manages the scientific Counseling Center, which allows to eliminate negative, unfavorable factors in this school, organizes formal games with elements of psychotherapy, a cabin that reduces the load on the car, psychotherapy and psychophysiological. That is, the teacher learns to self-regulate the psyche, manage his mood, find ways to get out of the emotional-psychological stressful situation.

For the growth of creative abilities, a favorable situation is not enough - it is also necessary to have a psychological fullness of the individual, constant self-education, self-knowledge. The teacher should achieve all this through increasing the overall level of development, acquiring new psychological knowledge, improving institutions. Thus, a long-term favorable situation is created by interrelated characteristics between the external environment, the psychological state, the personal qualities of the teacher, the level of pedagogical skills, the level of psycho energetic expenditure and the development of the general culture of the individual. All this makes it possible to conclude that in the composition of the main cases, a favorable emotional state determines high readiness for activity, conscious regulation of behavior, well-being, activity, mood, the desire to work in the future. An unfavorable state leads to excessive excitement, high anxiety, anxiety, confusion. The state of uniformity causes apathy, depression, lethargy, a decrease in activity, a lack of desire to work, an increase in the level of anxiety. The study of the relationship between psychic states and psychophysiological properties as well as temperament shows that psychophysiological properties and temperament are associated with the strength of the nervous system, as well as with the indicators of emotional reactivity. Most often, positive-willed states, cases of communication are associated with psychophysiological features. The composition of the psychophysiological structure and temperament characteristics have a predictive value of the indicators of the strength and reactivity of the nervous system – this makes it possible to determine what situations the teacher encounters most in his pedagogical activity. There are natural links between the professional qualities of the teacher's personality and the circumstances that arise in pedagogical activity. It is from them that professional and pedagogical qualities are highly developed, negative coloring reduces the intensity of psychological states, while high development of personal qualities leads to the actualization of positive psychological states in pedagogical activity.

When it comes to socio-pedagogical qualities, these legalities are basically the same, usually manifested in the simplest cases of the teacher, they are associated with situations based on positive activity and attitude to the surrounding world. The high level of professional development of the general law is associated with the manifestation of positive coloring situations and a decrease in the expression of negative cases. Among the professional qualities, empathy and communicativeness are

considered the first level. They have a great influence on the actualization of the psychological states of the teacher. The development of purposefulness and willpower qualities occupy lower places. Professional qualities are actualized not in one type of situation groups, but in several. This indicates that the formation and development of professional qualities is not a group of cases, but several groups, that is, a system of psychological states is involved.

Conclusion

According to observations and research, emotional states influence the teacher's behavior and to a greater extent the behavior in the process of activity. The behavior of the teacher in the process of professional activity is characterized by greater manageability, confidence and thorough thinking. In their actions, self-regulation and situational behavior prevail. There are certain interrelated characteristics of the circumstances in which the teacher is associated with behavior and movement. Thus, the circumstances that ensure the teacher's activity are different from those that control behavior. Actions that are more closely related to circumstances are considered to be negative, pragmatic, creative, positively painted and self-directed actions. These are more affected by the psychological state of the educator during the period of pedagogical activity. These actions are characterized by a characteristic feature of the relationship with the psychic states. Among the psychological states, a positive attitude to reality, negative activity, negative psychophysical and emotional states have the most influence on the teacher. The decline of negative coloring situations in the teacher is usually due to the positive actions of the teacher.

In the lesson, the study of the psychological state of the students and teachers shows that these situations are interrelated and mutually interrelated: the circumstances of the teacher affect the state of the students, respectively, the circumstances of the students affect the state of the teachers. In general, during the lessons, positive coloring cases are more pronounced than negative coloring cases, in teachers these cases are more intensive. Significant correlations were found between psychological states of schoolchildren and teachers. For example, "positive activity cases" of schoolchildren are associated with the actualization of positive intellectual cases of the teacher.

The structural organization of students' psychological states in the lesson has a more complex structure than the structural organization of teacher States. In the group of positive coloring cases of schoolchildren, positive emotional states occupy a central place, while in the group of negative coloring cases negative activity. Teachers occupy central positions in the case of positive and negative communication.

The placement of blocks, which is a predominant expression of positive or negative coloring situations, is carried out by the actualization of situations that are associated with relationships and emotional states to others. This curriculum is typical for both teachers and students. The starting point of updating the blocks of cases is the variety of features of educational activity. Placement of psychological states in groups of schoolchildren and teacher's mechanism and sequence were determined. In the organization of an integral composition of the psychological state of the teacher and students, the psychological state of the teachers occupies a central place, the main link in them are positive activity situations and positive communication situations. The block of positive coloring situations of students is associated and conditioned by the positive individual-psychological characteristics of students and their psychological state in any communication through positive emotional states.

This is possible if the teacher and students have special skills in managing their own emotions and behavior, including the origin, removal and prevention of emotional behavior.

Another important problem of teacher psychology is the process of its formation as an individual and as a profession is the level of real management and correction of its emotional state as a dynamic function in the process of activity and communication of the individual. The problem of regulating the emotional state during pedagogical activity, and especially self-management during the lesson, always being in an acceptable psychological state, is confirmed by the theory and, as practice shows, is very relevant in educational work. The productivity of the activity, professional career and the health of the teacher depend on the solution of this issue.

In the activities of the teacher, not only personal qualities, professional orientation (sociability, activity, self-confidence), but also the main cases play a decisive role. To relieve tension during the working day, it is necessary to introduce auto – and psychotrenes. The team creates a microenvironment that leads to a functional (comfortable or uncomfortable) position. Optimization of the environment is the most important parametr not only to prevent undesirable emotional state, but also to increase professionalism in the composition of pedagogical activity.

References.

1. Бабаджанова С.А. “Педагогнинг таълим жараёнидаги фаолияти” “Pedagogik mahorat” ilmiy-nazariy va metodik jurnal 2021, Maxsus son
2. Брунер Д. Процесс обучения: АГТН РСФСР, 1962. - С. 51.
3. Рувинский Л.И. Психолого-педагогическая подготовка учителей. М.: НИИОПД988.- С.25.
4. Шамсиев У.Б. Она феномени бола ўзини-ўзи англаш омили сифатида // Замонавий таълим журнали. – Тошкент, 2022. № 1 (110). – Б. 13.
5. Шингаров Г.Х. Эмоции и чувства как форма отражения действительности. М., 1971. - С.52.
6. Воронин Н.П. Особенности общения в условиях первого контакта учителя с классом // Особенности познания и общения в процессе обучения: Межвуз. темат. сб. Ярославль, 1989. - С.35.

UDK: 301.085:15 (021)

Egamberdiyev Jamol Berdimurodovich
Qarshi davlat universiteti mustaqil tadqiqotchisi
E-mail: jamolegamberdiyev.com@gmail.com

ONLAYN O'YINLAR-O'SPIRINLARNING IJTIMOIY KO'NIKMALARIGA TA'SIRI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada onlayn o'yinlarga qaramlik, uning kelib chiqsh sababalari, jamiyat hayotda yuzaga keladigan holatlar, o'spirin shaxsida kuzatiladian ijtimoiy nomuvofiqliklar yuzasidan ma'lumotlar keltirib o'tilgan. Shu bilan birgalikda ma'naviy zarar oqibatlari ham keltirilgan. Onlayn o'yinlarga qaramlik tufayli namoyon bo'luvchi o'spirin shaxsida vujudga keluvchi psixologik o'zgarishlar, xulq-atvor ko'rinishlari haqida yozilgan. Olayn o'yinlarning shaxsga va umuman jamiyatga ijtimoy va psixologik ta'siri haqida ma'lumotlar keltirilgan.*

Kalit so'zlar. *Onlayn o'yin, ijtimoiy o'zaro ta'sir, zo'ravonlik, ma'naviy zarar, diniy qarash, jamiyat, muhit.*

ВЛИЯНИЕ ОНЛАЙН-ИГР НА СОЦИАЛЬНЫЕ НАВЫКИ МОЛОДЕЖИ

Аннотация. *В данной статье представлена информация о зависимости от онлайн-игр, причинах ее возникновения, ситуациях, возникающих в жизни общества, и социальных отклонениях, наблюдаемых у подростков. Вместе с тем приведены последствия морального вреда. Описаны психологические изменения и проявления поведения, возникающие в личности подростка вследствие зависимости от онлайн-игр. Представлены данные о социальном и психологическом влиянии онлайн-игр на личность и общество в целом.*

Ключевые слова. *Онлайн-игра, социальное взаимодействие, насилие, моральный вред, религиозные взгляды, общество, среда.*

THE IMPACT OF ONLINE GAMES ON YOUTH SOCIAL SKILLS

Abstract. *This article provides information on addiction to online games, its causes, situations that arise in society, and social maladjustments observed in adolescents. Additionally, the consequences of moral harm are presented. The article describes psychological changes and behavioral manifestations that occur in adolescents due to addiction to online games. Data on the social and psychological impact of online games on individuals and society as a whole are presented.*

Keywords: *Online games, social interaction, violence, moral harm, religious views, society, environment.*

Kirish. Kompyuter texnologiyalarining rivojlanishi ko'plab ilmiy va ko'ngilochar tarkibni yaratishga olib keldi. O'yin-kulgi sanoatidan bitta katta sanoat paydo bo'ldi - kompyuter o'yinlari sanoati. Bugungi kunda bitta o'yinchi uchun mo'ljallangan turli xil bitta o'yinchi o'yinlari mavjud. Shunday qilib, multiplayer (MMOG-Massively Multiplayer Online Game-ommaviy multiplayer onlayn o'yin), unda o'yin Internet yordamida bir guruh o'yinchilarning o'zaro ta'siriga bog'liq. Bugungi kunda virtual haqiqat bizni o'rab turgan haqiqatdan tobora farq qilmaydi. Bu ko'plab geymerlarning o'zlarini virtual olamlarda amalga oshirish orqali atrofdagi haqiqatdan qochishni boshlashlariga olib keladi, bu esa qayg'uli oqibatlarga olib kelishi mumkin. Biroq, kimdir uchun onlayn o'yinlar haqiqiy hayotda yetishmayotgan ijtimoiy ehtiyojlarni qondirish usuli bo'lishi mumkinligini unutmang.

Agar o'tgan asrning 60-yillarida Nintendo va Sega faqat innovatsion mahsulot ishlab chiqqan bo'lsa, bugungi kunda video o'yinlar insoniyat madaniyatining to'laqonli qismiga, texnologik taraqqiyotning dvigateliga va cheksiz imkoniyatlarga ega bo'lgan ko'ngilochar vositaga aylandi. Turli manbalarga ko'ra, hozir dunyoda kamida 2,5 milliard kishi muntazam ravishda video o'yinlar

o’ynaydi va buning sababi tushunarli.

Agar ular o’yinga qo’shila olmasalar, 30% o’zlarining o’yin seanslarini e’lon qilishdi hatto u umidsizlik davrlari va respondentlarning 18% MMO qaramligi natijasida ular paydo bo’lishini aytishdi:

- moliyaviy muammolar;
- sog’liq muammolari;
- akademik ko’rsatkichlar bilan bog’liq muammolar;
- shaxsiy hayot va munosabatlardagi muammolar.

Shuningdek, onlayn o’yinlarda vaqt o’tkazish uchun motivator bo’lgan omillarni farqlash kerak. 5 ta asosiy omil mavjud:

-o’yinchilar bir-biri bilan muloqot qilishlari, bir-biri bilan aloqa o’rnatishlari, shaxsiy mavzularni ochishlari, har qanday muammolarni muhokama qilishlari mumkin bo’lgan munosabatlar omili;

- manipulyatsiya omili odamlarni manipulyatsiya qilishdan zavqlanishni, boshqa o’yinchilarga nisbatan hukmronlik tuyg’usini shakllantirishni o’z ichiga oladi.

Shu bilan birgalikda onlayn o’yinlar tajovuzkor xatti-harakatlar, semirish muammolari, psixologik qaramlikning rivojlanishi va o’smirlarda ijtimoiy ko’nikmalarning yomonlashuvida ayblanadi. Boshqa fikrlar video o’yinlarda ijodkorlikni rivojlantirish, muvofiqlashtirish va reaksiyani yaxshilash, shuningdek, jamoada ishlash qobiliyati kabi turli xil afzalliklarni ta’kidlaydi.

Avvalo, video o’yinlar ko’ngil ochish uchun cheksiz maydondir: "Uch qator" ruhidagi oddiy boshqotirmalardan tortib, epik jangovar sarguzashtlar, onlayn jamoaviy otishmalar yoki chuqur ishlab chiqilgan o’yin mexaniklariga ega bosqichma-bosqich strategiyalargacha.

Asosiy qism. Kompyuter o’yinlari odamlar bilan muloqotga bo’lgan qiziqishni pasaytiradi, degan stereotipga qaramay, barcha video o’yinlarning katta qismi faqat boshqa o’yinchilar bilan o’zaro ta’sir formatida mavjud. RPG o’yinlari, jamoaviy otishmalar, janglar, avtomobil simulyatorlari va boshqa MMOlar bir vaqtning o’zida o’ynaydigan foydalanuvchilar soni bo’yicha eng yuqori o’rinlarni egallaydi va har yili bu ko’rsatkichlar barqaror o’sib bormoqda.

Vaqt o’tishi bilan onlayn o’yinlar raqobatbardosh sportning alohida toifalarini shakllantirdi va bunday kibersport turnirlari allaqachon ko’pincha futbol chempionatlari yoki aralash yakkakurash musobaqalari bilan teng media qamroviga ega.

Virtual o’yinlarga mukkasidan ketish so’nggi yillarda dunyo xalqlarining jiddiy muammolaridan biriga aylanmoqda. Hozir yoshlar ongiga ta’sir qilib, ular qalbiga o’z buzg’unchi g’oyalarini singdirishni yoki ularni to’g’ri yo’ldan ozdirishni maqsad qilgan kuchlar juda ko’p. Bu holat oddiy kompyuter o’yinlaridan tortib, internet saytlari, ijtimoiy tarmoqlar, mobil aloqa dasturlarida ham ochiq ko’zga tashlanadi.Virtual o’yinlar bugungi jamiyatning keng tarqalgan qismiga aylandi, butun dunyo bo’ylab taxminan 2,7 milliard geymer [1] geymerlarga real dunyoda ko’pincha imkoni bo’lmagan immersiv va interaktiv tajribalarda qatnashish imkoniyatini taklif qilmoqda. Biroq, virtual o’yinlarning tobora ommalashib borayotgani ularning odamlarga va umuman jamiyatga ta’siri haqida tashvish uyg’otmoqda.Virtual olam insonni fikran qaram etish orqali o’ziga bo’ysundirmoqda. Hozir bolalar yoki o’smirlarning internet-kafeni “ikkinchi uyi” ga aylantirib olayotgani sir emas. Kuzatishlar shuni ko’rsatadiki, onlayn o’yinlarni o’ynovchilar ham, asosan, o’smirlar. O’smirlik shaxsning fiziologik va ijtimoiy rivojlanishidagi o’ziga xos davr hisoblanadi. Agar shu davrda o’g’il yoki qiz agressiv ruhdagi onlayn o’yinlariga berilsa, bu noxush oqibatlarga olib kelishi turgan gap. Kompyuter ekranidan turli tajovuzkorona ko’rinishlar, zo’ravonlik va fahsh ishlar ochiqdan-ochiq, ko’rsatilishi bolalarning ruhiyatiga salbiy ta’sir etib, ma’naviy buzuqilikni keltirib chiqaradi.Internet klublarda yoshlar o’ynaydigan virtual o’yinlarning 49 foizi sezilarli darajada zo’ravonlik va yovuzlik ko’rinishga ega. Ularning 41 foiz jangari (turli otishmalar va portlatishlarga asoslangan) o’yinlarda esa o’yin qahramoni o’z maqsadiga yetishish uchun zo’ravonlik va yovuzliklardan foydalanadi. Bunday o’yinlarni yoshlarning ongiga tashlangan olovga qiyoslash mumkin, chunki bu o’yinlar yoshlar ongini zaharlaydi va ularning ma’naviy tarbiyasiga salbiy ta’sir o’tkazadi.

Farzand istiqboli, yorqin kelajagi uchun har bir kishi tarbiya masalasiga jiddiy e’tibor bermog’i zarur. Bola tarbiyani turli kompyuter o’yinlari, internet va ijtimoiy tarmoqlardan emas, eng avvalo,

ota-onalaridan, bobo-momolaridan, ezgulikka, poklikka va din-u diyonatga chaqiruvchi yaxshi kitoblardan olsin. Bola inson zoye qilgan vaqti, ya'ni umrini nimaga sarflagani xususida olamlar Parvardigori oldida javob berishini bilsin. Payg'ambarimiz Muhammad (sollallohu alayhi va sallam): "Qiyomat kuni bo'lganda bandaning qadami umrini nima bilan o'tkazib yuborgani, ilmiga qanchalik amal qilgani, molini qayerdan topib, qayerga sarflagani va jism-u jonini nima bilan qaritgani to'g'risida so'ralmaguncha joyidan qo'zg'almaydi", –deganlar.

Kompuyuter o'yinlari yoshlarning vaqtini o'g'irlamoqda. Internet –klublarda yoshlar ayni o'qib, ilm hosil qiladigan paytlarida vaqtlarini bekorchi o'yinlarga, ijtimoiy tarmoqlarda mutlaqo notanish shaxslar bilan qimmatli vaqtini tanishishga sarflayotgani tashvishli holat. Chunki internet va kompyuter o'yinlari asiriga aylangan o'smirlar hayotdan, ilm olish, kasb o'rganishdan va ma'naviy qadriyatlardan tamoman uzilib, butunlay manqurtlashib boradi.Hozir kompyuter o'yinlari orqali o'smir yoshlarga salbiy ta'sir qilib, ular ongiga o'z buzg'unchi g'oyalarini singdirish yoki ularni to'g'ri yo'ldan ozdirishga urinadigan yashirin kuchlar juda ko'p. Kompyuter o'yinlariga mukkasidan ketgan o'smirlar o'zlari bilmagan holda yashirin kuchlarning qo'g'irchog'iga aylanadi. Kompyuterga mute bo'lgan yoshlarning fikri-xayoli, butun vaqti, hatto uyqusi ham bemani o'yinlar bilan band bo'ladi. Oxir-oqibat bunday manqurt yoshlar tengdoshlari, yaqinlari va hatto ota-onasiga ham qo'l ko'tarishgacha agar mubolag'a bo'lmasa qurol o'qtalishgacha borib yetadi. Bu esa jamiyatda ilmsizlik, johillikning tomir yoyishiga alal oqibat yurt parokanda bo'lishiga olib keladi.Yoshlarning bunday g'oyalarga aldanmasligi, zalolat botqog'iga botmasligini taminlash niyatida zarur tavsiyalarni bayon qilamiz. Maqsadimiz yoshlarni internetga in qurib, o'zlarining vayronkor g'oyalarini virus kabi butun dunyoga tarqatayotgan jinoyatchilarning asl basharasidan ogoh etishdir. Sog'lom aql egalari internet qulayliklaridan o'z bilimlarini oshirish yo'lida oqilona foydalanadi. Lekin ba'zi yoshlar esa ushbu tarmoqdagi yovuzlikka, ma'naviy tanazzulga sabab bo'ladigan saytlarda "sayir qilib", o'zlari va atrofdagilarning ongini zaharlayotganlari aniq. Internet bozorida har kim o'ziga kerakli narsani oladi, deb tarbiyani o'z holiga tashlab qo'yish yaramaydi.Virtual o'yinlarning jamiyatga eng muhim ta'siridan biri ularning ijtimoiy o'zaro ta'siridir.

Muhokama va natijalar. Ushbu o'yinlar o'yinchilarga butun dunyo bo'ylab boshqalar bilan bog'lanish imkonini bersa-da, ular ijtimoiy izolyatsiya va aloqani uzishga olib kelishi mumkin [2]. Ba'zi tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, haddan tashqari o'yin shaxsiy ijtimoiy o'zaro ta'sirning pasayishiga va ijtimoiy ko'nikmalarning pasayishiga olib kelishi mumkin [3]. Bundan tashqari, virtual o'yin jamoalarida onlayn ta'qib va zaharli xatti-harakatlar keng tarqalgan bo'lib, ularning ruhiy salomatlikka ta'siri haqida xavotirlarga olib keladi. [4] Virtual o'yinlar o'yinchilar o'rtasidagi ijtimoiy munosabatlarga ham ta'sir qiladi. Ba'zi hollarda ular ijtimoiy ko'nikmalar va muloqot qobiliyatlarini yaxshilashlari ko'rsatilgan, chunki o'yinchilar o'yin dunyosida umumiy maqsad va vazifalarga erishish uchun birgalikda harakat qilishlari kerak. Bu o'yinchilar o'z tajribalarini baham ko'rishlari va shunga o'xshash manfaatlarga ega bo'lganlar bilan bog'lanishlari mumkin bo'lgan onlayn hamjamiyatlarning shakllanishiga olib kelishi mumkin. [5] Biroq, shuni ta'kidlash kerakki, bu o'zaro ta'sirlar virtual dunyo bilan chegaralanishi va haqiqiy ijtimoiy o'zaro ta'sirlarga aylantirilmasligi mumkin.

Virtual o'yinlarining salbiy oqibatlari haqida ommaviy axborot vositalarida bot-bot bong urishsa ham baribir internet-kafelarning doimo yoshlar bilan gavjumligi, u yerda o'smirlarning turli o'yinlarga mukkasidan ketayotgani va qimmatli vaqtini behuda o'tkazayotgani dilni xira qiladi. Ayniqsa, bolalarning diqqatini monitordan uzmagan holda bir-biri bilan so'kishib, bir-birini behayo so'zlar bilan haqoratlab gaplashishi internetdan ma'lumot olish uchun kelgan qizlar, ayollarning jiddiy e'tiroziga sabab bo'lmoqda.Virtual o'yinlar ham bir qator psixologik ta'sirlar bilan bog'liq. Ba'zi tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, haddan tashqari o'yin giyohvandlik va ruhiy tushkunlik va tashvish kabi boshqa ruhiy muammolarga olib kelishi mumkin. Boshqalar, virtual o'yin o'yinchilar uchun stress va boshqa salbiy his-tuyg'ularni yengish imkonini beruvchi qochish shaklini taqdim etishi mumkinligini ta'kidlaydi. Biroq, virtual o'yinning ruhiy salomatlikka salbiy ta'siri ota-onalar, o'qituvchilar va ruhiy salomatlik mutaxassislarini tashvishga solmoqda. Virtual o'yinlar ham o'yinchilarga psixologik ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, virtual o'yinlarni o'ynash qo'zg'alish, qo'zg'alish va zavqlanish darajasini oshirishi mumkin. Bundan tashqari, ba'zi o'yinchilar kayfiyat va farovonlikning

yaxshilanishiga olib kelishi mumkin bo'lgan suvga cho'mish va oqim tuyg'usini boshdan kechirishlari haqida xabar berishadi. Biroq, virtual o'yinlar giyohvandlik, tashvish va depressiya kabi salbiy psixologik ta'sirlar bilan ham bog'liq. O'yinchilar virtual o'yin odatlarini yodda tutishlari va kerak bo'lganda yordam so'rashlari muhimdir.Virtual o'yinlar bilan bog'liq yana bir katta tashvish -bu ularning real hayotdagi zo'ravonlik bilan bog'lanishi. Ba'zi tadqiqotlar virtual o'yin va tajovuzkor xatti-harakatlar o'rtasidagi bog'liqlikni ko'rsatsa-da, boshqalari bunday aloqani topmagan. Biroq, ko'plab VR o'yinlarida zo'ravonlik mazmunining tarqalishi o'yinchilarning zo'ravonlikka nisbatan sezgir bo'lishidan xavotirlanishga olib keldi. Bundan tashqari, virtual o'yinlarning yosh bolalarga ta'siri ularning xulq-atvori va tajovuzkorligiga uzoq muddatli ta'siri haqida tashvish uyg'otdi. Virtual o'yinlar bilan bog'liq eng munozarali mavzulardan biri zo'ravon o'yinlar va haqiqiy zo'ravonlik o'rtasidagi potentsial bog'liqlikdir. Bu masala bo'yicha aniq konsensus mavjud bo'lmasa-da, ba'zi tadqiqotlar zo'ravon o'yinlar o'ynash va geymerning tajovuzkorligi o'rtasidagi bog'liqlikni ko'rsatadi. Ammo shuni ta'kidlash kerakki, korrelyatsiya har doim ham sababni anglatmaydi va shaxsiy xususiyatlar va ijtimoiy kontekst kabi boshqa omillar ham rol o'ynashi mumkin.Virtual o'yinlar o'yinchilar uchun immersiv va immersiv tajriba taqdim etsa-da, ular jamiyatga ta'siri haqida tashvish uyg'otadi. Virtual o'yinning ijtimoiy o'zaro ta'sirga, psixologik farovonlikka va zo'ravonlikka salbiy ta'siri tartibga solish va nazoratni kuchaytirishga chaqiriqlarga sabab bo'ldi. Virtual o'yinlar ommalashib borar ekan, bu o'yinlar butun jamiyatga ijobiy ta'sir ko'rsatishini ta'minlash uchun ushbu muammolarni tushunish va hal qilish zarur. Mumkin bo'lgan salbiy ta'sirlarga qaramay, virtual o'yinlar o'yinchilarga ham ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkin, masalan, idrokni yaxshilash va stressdan xalos bo'lish. O'yinchilar o'zlarining o'yin odatlarini yodda tutishlari va virtual o'yinlarga mas'uliyatli va muvozanatli yondashishlari muhimdir. Virtual o'yinlarning ommabopligi o'sishda davom etar ekan, ularning jamiyatga ta'sirini yaxshiroq tushunish va potentsial salbiy ta'sirlarni yumshatish uchun strategiyalarni ishlab chiqish uchun qo'shimcha tadqiqotlar talab etiladi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, onlayn o'yinlarining zarari foydadan ko'proq,bunga misol tariqasida: vaqtni o'g'irlaydi,insonni asabiy qilib qo'yadi va fikrlashdan to'xtaydi kishi sababi bor e'tibori aynan kompyuter o'yinida bo'ladi. Shiddat bilan rivojlanayotgan mamlakatlar qatoriga chiqa olamiz. Agar har bir shaxs mas'uliyatli bo'lib va vatanini sevib foydali ish bilan naf keltirsa. Eng muhimi loqaydlikdan qochish kerak ana shunda kutgan natijalarimizga erisha olamiz.

Ota-onalar farzandlari tanlagan o'yinlarning mazmuniga e'tibor berishlari lozim. Ular bolalarini harbiy faoliyatli o'yinlar bilan shug'ullanishdan qaytarishlari ma'qul. Bu turdagi onlayn o'yinlar haqiqiy va virtual dunyoning aralashuvi tufayli juda qaram qiluvchi ekanligi ma'lum. Bolalarni bunday o'yinlardan qaytarish kelajakdagi qaramlikning oldini olishi mumkin. Yoshlarni tabiiy qobiliyatlariga mos faoliyatlar bilan shug'ullanishga undash kerak, chunki bu onlayn o'yinlarga qaramlikka qarshi samarali choralardan biridir. Sport yoki musiqada ajralib turish istagi ularni yangi mashg'ulotlar bilan shug'ullanishga va vaqtlarini kompyuter ekrani o'rniga foydali ishlarga sarflashga undashi mumkin. O'quvchilarni onlayn o'yinlardan uzoqlashtirish uchun o'qishdagi yutuqlar mavzusi ham faollashtirilishi lozim. Maktabdagi past ko'rsatkichlar ko'pincha internetga qaramlik bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Bunday holatlarda, ota-onalar akademik yutuqlarga intilish tuyg'usini uyg'otib, onlayn o'yinlar davomiyligini kamaytirish va qaramlik xavfini bartaraf etishga erishishlari mumkin [18] Bugungi kunda foydalanuvchilarga yordam, himoya va reabilitatsiya bo'yicha maslahatlar beradigan ko'plab onlayn forumlar mavjud. Ularning ba'zilariga faqat ota-onalar kirishi mumkin, boshqalariga esa bolalar ham tashrif buyurishi mumkin. Bunday veb-saytlarda (ko'pchiligi onlayn o'yin ishlab chiqaruvchi kompaniyalar tomonidan yaratilgan) mutaxassislarning maslahatlari, shuningdek, haddan tashqari internetdan foydalanish keltirib chiqarishi mumkin bo'lgan ijtimoiy muammolarning ko'plab ogohlantiruvchi misollarini topish mumkin. Onlayn qaramlikni davolash uchun maxsus terapevtik dasturlar ham mavjud.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1.Marchenkova ‘‘Talabalarda kompyuterga qaramlikning oldini olishning ijtimoiy pedagogik jihatlari’’ darslik 2009-yil

2.Glister ‘‘Yangi internet –navigator’’ ingliz tilida 1996-yil.

3.Nolden’’Sizning birinchi internetga kirishingiz’’ 2006-yil.

4.G'aniyev ‘‘Internetning ijobiy va salbiy tomonlari’’ 2003-yil

5.Umarov.B, Qodirov.U, Karimov.X. Ochiq axborot tizimlarida axborot psixologik xavfsizlik:darslik. T., 2012.-239. b.)

6. Chiu, S. L., Lee, J. Z., & Huang, D. H. (2004). Video game addiction in children and adolescents in Taiwan. Cyberpsychology and Behavior. 7 (5): 571-581.

7. Kim, E. J., Namkoong, K., Ku, T., & Kim, S. J. (2008). The relationship between online game addiction and aggression, self-control, and narcissistic-cistic personality traits. European Psychiatry, 23 (3), 212-218.

8. Hussain, Z., & Griffiths, M. D. (2009). Excessive use of massive-multi-player onlineroleplaying games: a pilot study. International Journal of Mental Health and Addiction.

9. Beranuy, M., Carbonell, H., & Griffiths, M. D. (2013). A qualitative analysis of online gaming addicts in treatment. International Journal of Mental Health Addiction, 11, 149-161.

10. Thomas, N. J., & Martin, F. H. (2010). Video arcade game, computer game and Internet activities of Australian students: participation habits and prevalence of addiction. Australian Journal of Psychology, 62 (2), 59-66.

159.922.8:316.624

Ergasheva Gullolaxon Nosirjon qizi
O'zbekiston Respublikasi Prezidenti huzuridagi ijtimoiy himoya milliy agentligi Shayxontohur tumani "Inson" Ijtimoiy xizmatlari markazi "Chaqar" MFY ijtimoiy xodimi
E-mail:gullolaergasheva927@gmail.com
https://orcid.org/0009-0003-7586-2019

O'ZBEK OILALARIDA AYOLLARGA NISBATAN ZO'RAVONLIK HAMDA UNING IJTIMOIY PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Maqolada o'zbek oilalarida ayollarga nisbatan zo'ravonlikning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari tahlil qilingan. Tadqiqotda 100 nafar ayol ishtirok etib, ular Toshkent shahri va Sirdaryo viloyatidan tanlangan. Zo'ravonlikning asosiy shakllari, sabablari va oqibatlari empirik usullarda o'rganilib, ayollarning psixologik holati rigidlik, agressiya, xavotirlanish va frustratsiya omillari bilan bog'liqligi aniqlangan. V.V. Aleshina, L.Ya. Gozman va Ye.M. Dubovskaya hamda G.Ayzenk metodikalari asosida er-xotin munosabatlari va psixologik holat ko'rsatkichlari baholangan. Natijalarga ko'ra, oilaviy zo'ravonlik ayollarning psixologik farovonligini pasaytirib, oilaviy birlikka salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ajrashgan ayollarda oilaviy birlik va umumiy qadriyatlar sezilarli darajada zaiflashgani, rigidlik darajasi yuqori bo'lgan oilalarda esa kommunikativ moslashuvchanlik pasaygani qayd etildi. Tadqiqot natijalari ayollarga psixologik yordam ko'rsatish, oilaviy nizolarni kamaytirish va zo'ravonlikning oldini olishda amaliy ahamiyat kasb etadi.*

Kalit so'zlar: *oila, ayollarga nisbatan zo'ravonlik, psixologik xususiyatlar, rigidlik, agressiya, xavotirlanish, frustratsiya, er-xotin munosabatlari, oilaviy birlik, ijtimoiy yordam.*

НАСИЛИЕ В ОТНОШЕНИИ ЖЕНЩИН В УЗБЕКСКИХ СЕМЬЯХ И ЕГО СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ

Аннотация. *В статье проанализированы социально-психологические особенности насилия в отношении женщин в узбекских семьях. В исследовании приняли участие 100 женщин, отобранных из города Ташкента и Сырдарьинской области. Основные формы, причины и последствия насилия были изучены с использованием эмпирических методов, и было установлено, что психологическое состояние женщин связано с такими факторами, как ригидность, агрессия, тревожность и фрустрация. Оценка супружеских отношений и психологических показателей проводилась на основе методик В.В.Алешиной, Л.Я. Гозмана, Е.М. Дубовской и Г.Айзенка. По результатам исследования установлено, что семейное насилие снижает психологическое благополучие женщин и негативно влияет на семейную сплочённость. Отмечено, что у разведённых женщин семейное единство и общие ценности значительно ослаблены, а в семьях с высоким уровнем ригидности снижается коммуникативная адаптивность. Результаты исследования имеют практическое значение для оказания психологической помощи женщинам, снижения семейных конфликтов и профилактики насилия.*

Ключевые слова: *семья, насилие в отношении женщин, психологические особенности, ригидность, агрессия, тревожность, фрустрация, супружеские отношения, семейная сплочённость, социальная помощь.*

VIOLENCE AGAINST WOMEN IN UZBEK FAMILIES AND ITS SOCIO-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS

Annotation. *The article analyzes the socio-psychological characteristics of violence against women in Uzbek families. The study involved 100 women selected from Tashkent city and the Syrdarya region. The main forms, causes, and consequences of violence were examined using empirical methods, and it was found that women's psychological state is associated with factors such as rigidity, aggression, anxiety, and frustration. Marital relationships and psychological indicators*

were assessed based on the methodologies of V.V. Aleshina, L.Ya.Gozman, Ye.M. Dubovskaya, and H.Eysenck. According to the results, domestic violence reduces women's psychological well-being and negatively affects family cohesion. It was noted that in divorced women, family unity and shared values significantly weakened, while in families with a high level of rigidity, communicative adaptability declined. The research findings have practical significance in providing psychological assistance to women, reducing family conflicts, and preventing violence.

Keywords: *family, violence against women, psychological characteristics, rigidity, aggression, anxiety, frustration, marital relationships, family cohesion, social assistance.*

Kirish. Zo'ravonlik insoniyat jamiyatining butun rivojlanishi davomida ajralmas bir hodisadir. Bugungi kunda zo'ravonlikning turli shakllarini dunyoning barcha burchaklarida topishimiz mumkin. Har yili dunyo miqyosida zo'ravonlikdan yarim milliondan ortiq kishi halok bo'ladi va undan ham ko'proq odam jamoaviy va shaxslararo nizolar natijasida o'limga olib kelmasdan tan jarohati oladi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, zo'ravonlik butun dunyo bo'ylab 15 yoshdan 44 yoshgacha b''lgan odamlar o'limining asosiy sabablaridan biridir. BMTning inson huquqlari bo'yicha Butunjahon konferensiyasida taqdim etilgan xotin - qizlar huquqlarini buzish bo'yicha jahon tribunalining ma'lumotlariga ko'ra, barcha qotilliklarning 54 foizi oila ichida 4 ta sodir etilgan va ushbu jinoyatlarning 90 foizida ayollar va bolalar qurbon bo'lishadi.

Mavzuga oid adabiyotlar ro'yhati. Oiladagi zo'ravonlik bu er-xotin yoki boshqa yaqin munosabatdagi kishilardan birining ikkinchisiga nisbatan jismoniy, ruhiy, jinsiy yoki moliyaviy zo'ravonlik ko'rsatishidir. Odatda, bu turdagi zo'ravonlik ostida bir tomonning oiladagi boshqa a'zolar hayoti ustidan nazoratni ushlab turishga bo'lgan intilishi yotadi. Oilaviy zo'ravonlik qurboni ko'pchilik hollarda ayol kishi yoki yosh bolalar bo'ladi, ammo erkaklar hamda qariyalar orasida ham jabrlanuvchilar yo'q emas. Oilaviy zo'ravonlikning keng tarqalgan ayrim ko'rinishlarini sanab o'tamiz: Erning xotinini urishi, ruhiy kamsitishi, uning nasl-nasabini oilaviy sharoiti yoki ota-onasi yoki qarindoshlari qilgan ishlar tufayli ayblab haqoratlashi, erning xotinini jinsiy zo'rlashi, jinsiy ehtiyojini g'ayritabiiy usullar orqali qondirishga majburlashi yoki jinsiy kamsitishi (fiziologik holatini haqoratlashi, kamsitishi, jinsiy aloqada bo'lmaslik, o'zga ayollar bilan yurishi), moliyaviy jihatdan cheklash, pul bermaslik, ayolning o'qishiga yoki ishlashiga qarshilik ko'rsatish va hokazo[4].

Oiladagi zo'ravonlik turli shakllarda katta miqyosga ega bo'lib, chuqur o'rganish va tushunishni talab qiladi. Ushbu muammoni o'rganayotgan xorijiy olimlar ikki guruhga bo'lingan. Birinchisi, feministik yo'naltirgan olimlar R. Dobash, L. Uolker, M. Koss, K. Yolo, D. Kurtz va boshqalarni o'z ichiga oladi. Ushbu olimlarning ba'zilari ayollar tomonidan zo'ravonlikni boshlash g'oyasini rad etishadi, ular bu g'oyani, agar ayol ham zo'ravonlik qilsa, faqat o'zini himoya qilish uchun asoslashadi[1].

R.F.Dobash, R.P.Dobash oilaviy zo'ravonlikka shunday ta'rif beradilar: "Oilaviy zo'ravonlik-erkaklarning dominant pozitsiyasi va ayollarning xatti-harakatlari ustidan nazorat qilish natijasidir"[2].

M. Strauss, E. Duglas, D. Xayns, S. Shtaynmetz, R. Gelles va boshqalarni o'z ichiga olgan olimlarning ikkinchi guruhi oiladagi zo'ravonlik erkak va ayol tomonidan teng ravishda sodir etilishi mumkin deb hisoblaydi. Bu yerda aloqa, sheriklar o'rtasidagi munosabatlar va oiladagi zo'ravonlikka olib keladigan nizolarga e'tibor qaratiladi[3].

Xorijlik olimlar firkiga ko'ra oilaviy zo'ravonlikning eng keng tarqalgan sabablari: oilaning ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarining sezilarli darajada yomonlashishi; ota-onalarning ishini yo'qotish, ularning ish tartibsizligi; oiladagi psixologik tajovuz va og'ir axloqiy va psixologik muhit (oilaning ijtimoiy institut sifatida yaqinligi/maxfiyligi, yashash sharoitlarining o'zi bilan bog'liq stress); er va xotin o'rtasida huquq va majburiyatlarni taqsimlashdagi nomutanosiblik; bolalarga muhabbat, o'zaro muhabbat yetishmasligi; ota-onalarning yomon odatlari (mastlik va giyohvandlik)[5].

Tahlil va natijalar. Zo'ravonlikka guvoh bo'lgan yoki jabrlangan bolalar zo'ravonlik odamlar o'rtasidagi nizolarni hal qilishning oqilona usuli deb o'ylashlari mumkin. Oilalarida oilaviy zo'ravonlikka guvoh bo'lgan qizlar erlarining qurboni bo'lish ehtimoli ko'proq.

Jamiyat va oilalarda zo'ravonlikning mavjudligi, asosan, tajovuzkor xatti-harakatlar mavjud muammolarni hal qilishning yagona usuli sifatida qaraladigan an'anaviy tarbiyaning natijasidir.

Sinaluvchilar soni va yashash hududi haqidagi ma'lumot

1-jadval

Yashash hududi	Soni	Foizi
Toshkent shahar	62	62.0
Sirdaryo viloyat	38	38.0

O'zbek oilalarida ayollarga nisbatan zo'ravonlik hamda uning ijtimoiy psixologik xususiyatlari o'rganishga doir tadqiqotimizda jami 100 nafar ayollar ishtirok etdi. Ulardan 62 nafari poytaxtimiz Toshkent shaharda istiqomat qilsa, qolgan 38 nafari esa Sirdaryo viloyatida yashaydi.

Sinaluvchilarning oilaviy holati haqida ma'lumot

2-jadval

Oilaviy holati	Soni	Foizi
Oilasi bilan yashaydi	63	63.0
Ajrashgan	37	37.0

Sinaluvchilarning oilaviy hayoti haqidagi ma'lumotlarni tahlil qiladigan bo'lsak, ularning 63 nafari oilali bo'lib, to'liq oila a'zolari bilan yashaydi. 37 nafar ayollar esa turmush o'rtog'i bilan ajrashgan.

Sinaluvchilarning ma'lumoti bo'yicha ko'rsatkichlari

3-jadval

Ma'lumoti	Soni	Foizi
Oliy	22	22.0
O'rta maxsus	25	25.0
O'rta	53	53.0

Tadqiqotimizda ishtirok etgan ayollarning 22 nafari oliy ma'lumotli, 25 nafari esa o'rta maxsus va 53 nafari esa o'rta ma'lumotga ega. Ularning foiz ko'rsatkichlari quyidagi jadvalda keltiriladi

V.V.Aleshina, L.Ya.Gozman va Ye.M.Dubovskaya tomonidan ishlab chiqilgan "Er-xotin munosabatlarini o'rganish" metodikasi natijalarining normal taqsimlanish qonuniga moslig-ini aniqlash Kolmogorov-Smirnov mezoni asosida

4-jadval.

N=100	Minimal qiymat	Maksimal qiymat	O'rtacha qiymat	Standart og'ish	Z	p
Muloqotning ishonchliligi	14.00	34.00	22.4100	6.25727	1.561	.015*
Er va xotinning o'zaro tushunishi	13.00	31.00	21.8000	6.08857	2.280	.000***
Qarashlarning muvofiqliligi	8.00	13.00	9.1500	.97830	2.009	.001***
Oilaning umumiy belgilari	9.00	19.00	10.4700	1.19304	3.032	.000***
Er va xotin o'rtasidagi yengil muloqot	9.00	14.00	10.0400	1.12744	2.442	.000***
Psixoterapevtik muloqot	9.00	12.00	9.9798	.96869	2.570	.000***

Izoh: $p<0.05$ – 95%; $p<0.01$ – 99%; $p<0.001$ – 99.9%

Oilada ayollarga nisbatan zo'ravonlik hamda uning ijtimoiy psixologik xususiyatlarini o'rganishdagi samarali so'rovnomalardan biri V.V.Aleshina, L.Ya.Gozman va Ye.M.Dubovskaya tomonidan ishlab chiqilgan "Er-xotin munosabatlarini o'rganish" metodikasi. Bu metodika er-xotin o'rtasidagi muloqot sifati va o'zaro tushunish darajasini baholash uchun ishlab chiqilgan bo'lib, oilaviy psixologiya sohasida keng qo'llaniladi. Metodika nikohdagi kommunikatsiya jarayonlarini o'rganish va er-xotin munosabatlarining barqarorligi hamda muammolarini aniqlashga yordam beradi. So'rovnoma muloqotning ishonchliligi, er va xotinning o'zaro tushunishi, qarashlarning muvofiqliligi, oilaning umumiy belgilari, er va xotin o'rtasidagi yengil muloqot va psixoterapevtik muloqot shkalalaridan iborat.

V.V.Aleshina, L.Ya.Gozman va Ye.M.Dubovskaya tomonidan ishlab chiqilgan "Er-xotin munosabatlarini o'rganish" metodikasi ko'rsatkichlarini Kolmogorov-Smirnov mezoni asosida tahlil qilganimizda, muloqotning ishonchliligi shkalasida ($Z=1.561$ $p<0.05$) 95 % ishonch darajasi, er va xotinning o'zaro tushunishi shkalasida ($Z=2.280$ $p<0.001$), qarashlarning muvofiqliligi shkalasida ($Z=2.009$ $p<0.001$), oilaning umumiy belgilari shkalasida ($Z=3.032$ $p<0.001$), er va xotin o'rtasidagi yengil muloqot shkalasida ($Z=2.442$ $p<0.001$) va psixoterapevtik muloqot shkalasida ($Z=2.570$ $p<0.001$) 99.9% ishonch darajasi bo'lib, bu shkalalar normal taqsimlanish qonuniga mos kelmasligini anglatadi.

V.V.Aleshina, L.Ya.Gozman va Ye.M.Dubovskaya tomonidan ishlab chiqilgan "Er-xotin munosabatlarini o'rganish" metodikasi ko'rsatkichlarining oilaviy holati bo'yicha tafovutlari Mann Uitni mezoni asosida

5-jadval.

N=100	**O'rtacha rang ko'rsatkichlari**		**U**	**p**
	Oilasi bilan yashaydi N=63	**Ajrashgan N=37**		
Muloqotning ishonchliligi	49.52	52.16	1104.000	.658
Er va xotinning o'zaro tushunishi	48.75	53.49	1055.000	.422
Qarashlarning muvofiqliligi	50.81	49.97	1146.000	.884
Oilaning umumiy belgilari	55.77	41.53	833.500	.007**
Er va xotin o'rtasidagi yengil muloqot	49.85	51.61	1124.500	.757
Psixoterapevtik muloqot	50.56	49.05	1112.000	.789

V.V.Aleshina, L.Ya.Gozman va Ye.M.Dubovskaya tomonidan ishlab chiqilgan "Er-xotin munosabatlarini o'rganish" metodikasi ko'rsatkichlarining oilaviy holati bo'yicha tafovutlarini Mann Uitni mezoni asosida tahlil qilganimizda, muloqotning ishonchliligi shkalasida ($U=1104.00$ $p>0.05$), er va xotinning o'zaro tushunishi shkalasida ($U=1055.50$ $p>0.05$), qarashlarning muvofiqliligi shkalasida ($U=1146.00$ $p>0.05$), er va xotin o'rtasidagi yengil muloqot shkalasida ($U=1124.50$ $p>0.05$) va psixoterapevtik muloqot shkalasida ($U=1112.00$ $p>0.05$) sezilarli farqlar topilmadi.

Oilaning umumiy belgilari shkalasida 99% ishonch darajasida farq aniqlandi ($U=833.50$ $p<0.01$). Bundan ko'rinadiki, oilasi bilan yashaydiganlar oilaviy birlikni kuchliroq his qiladi, chunki ular oila a'zolari bilan doimiy aloqa va qo'llab-quvvatlash tizimiga ega. Bu ularning "Oilaning umumiy belgilari" shkalasidagi ko'rsatkichlarining yuqori bo'lishiga sabab bo'ladi. Ular oilaviy qadriyatlar, maqsadlar va urf-odatlarni saqlashni qadrlashadi. Ajrashganlar uchun esa oilaviy birlik va umumiy qadriyatlar sezilarli darajada zaiflashadi. Ajrashish natijasida oila tuzilishi buziladi, bu esa turmush o'rtoqlar o'rtasidagi emotsional bog'liqlikning susayishiga olib keladi. Shu sababli, ular "Oilaning umumiy belgilari" shkalasida past natija ko'rsatishadi.

V.V.Aleshina, L.Ya.Gozman va Ye.M.Dubovskaya tomonidan ishlab chiqilgan "Er-xotin munosabatlarini o'rganish" metodikasi ko'rsatkichlarining sinaluvchilar ma'lumoti tafovutlarini

Kruskal Uolis mezoni asosida tahlil qilganimizda, er va xotin o'rtasidagi yengil muloqot shkalasida (H=.767 p>0.05) va psixoterapevtik muloqot shkalasida (H=2.617 p>0.05) sezilarli tafovutlar aniqlanmadi.

V.V.Aleshina, L.Ya.Gozman va Ye.M.Dubovskaya tomonidan ishlab chiqilgan "Er-xotin munosabatlarini o'rganish" metodikasi ko'rsatkichlarining sinaluvchilar ma'lumoti tafovutlari Kruskal Uolis mezoni asosida

6-jadval.

N=100	O'rtacha rang ko'rsatkichlari			H	p
	Oliy N=22	O'rta maxsus N=25	O'rta N=53		
Muloqotning ishonchliligi	46.05	67.00	44.57	10.986	.004**
Er va xotinning o'zaro tushunishi	50.09	66.46	43.14	11.369	.003**
Qarashlarning muvofiqliligi	42.91	63.76	47.40	8.123	.017*
Oilaning umumiy belgilari	43.43	43.40	56.78	6.847	.033*
Er va xotin o'rtasidagi yengil muloqot	45.98	51.64	51.84	.767	.681
Psixoterapevtik muloqot	41.91	53.74	51.63	2.617	.270

Muloqotning ishonchliligi shkalasida 99% ishonch darajasida farq aniqlandi (H=10.986 p<0.01). O'zbek oilalarida an'anaviy oilaviy qadriyatlar kuchli bo'lgani sababli, oilaviy muloqotda ishonchlilik muhim rol o'ynaydi. Muloqotning ishonchliligi o'rta maxsus ta'lim olgan insonlarda eng yuqori bo'lib, bu guruhning amaliy muloqot tajribasi va ijtimoiy faolligi bilan bog'liqdir. Oliy va o'rta ma'lumotga ega insonlarda esa muloqot ishonchliligi nisbatan pastroq bo'lishi, ularning hayotiy tajriba va kasbiy faoliyati bilan bog'liqligi bilan izohlanadi.

Er va xotinning o'zaro tushunishi shkalasida 99% ishonch darajasida tafovut topildi (H=11.369 p<0.01). Bunga ko'ra, o'zaro tushunishning eng yuqori darajasi o'rta maxsus ma'lumotlilarda kuzatilgani, ularning amaliy hayot tajribasi va ijtimoiy moslashuvchanligi bilan izohlanadi. Oliy ma'lumotli ayollarda kasbiy faoliyat, shaxsiy mustaqillik va analitik yondashuv oilaviy tushunish jarayoniga bevosita ta'sir qiladi. O'rta ma'lumotli ayollarda esa murosaga borish va muammolarni hal qilish qobiliyatlari nisbatan sust bo'lib, ular ko'proq uy yumushlari va shuningdek yakklanib uyda qolishlari bilan izohlanadi.

Qarashlarning muvofiqligi shkalasida 95% ishonch darajasida farq aniqlandi (H=8.123 p<0.05). Bundan ko'rinadiki, o'rta maxsus ma'lumotli insonlar amaliy hayotiy tajribaga ega bo'lishgani uchun, oilaviy qarashlarni muvofiqlashtirishda ko'proq faol bo'lishadi. Oliy ma'lumotli ayollarda esa ilmiy va kasbiy rivojlanish jarayoni individual qarashlarning shakllanishiga sabab bo'lishi, o'rta ma'lumotlilarda esa amaliy tajribaning yetishmovchiligi qarashlar muvofiqligining mushtarakligiga sabab bo'ladi.

Oilaning umumiy belgilari shkalasida 95% ishonch darajasida tafovut aniqlandi (H=6.847 p<0.05). Ta'lim darajasi oshgani sari oilaga bo'lgan yondashuv ham o'zgarishi kuzatiladi – an'anaviy qadriyatlar o'rnini shaxsiy va kasbiy o'sish egallaydi. Bunga ko'ra, o'rta ma'lumotga ega respondentlar oilaviy qadriyatlarga sodiq bo'lishadi, chunki ular uchun oila asosiy ijtimoiy institutlardan biridir. Oliy ma'lumotga ega respondentlar esa mustaqil bo'lishga intilishadi, shu sababli ba'zi holatlarda ular uchun oila ikkinchi darajali ahamiyat kasb etishi mumkin

G.Ayzenkning "Psixik holatlarda o'z-o'zini baholash diagnostikasi" metodikasi va V.V.Aleshina, L.Ya.Gozman va Ye.M.Dubovskaya tomonidan ishlab chiqilgan "Er-xotin munosabatlarini o'rganish" metodikasi ko'rsatkichlarining o'zaro bog'liqligi Spirmen mezoni asosida

7-jadval.

N=100	Muloqotning ishonchliligi	Er va xotin-ning	Qarashlarning muvofiq	Oilaning umumiy belgilari	Er va xotin o'rtasidagi	Psixoterapevtik muloqot
Xavotirlanish	.033	.018	-.026	-.048	.044	-.173
Frustratsiya	.086	.067	-.035	-.074	-.062	.104
Agressiya	-.035	-.030	-.010	.167	.078	.054
Rigidlik	.020	.072	-.171	-.292(**)	-.006	-.187

G.Ayzenkning "Psixik holatlarda o'z-o'zini baholash diagnostikasi" metodikasi va V.V.Aleshina, L.Ya.Gozman va Ye.M.Dubovskaya tomonidan ishlab chiqilgan "Er-xotin munosabatlarini o'rganish" metodikasi ko'rsatkichlarining o'zaro bog'liqligi Spirmen mezoni asosida tahlil qilganimizda, rigidlik shkalasi bilan oilaning umumiy belgilar shkalasi 99% ishonch darajasida bog'lik hosil qildi (r=-.292 p<0.01). Bu shuni anglatadiki, shaxsning rigidlik darajasi ortgan sari oilaviy birlik va muvofiqlik pasayadi. Rigidlik yuqori bo'lgan ayollar odatda moslashuvchan emas, o'z nuqtai nazarini qat'iy himoya qiladi va yangi sharoitlarga moslashishda qiyinchiliklarga duch keladi. Bunday xususiyatlar oilaviy hayotda kelishmovchiliklarning ortishiga, tushunmovchiliklarning kuchayishiga va turmush o'rtoqlari o'rtasidagi psixologik masofaning kengayishiga sabab bo'ladi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, oilada rigidlik darajasi ortgan sari er-xotin o'rtasidagi muloqot sifati pasayadi, psixologik masofa kengayadi va oilaviy birlik susayadi. Rigid shaxslarga ega oilalarda turmush o'rtoqlar o'rtasida tushunmovchiliklar kuchayib, kelishmovchilik va nizolar soni ortishi kuzatildi. Xavotirlanish, frustratsiya, agressiya va rigidlik kabi psixologik holatlar yashash hududi va oilaviy sharoit bilan bevosita bog'liq bo'lmasa-da, kasbiy faoliyat va ta'lim darajasi bilan bog'liqligi aniqlandi. Xususan, mavsumiy ishchilar orasida agressiya darajasi yuqoriligi kuzatildi, bu ularning ish sharoitlari, iqtisodiy beqarorlik va stress omillari bilan bog'liq ekani qayd etildi. Uy bekalarida esa agressiya darajasi past bo'lib, gender stereotiplari va ijtimoiy bosim ta'siri kuzatildi.

Ayollarning oilaviy zo'ravonlikka bo'lgan reaksiyalari turli psixologik himoya mexanizmlari bilan bog'liqligi aniqlandi. Frustratsiya darajasi yuqori bo'lgan ayollarda shaxsiy xavotirlanish ortgan bo'lsa, agressiv ayollarda reaktiv xavotirlanish darajasi past ekani kuzatildi. Bu esa ayollarning oilaviy muammolarga qanday munosabatda bo'lishini aniqlash va ularga ko'mak berish jarayonida e'tiborga olinishi zarur bo'lgan muhim omillardan biri sifatida qaralishi lozimligini ko'rsatdi. Bundan tashqari, oilali ayollarning xavotirlanish darajasi ajrashgan ayollarga qaraganda yuqori bo'lishi aniqlandi. Bu holat oiladagi ruhiy bosim, gender stereotiplari va ijtimoiy munosabatlar bilan izohlanishi mumkin. Ajrashgan ayollarda esa mustaqil hayotga moslashish natijasida xavotir darajasining pasayishi kuzatildi. Er-xotin o'rtasidagi munosabatlarni baholash natijalari shuni ko'rsatdiki, oilada qarashlarning mos kelishi, o'zaro tushunish va muloqot sifati ayollarning psixologik farovonligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Oilaviy birlikni his qilish va umumiy qadriyatlarga ega bo'lish oilaviy nizolarni kamaytirishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi. Ajrashgan ayollarda esa ushbu ko'rsatkichlarning pasaygani kuzatildi.

Xulosa va takliflar. Umuman olganda, tadqiqot natijalari oilaviy zo'ravonlikning ayollarga bo'lgan ta'sirini tahlil qilish va uni kamaytirish yo'llarini izlashda muhim ilmiy asos bo'lib xizmat qiladi. Ayollarning psixologik farovonligini oshirish, oilaviy nizolarni oldini olish va zo'ravonlikka qarshi kurashishda ijtimoiy yordam tizimlarini mustahkamlash, ta'lim va huquqiy savodxonlikni oshirish hamda oilaviy psixologik xizmat tizimlarini rivojlantirish zarur.

1. Oilaviy hayotda rigidlik darajasi ortgan sari er-xotin o'rtasidagi kommunikativ moslashuvchanlikning pasayishi, oilaviy birlikning susayishi va psixologik masofaning kengayishi aniqlandi.

Rigid shaxslarga ega oilalarda muloqot sifati va emotsional qo'llab-quvvatlash darajasi past bo'lishi empirik tadqiqot natijalari bilan tasdiqlandi.

2. Ayollarning kasbiy faoliyati va psixologik holati o'rtasidagi bog'liqlik tizimli ravishda tahlil qilinib, mavsumiy ishchilarda agressiya darajasi yuqori ekani, uy bekalarida esa passiv moslashuv strategiyalari ustunligi aniqlandi. Mehnat sharoitlari va iqtisodiy mustaqillik darajasi ayollarning psixologik barqarorligiga ta'sir qiluvchi muhim omil ekani isbotlandi.

3. O'zbek oilalarida ayollarning oilaviy zo'ravonlik holatlariga javob reaksiyalari psixologik himoya mexanizmlari bilan bog'liqligi empirik jihatdan tahlil qilinib, frustratsiya darajasi yuqori bo'lgan ayollarda shaxsiy xavotirlanish ortishi, agressiv ayollarda esa reaktiv xavotir darajasi past bo'lishi aniqlandi. Bu natijalar oilaviy zo'ravonlikka uchragan ayollarga psixologik yordam ko'rsatish dasturlarini takomillashtirish uchun ilmiy asos yaratdi.

4. Ayollar orasida zo'ravonlikning psixologik oqibatlari va oilaviy muloqot sifati o'rtasidagi bog'liqlik o'rganilib, ajrashgan ayollarda oilaviy birlik va umumiy qadriyatlar darajasi sezilarli pasayishi, shuningdek, rigidlik darajasi ortgan sari oilaviy muammolar chuqurlashishi tadqiqot asosida aniqlandi. Bu natijalar oilaviy nizolarni oldini olish va oilaviy maslahat xizmatlarini takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqish uchun asos bo'lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1.Алешина, Ю.Е. Социально-психологические методы исследования супружеских отношений (Спецпрактикум по социальной психологии) / Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовская. – М., 2013.

2.Криченко, Е.В. Психологические аспекты качества семейно-брачных отношений / Е.В. Криченко, В.А. Терехин // Прикладная психология. – 2012. – № 5. – С. 63-74.

3.Практическая психодиагностика. Методики и тесты / Редакторсоставитель Д.Я. Райгородский. – Самара: Изд. дом «Бахрах», 2013.

4.Шерман, Р. Структурированные техники семейной и супружеской терапии / Р. Шерман, Н. Фредман. – М., 2014.

5.Эйдемиллер, Э.Г. Семейный диагноз и семейная психотерапия / Э.Г. Эйдемиллер, И.В. Добряков, И.М. Никольская. – СПб.: Речь, 2015.

UDK: 371.13:159.9:316.6

Fayziyeva Malika Faxriddin qizi
"Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy universiteti"
ilmiy tadqiqot grant bo'limi kichik ilmiy xodim
E-mail:malikafayziyeva2807@gmail.com
https://orcid.org/0009-0007-2513-299X

YOSH PEDAGOGLARDA KASBIY MOSLASHUVNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Yangi O'zbekistonning kelajak poydevori hisoblanmish yoshlarning ta'lim olish jarayoni bugungi rivojlanish davrida markaziy o'rinda turadi. Jamiyatimiz yuksalishining yangi ijtimoiy-siyosiy sharoitlari uzluksiz ravishda ta'lim-tarbiya tizimini modernizatsiya qilish asosida mamlakatning kadrlar salohiyatini tayyorlash sifatini sezilarli darajada rivojlantirishni talab qiladi. Pedagog xodim har doim ta'lim tizimidagi markaziy o'rinda turuvchi shaxs bo'lib kelgan va bundan keyin ham shunday bo'lib qoladi. Biroq, zamonaviy ta'lim tizimidagi o'zgarishlarning yuqori sur'ati, o'qituvchi shaxsining kasbiy roli mazmunining murakkablashib borishi, uning faoliyat jarayoni va shaxsiga qo'yiladigan talablar bilan tavsif etiladi. Shuni hisobga olgan holda, yosh pedagog o'zining kasbiy va individual salohiyat darajasini amalga oshirishi uchun ta'lim-tarbiya tizimidagi o'zgaruvchan vaziyatlarga moslashuvchan munosabatda bo'lishi, ayni damda mavjud bo'lgan pedagogik tizimlarning o'ziga xos bo'lgan xususiyatlarini inobatga olishi, sharoit talabiga ko'ra qisqa vaqt ichida kasbiy faoliyatning yangi sharoitlariga moslashishi kerak. Har bir yosh mutaxassis ya'ni oliy va o'rta maxsus, kasb-hunar ta'limi muassasasini bitirganidan so'ng olgan ixtisosligi bo'yicha mukammal ish faoliyatini boshlaydi. Bu vaziyatga, ta'lim institutlari tomonidan yosh pedagoglarda kasb faoliyatini o'zlashtirish jarayoni, hamda ularning kasbiy moslashuviga ijobiy va salbiy ta'sir qiladigan ichki va tashqi omillar bilan aloqador bo'lgan muammoli masalalar hisobga olinmaganligi asosiy sabab hisoblanadi.Ushbu maqolada Oliy ta'lim muassasasini tugatgandan so'ng kasbiy faoliyatga kirish va bu muhitga moslashuv bosqichida yosh pedagoglarning ijtimoiy-psixologik moslashuvi xususiyatlari haqida bayonot berib o'tiladi.*

Kalit so'zlar: *pedagog, kasbiy moslashuv, ta'lim muassasasi, muhit, professional mahorat, shaxsiy rivojlanish, xususiyat,xodim*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ МОЛОДЫХ ПЕДАГОГОВ

Аннотация. *Учебный процесс молодёжи, являющейся фундаментом будущего Нового Узбекистана, занимает центральное место в современный период развития. Новые социально-политические условия развития нашего общества требуют значительного повышения качества подготовки кадров страны на основе непрерывной модернизации системы образования и воспитания. Педагогический работник всегда был и остаётся центральной фигурой в системе образования. Однако высокий темп изменений в современной образовательной системе характеризуется усложнением содержания профессиональной роли личности учителя, ростом требований к его профессиональной деятельности и индивидуальным качествам. Учитывая это, молодой педагог, чтобы реализовать свой профессиональный и личностный потенциал, должен обладать адаптивным отношением к изменяющимся условиям образовательной системы, принимать во внимание специфику существующих педагогических систем и в соответствии с требованиями времени в короткий срок адаптироваться к новым условиям профессиональной деятельности. Каждый молодой специалист, то есть выпускник высшего или среднего специального, профессионального образовательного учреждения, приступает к профессиональной деятельности по полученной специальности. Основной причиной возникающих проблем в данной ситуации является то, что образовательные институты недостаточно учитывают процесс освоения*

профессиональной деятельности молодыми педагогами, а также внутренние и внешние факторы, оказывающие как положительное, так и отрицательное влияние на их профессиональную адаптацию. В данной статье рассматриваются особенности социально-психологической адаптации молодых педагогов в период начала профессиональной деятельности после окончания высшего учебного заведения и на этапе вхождения в новую профессиональную среду.

Ключевые слова: *педагог, профессиональная адаптация, учебное заведение, среда, профессиональное мастерство, личностное развитие, особенность, сотрудник*

SOCIO-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PROFESSIONAL ADAPTATION IN YOUNG EDUCATORS

Annotation. *The educational process of the youth, who are considered the foundation of the future of New Uzbekistan, occupies a central position in the current stage of development. The new socio-political conditions of our society's advancement require a significant improvement in the quality of training the country's human resources through the continuous modernization of the system of education and upbringing. The pedagogical worker has always been, and will remain, the central figure in the educational system. However, the high pace of changes in the modern educational system is characterized by the increasing complexity of the professional role of the teacher, the demands placed on his or her personality, and the requirements of the professional activity itself. Taking this into account, in order for a young teacher to realize his or her professional and individual potential, it is necessary to demonstrate an adaptive attitude toward the changing conditions of the educational system, to take into consideration the specific features of the existing pedagogical systems, and, depending on the requirements of the situation, to be able to adapt within a short period of time to the new conditions of professional activity. Every young specialist, that is, a graduate of a higher or secondary specialized vocational education institution, begins professional activity in the field of their acquired specialty. The main reason for difficulties in this situation is that educational institutions often do not take into account the process of mastering professional activity by young teachers, as well as the internal and external factors that have both positive and negative effects on their professional adaptation. This article addresses the features of the socio-psychological adaptation of young teachers at the stage of entering professional activity after graduating from a higher educational institution and adapting to a new professional environment.*

Keywords: *educator, professional adaptation, educational institution, environment, professional skills, personal development, feature, employee*

Kirish. "Biz Yangi O'zbekistonni, Uchinchi Renessans poydevorini jonajon vatanimizda bunyod etmoqdamiz. Bu borada xalqimizning buyuk bunyodkorlik salohiyatiga, dunyoning olis va yaqin mamlakatlaridagi do'st va hamkorlarimizning qo'llab-quvvatlashiga tayanamiz. Biz-dunyoga, dunyo-bizga ochiq bo'lishi kerak. Bugungi hayot, bugungi taraqqiyotning talabi aslida shu va biz mana shu hal qiluvchi tamoyilni hayotimiz qoidasiga aylantiramiz. Barchamizning bugungi kunimiz va kelajagimiz uchun muhim bo'lgan ana shunday ezgu maqsad yo'lida barcha zarur ishlarni amalga oshiramiz, albatta".

Rivojlanib borayotgan dunyo tizimida yosh avlodning ongi va ma'naviy tafakkuri uchun kurash hanuz davom etmoqda. Bunday siyosiy vaziyatda Yangi O'zbekistonning kelajagi bo'lgan yoshlarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash muhim masala hisoblanadi. Bu vazifani mukammal bajarish uchun asosiy o'rinda ta'lim tizimi markaziy o'rinda turadi. Asosan Oliy ta'lim muassasalarida ta'lim berish jarayoni yoshlarning kelajak hayotining poydevori bo'lib xizmat qiladi. Universitetda ta'lim olish jarayonida talabada kasb haqida va o'zi tanlagan kasbida o'zini professional sifatida ko'ra olishi uchun xususiyatlar shakllanadi. Boshlang'ich, o'rta va oliy kasb-hunar ta'limini olgan va birinchi marta oliy ta'lim muassasasini tamomlagandan so'ng bir yil ichida o'rganilgan mutaxassislik bo'yicha ishga kirgan xodim yosh mutaxassis deb nomlanadi.

Yosh mutaxassis maqomini olish uchun bir nechta majburiy belgilar mavjuddir. Ya'ni Oliy ta'lim muassasasini tamomlagan va faqat davlat yoki mintaqaviy byudjet hisobidan ta'lim olgan bo'lishi kerak. Yosh mutaxassis qaysidir tashkilot bilan mehnat shartnomasini tuzgandan so'ng kamida ikki yil shu tashkilotda ishlab berishi kerak.

Hozirgi vaqtda jamiyat hayotidagi keskin o'zgarishlar, inson faoliyatida ijtimoiy muammolar hajmi va murakkabligining ortib borishi sababli psixologik moslashuv tadqiqotlari tobora dolzarb bo'lib bormoqda. Mehnat subyektining professional va ijtimoiy faolligining fundamental qonuniyatlarini o'rganish dolzarbligi, kasbiy makonda sodir bo'layotgan sezilarli o'zgarishlar bilan bog'liq. Bu makon globallashuv jarayonlari ta'sirida keng qamrovli sotsial-texnologik va sotsial-iqtisodiy o'zgarishlarga uchragan. Bunday o'zgarishlarga quyidagilar kiradi: potensial xavfli texnologiyalarning o'sishi; mehnat faoliyatida axborot va kommunikatsiya texnologiyalaridan keng foydalanish; kasbiy faoliyat mazmunining murakkablashuvi va yangi kasbiy yo'nalishlarning paydo bo'lishi, bu esa yangi ko'nikma va malakalarni talab qiladi. Bu o'zgarishlar mutaxassis shaxsiga yangi talablarni qo'yadi, ish uslublari va qoidalarini yangidan belgilaydi, kasbiy ijtimoiy funksiyalarni o'zgartiradi va mutaxassisning qadriyat yo'nalishlarida o'zgarishlarga sabab bo'ladi.

Metodlar.

Yosh pedagoglar uchun kasbga ijtimoiy- psixologik moslashuv muhim ahamiyatga ega hisoblanadi. Ushbu moslashuv yangi ijtimoiy doiraga, uning o'rnatilgan me'yorlari va urf-odatlariga, shuningdek yetakchilik shakliga ko'nikishni anglatadi. Yangi xodim o'zini jamoa vakillari orasida hurmat qilinadigan, tinglanadigan a'zo sifatida his qilishi kerak. Shuningdek xodimning o'zi ham o'zini munosib tutishi, tashkilotning o'rnatilgan an'analariga hurmat bilan munosabatda bo'lishi kerak. Bu asoslarni inobatga olgan holda tadqiqotimizda Karl Rensom Rodjers va Rozalind Daymondning "Ijtimoiy psixologik moslashish"metodikasidan foydalandik. Karl Rensom Rodjers va Rozalind Daymondning "Ijtimoiy psixologik moslashish"metodikasi shaxsning ijtimoiy muhitga, xususan, ish joyi yoki yangi jamoaga qanday moslashayotganini baholash uchun foydalaniladi. U shaxsning moslashish darajasi, ichki hissiy holati va ijtimoiy munosabatlardagi holatini o'rganishga yordam beradi. So'rovnoma jami 101 savoldan iborat bo'lib, sinaluvchilardan ushbu savollarga "bu menga umuman to'g'ri kelmaydi", "bu menga to'g'ri kelishiga ishonchim komil emas", "o'zimga to'g'ri kelmasa kerak", "bu menga to'g'ri kelsa kerak, lekin ishonchim komil emas", "bu menga o'xshaydi" va "bu aniq men haqimda" variantlaridan birini tanlashlari talab etiladi. Metodika quyidagi 14 shkala asosida baholanadi: moslashuvchanlik, dezadaptivlik (moslasha olmaslik), yolg'on, o'zini qabul qilish, o'zini qabul qilolmaslik, o'zgalarni qabul qilish, o'zgalarni qabul qilmaslik, emotsional komfort, emotsional diskomfort, ichki nazorat, tashqi nazorat, boshqarish, boshqarilish va eskapizm (muammodan qochish).

Natijalar.

Yosh pedagoglarda kasbga moslashuvning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o'rganishga qaratilgan tadqiqotimizda jami 160 nafar pedagog xodimlar ishtirok etdi. Ularning 79 nafarini erkaklar va 81 nafarini ayol o'qituvchilar tashkil etdi. Ularning foiz ko'rsatkichlari quyidagi jadvalda ko'rsatilgan.

1-jadval

Tadqiqotda ishtirok etgan pedagog xodimlar soni haqida umumiy ma'lumot

Jinsi	**Soni**	**Foizi**
Erkak	79	49.4
Ayol	81	50.6

Tadqiqotimizda ishtirok etgan o'qituvchilarning yosh ko'rsatkichlarini tahlil qiladigan bo'lsak, ularning 22 nafari 24 yoshda, 23 nafari 25 yoshda, 21 nafari 26 yoshda, 20 nafari 27 yoshda, 24 nafari 28 yoshda, 22 nafari 29 yoshda va 28 nafari 30 yoshda ekanligi aniqlandi. Ushbu natijalarning foizda aks etgan raqamlari quyidagi jadvalda keltiriladi.

2-jadval

Tadqiqotda ishtirok etgan pedagoglarning yoshi haqidagi ma'lumot

Yoshi	Soni	Foizi
24	22	13.8
25	23	14.4
26	21	13.1
27	20	12.5
28	24	15.0
29	22	13.8
30	28	17.5

Pedagog xodimlarning ish tajribasiga ko'ra tahlil qiladigan bo'lsak, tadqiqotimizda ishtirok etgan 52 nafar o'qituvchida 1 yillik, 53 nafarida 2 yillik va 55 nafarida 3yillik tajriba borligi ma'lum bo'ladi. Ularning foiz ko'rsatkichlarida quyidagi jadvalda aks etadi.

3-jadval

Tadqiqotda ishtirok etgan pedagog xodimlarning ish tajribasi haqidagi ma'lumot

Ish tajribasi	Soni	Foizi
1 yil	52	32.5
2 yil	53	33.1
3 yil	55	34.4

Tadqiqotimizda ishtirok etgan pedagoglarning 79 nafari aniq fanlar bo'yicha va 81 nafari esa tabiiy fanlar mutaxassisligi bo'yicha yosh avlodga ta'lim berishadi. Ushbu natijalarning foiz ko'rsatkichlari quyidagi jadvalda keltiriladi.

4-jadval

Tadqiqotda ishtirok etgan pedagog xodimlarning mutaxassisligi haqidagi ma'lumot

Mutaxassisligi	Soni	Foizi
Aniq fanlar	79	49.4
Tabiiy fanlar	81	50.6

Tadqiqotimizda ishtirok etgan pedagog xodimlarning 79 nafari Toshkent shahri Olmazor tumani 15-maktabda va 81 nafari esa O'zbekiston milliy universitetida o'z faoliyatlarini olib borishadi. Ularning foiz ko'rsatkichlari quyidagi jadvalda aks etadi.

5-jadval

Tadqiqotda ishtirok etgan o'qituvchi xodimlarning ish joyi haqidagi ma'lumot

Ish joyi	Soni	Foizi
Maktab	79	49.4
Universitet	81	50.6

Kolmogorov-Smirnov mezoni asosida K.Rodjers va R. Daymond tomonidan ishlab chiqilgan "Ijtimoiy psixologik moslashish" metodikasi shkalalarini tahlil qilganimizda, o'zini qabul qilish shkalasida ($Z=1.094$ $p>0.05$), o'zini qabul qilolmaslik shkalasida ($Z=.902$ $p>0.05$), emotsional komfort shkalasida ($Z=1.128$ $p>0.05$), emotsional diskomfort shkalasida ($Z=.994$ $p>0.05$) va eskapizim (muammodan qochish) shkalasida ($Z=1.319$ $p>0.05$) ishonch darajasi mavjud emasligi aniqlandi, ammo o'zgalarni qabul qilish shkalasida ($Z=1.534$ $p<0.05$), o'zgalarni qabul qilmaslik shkalasida ($Z=1.578$ $p<0.05$), tashqi nazorat shkalasida ($Z=1.357$ $p<0.05$) va boshqarilish shkalasida ($Z=1.576$ $p<0.05$) 95% ishonch darajasi, dezadaptivlik shkalasida ($Z=1.623$ $p<0.01$), ichki nazorat shkalasida ($Z=1.634$ $p<0.01$) va boshqarish shkalasida ($Z=1.576$ $p<0.01$) 99 % ishonch darajasi va moslashuvchanlik shkalasida ($Z=4.452$ $p<0.001$) va yolg'on shkalasida ($Z=1.958$ $p<0.001$) 99.9% ishonch darajasi bo'lib, bu shkalalar normal taqsimlanish qonuniga mos kelmasligi aniqlandi.

6-jadval

K.Rodjers va R. Daymond tomonidan ishlab chiqilgan "Ijtimoiy psixologik moslashish" metodikasi shkalalarini normal taqsimlanishga mosligini tekshirish natijalari (Kolmogorov-Smirnov Z-mezoni n=160)

Shkala	Min	Maks	O'rt	Std.og'	Z	P
Moslashuvchanlik	30.00	1987.00	129.5063	214.92222	4.452	.000***
Dezadaptivlik	24.00	204.00	113.7750	42.06717	1.623	.010**
Yolg'on	12.00	54.00	31.0688	11.12543	1.958	.001***
O'zini qabul qilish	12.00	66.00	38.4438	12.07146	1.094	.182
O'zini qabul qilolmaslik	12.00	42.00	26.1813	8.05162	.902	.390
O'zgalarni qabul qilish	11.00	36.00	23.8563	6.35812	1.534	.018*
O'zgalarni qabul qilmaslik	8.00	42.00	20.4938	8.65844	1.578	.014*
Emotsional komfort	12.00	42.00	27.8250	7.88801	1.128	.157
Emotsional diskomfort	8.00	36.00	20.6750	7.22987	.994	.277
Ichki nazorat	20.00	84.00	48.1750	17.01666	1.634	.010**
Tashqi nazorat	16.00	48.00	29.1938	7.68933	1.357	.050*
Boshqarish	4.00	30.00	11.4688	4.92959	1.823	.003**
Boshqarilish	8.00	36.00	18.3875	7.96137	1.576	.014*
Eskapizim muammodan qochish	4.00	30.00	16.5750	7.11412	1.319	.062

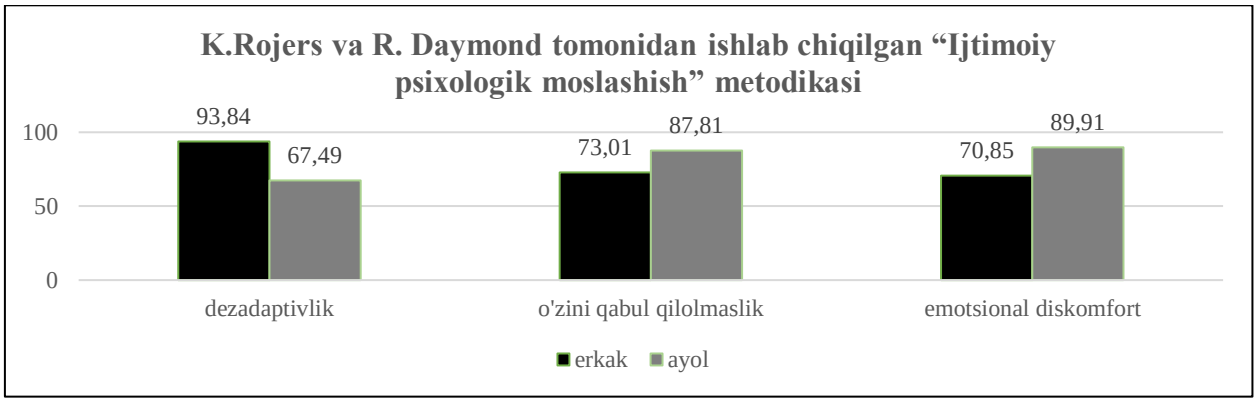
Izoh: $p<0.05$ – 95 %; $p<0.01$ – 99 %; $p<0.001$ – 99.9%

K.Rodjers va R. Daymond tomonidan ishlab chiqilgan "Ijtimoiy psixologik moslashish" metodikasi ko'rsatkichlarining jins bo'yicha tafovutlarini Man Uitni mezoni asosida tahlil qilganimizda, moslashuvchanlik shkalasida ($U=2895.50$ $p>0.05$), yolg'on shkalasida ($U=3065.0$ $p>0.05$), o'zini qabul qilish shkalasida ($U=3008.50$ $p>0.05$), o'zgalarni qabul qilish shkalasida ($U=3094.0$ $p>0.05$), o'zgalarni qabul qilmaslik shkalasida ($U=2702.0$ $p>0.05$), emotsional komfort shkalasida ($U=2703.50$ $p>0.05$), ichki nazorat shkalasida ($U=2902.50$ $p>0.05$), tashqi nazorat shkalasida ($U=2917.0$ $p>0.05$), boshqarish shkalasida ($U=2767.0$ $p>0.05$), boshqarilish shkalasida ($U=2661.50$ $p>0.05$), eskapizim (muammodan qochish) shkalasida ($U=3060.50$ $p>0.05$) sezilarli farqlar aniqlanmadi .

Dezadaptivlik shkalasida 99.9% ishonch darajasida tafovut namoyon bo'ldi ($U=2145.50$ $p<0.001$). Bundan ko'rinadiki, erkak pedagoglar ko'pincha kasbiy faoliyatga kirishish jarayonida ijtimoiy-psixologik stressga, rollararo nomuvofiqliklarga, va o'zini tasdiqlash (ko'rsatish) bosqichidagi bosimlarga ko'proq duch keladi. Shuning uchun ular dezadaptivlik shkalasida yuqoriroq ko'rsatkich qayd etgan. Ayol pedagoglar esa, ko'pincha muloqotga tayyor, moslashuvchan, emotsional jihatdan bardoshli bo'lishadi. Bu ularning dezadaptivlik darajasini nisbatan pasaytiradi.

O'zini qabul qilolmaslik shkalasida 95% ishonch darajasida farq topildi ($U=2607.50$ $p<0.05$). Natijalarga ko'ra ushbu ko'rsatkich ayollarda ancha yuqoriligi aniqlangan. Bu ayol pedagoglar orasida ichki tanqidchanlik, o'ziga nisbatan talabchanlik, va ba'zida o'zini past baholash holatlari ko'proq uchrashini ko'rsatmoqda. Bu holat ijtimoiy stereotiplar, jamiyatdagi ayollarga yuklanadigan ko'p funksiyalilik (ish, oila, tashqi ko'rinish va h.k.) bilan bog'liq. Erkaklar esa bu borada ko'proq ichki barqarorlik va o'ziga ishonch ko'rsatgan.

Emotsional diskomfort shkalasida 99% ishonch darajasida tafovut aniqlandi ($U=2437.0$ $p<0.01$). Natijalarga ko'ra, ayollarda emotsional diskomfort darajasi yuqoriroq. Ayol pedagoglar orasida emotsional tanglik, xavotir va ruhiy noqulaylik holatlari ko'proq kuzatilmoqda. Bunga ko'p omillar sabab bo'lishi mumkin, jumladan ko'p funksiyalilik (uy, ish, oila), emotsional ta'sirchanlik, o'ziga nisbatan yuqori talablar qo'yish va boshqalar. Erkak pedagoglar esa bu borada nisbatan barqaror, bunga sabab sifatida ular his-tuyg'ularini boshqarishda va ularni yashirishda ayollardan ko'ra ustunliklarini ko'rsatishimiz mumkin.



1-rasm. K.Rodjers va R. Daymond tomonidan ishlab chiqilgan "Ijtimoiy psixologik moslashish" metodikasi ko'rsatkichlarining jins bo'yicha tafovutlarini tekshirish natijalari (Mann Uitni U-mezoni n=160)

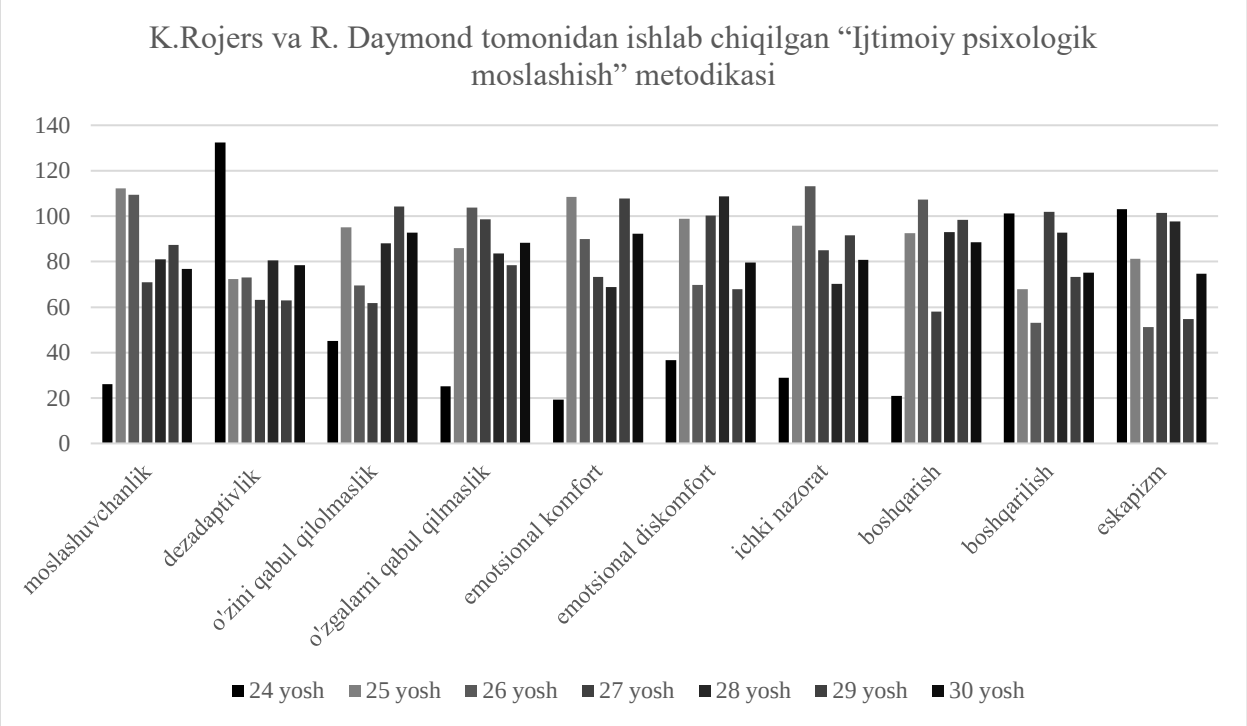
K.Rodjers va R. Daymond tomonidan ishlab chiqilgan "Ijtimoiy psixologik moslashish" metodikasi ko'rsatkichlarining sinaluvchilar ish joyi bo'yicha tafovutlarini Man Uitni mezoni asosida tahlil qilganimizda, moslashuvchanlik shkalasida ($U=2895.50$ $p>0.05$), yolg'on shkalasida ($U=3065.0$ $p>0.05$), o'zini qabul qilish shkalasida ($U=3008.50$ $p>0.05$), o'zgalarni qabul qilish shkalasida ($U=3094.0$ $p>0.05$), o'zgalarni qabul qilmaslik shkalasida ($U=2702.0$ $p>0.05$), emotsional komfort shkalasida ($U=2703.50$ $p>0.05$), ichki nazorat shkalasida ($U=2902.50$ $p>0.05$), tashqi nazorat shkalasida ($U=2917.0$ $p>0.05$), boshqarish shkalasida ($U=2767.0$ $p>0.05$), boshqarilish shkalasida ($U=2661.50$ $p>0.05$), eskapizim (muammodan qochish) shkalasida ($U=3060.50$ $p>0.05$) sezilarli farqlar aniqlanmadi.

Dezadaptivlik shkalasida 99.9 % ishonch darajasida farq namoyon bo'ldi ($U=2145.50$ $p<0.001$). Natijalarga ko'ra, maktab pedagoglarida dezadaptivlik darajasi universitet pedagoglarinikidan anchagina yuqori. Bu maktabda ishlovchi pedagoglarning kasbga moslashuvda ko'proq stress va noqulayliklarni boshdan kechirayotganini ko'rsatadi. Maktabda o'qitish jarayonida pedagoglar ko'proq tashqi to'qnashuvlar, o'quvchilar bilan ishlashdagi qiyinchiliklar va yuqori darajadagi talablar bilan yuzlashadi. Universitetda pedagoglar ko'proq mustaqil ish olib boradi va o'z mutaxassisliklariga asoslangan vazifalar bilan shug'ullanadi, bu dezadaptivlikning pasayishiga sabab bo'ladi.

O'zini qabul qilolmaslik shkalasida 95 % ishonch darajasida tafovut kuzatildi ($U=2607.50$ $p<0.05$). Bunga ko'ra, maktabda ishlovchilar ko'proq tashqi muhitdan, o'quvchilar bilan bevosita ishlashdan yoki ish yuklamasidan kelib chiqadigan psixologik bosimga uchrashadi. Bu ularning o'zini qabul qilish darajasini pastlatadi. Universitetda ishlovchi pedagoglar esa o'zlarining kasbiy roli va ish muhitiga nisbatan ko'proq o'zini qabul qilishga ega, chunki ular nisbatan ko'proq erkinlik va mustaqillik bilan ishlaydi.

Emotsional diskomfort shkalasida 99% ishonch darajasida farq kuzatildi ($U=2437.00$ $p<0.01$). Bunga ko'ra, maktabdagi pedagoglar ko'proq emotsional noqulaylikka uchrashadi. Bu, ehtimol, ularning o'quvchilar bilan bevosita ishlashlari, yuqori ish yuklamasi, sinfdagi xatti-harakatlarni boshqarish va pedagogik jarayondagi to'qnashuvlar bilan bog'liq. Bunday sharoitlarda pedagogla emotsional noqulaylik darajasini oshiradi. Universitetdagi pedagoglar esa o'z ish joylarida nisbatan pastroq emotsional noqulaylikni boshdan kechirishadi. Universitetda pedagoglar ko'proq mustaqil ishlashadi, o'quvchilar bilan ko'p muloqotda bo'lmasliklari, va ko'proq kasbiy erkinlikka ega bo'lishlari bilan izohlanadi.

Moslashuvchanlik shkalasida 99.9 % ishonch darajasida farq aniqlandi ($H=50.875$ $p<0.001$). Natijalarga ko'ra, 25–26 yoshdagi pedagoglar ijtimoiy-psixologik jihatdan eng yaxshi moslashgan guruh hisoblanadi. Ular faoliyatda o'z o'rnini topgan, ijtimoiy aloqalarda faol, o'zini erkin his qiladi. 24 yoshdagilar hali kasbiy moslashuv jarayonining boshlanish bosqichida bo'lib, qo'llab-quvvatlovga ehtiyoji katta. 27–30 yoshdagilar esa ko'proq barqarorlikka intiluvchi, biroq yangiliklarga ehtiyotkor yondashuvchi guruh sifatida ko'riladi.



3-rasm. K.Rodjersva R. Daymond tomonidan ishlab chiqilgan “Ijtimoiy psixologik moslashish” metodikasi shkalalarining sinaluvchilar yosh tafovutlarini tekshirish natijalari (Kruskal Uolis H-mezoni n=160)

Dezadaptivlik shkalasida 99.9 % ishonch darajasida tafovut namoyon bo’ldi (H=34.835 p<0.001). Bunga ko’ra, 24 yoshdagi yosh pedagoglarda dezadaptivlik darajasi eng yuqori bo’lib, bu ularning kasbiy faoliyatga endigina kirib kelgani, tajriba va moslashuv yetarli emasligidan darak beradi. 27–29 yoshdagilar esa eng qulay psixologik holatda bo’lib, ijtimoiy-psixologik moslashuvda barqarorlik namoyon etgan.

O’zini qabul qilolmaslik shkalasida 99.9 % ishonch darajasida farq topildi (H=27.972 p<0.001). O’zini qabul qilolmaslik darajasi 29 yoshdagi ishtirokchilarda eng yuqori bo’lib, bu yoshda shaxsiy va kasbiy jihatdan o’zini baholash kuchaygani, shuningdek, o’zidan kutgan talablar ortishi mumkinligini ko’rsatadi. Eng past ko’rsatkich esa 24 yoshdagilarda, ya’ni hali o’z-o’zini tanqid qilish darajasi kamroq, bu esa ularda hali shakllanmagan hayotiy pozitsiyalardan dalolat beradi.

O’zgalarni qabul qilish shkalasida 95 % ishonch darajasida tafovut kuzatildi (H=14.729 p<0.05). Ya’ni 26–27 yoshdagi ishtirokchilar boshqalarni qabul qilishda eng yuqori ko’rsatkichlarga ega, bu yoshda ijtimoiy munosabatlar barqarorlashadi. 24 yoshdagilarda esa bu ko’rsatkich eng past, bu esa tajribaning yetishmasligi, o’zini himoya qilish ehtiyoji kuchli ekanligidan dalolat beradi.

O’zgalarni qabul qilmaslik shkalasida 99.9% ishonch darajasida tafovut aniqlandi (H=41.243 p<0.001). Bundan ko’rinadiki, 26–27 yoshdagi ishtirokchilar o’zgalarni qabul qilmaslik darajasi bo’yicha eng yuqori ko’rsatkichga ega, bu yoshda shaxsiy chegaralarni mustahkamlash kuchayadi. 24 yoshdagilarda esa bu daraja eng past bo’lib, ular hali ijtimoiy munosabatlarga ko’proq ochiq va moslashuvchan bo’lishadi. Bu yoshga xos psixologik moslashuv bosqichining faol kechishi bilan izohlanadi.

Emotsional komfort shkalasida 99.9 % ishonch darajasida farq aniqlandi (H=59.277 p<0.001). Bunga ko’ra, 25 yosh ishtirokchilari emotsional qulaylikka eng yuqori darajada ega bo’lib, o’zini anglash va shaxsiy barqarorlikka erishishda eng yuqori ko’rsatkichni ko’rsatdi. 24 yoshdagilar esa faoliyatda emotsional jihatdan ko’proq qiyinchiliklarga duch kelishadi. 26-30 yoshlar orasida emotsional qulaylik darajasi barqarorlashgan va sezilarli o’zgarishlar yo’q.

Emotsional diskomfort shkalasida 99.9 % ishonch darajasida tafovut kuzatildi (H=38.747 p<0.001). Natijalarga ko’ra, 28 yosh ishtirokchilari emotsional noqulaylikni eng yuqori darajada his qilishadi, bu shaxsiy va ijtimoiy stressning ortishi bilan bog’liq. 24 yoshdagi shaxslar esa emotsional

noqulaylikni minimal darajada sezadilar, bu yoshda shaxsiy va ijtimoiy hayotga adaptatsiya jarayoni hali to'liq rivojlanmagan bo'ladi. 25-30 yoshlar orasida emotsional noqulaylik o'rtacha darajada o'zgarib turadi, va ba'zi yosh guruhlari yuqori darajada stressni boshdan kechirishadi.

Ichki nazorat shkalasida 99.9% ishonch darajasida tafovut namoyon bo'ldi (H=42.793 p<0.001). Ya'ni 26 yoshda ichki nazorat darajasi eng yuqori bo'ladi, bu yoshdagi shaxslar o'z hayotini va faoliyatini boshqarishda eng yuqori darajada mas'uliyatni his qilishadi. 24 yoshda esa ichki nazorat darajasi eng past bo'lib, bu yoshdagi shaxslar hali o'zgaruvchan muhitda yaxshi moslasha olmaydilar. 25-30 yoshlar orasida ichki nazorat o'rtacha darajada o'zgarib turadi, lekin yoshning o'tishi bilan barqarorlik va nazoratni his qilishning ortishini ham ko'rish mumkin.

Boshqarish shkalasida 99.9% ishonch darajasida farq aniqlandi (H=55.989 p<0.001). Boshqarish qobiliyati eng yuqori 26 yoshda bo'lib, bu yoshdagi shaxslar o'z hayotlarini va faoliyatlarini eng muvaffaqiyatli boshqarishadi. 24 yoshda esa boshqarish qobiliyati eng past bo'lib, bu yoshdagi shaxslar hali o'zgaruvchan muhitda moslashish va boshqarish jarayonida qiyinchiliklarga duch kelishadi. 27 yoshdagi shaxslar esa boshqarish qobiliyatida eng past natija ko'rsatib, ular o'zgarishlarga yoki yangi mas'uliyatlarga moslashishda ba'zan qiynalishadi.

Boshqarilish shkalasida 99% ishonch darajasida tafovut topildi (H=20.470 p<0.01). Boshqarilish shkalasida 27 yosh eng yuqori natijani ko'rsatadi, bu yoshdagi shaxslar boshqaruv va stressni boshqarish borasida yuqori ko'rsatkichlarga ega. 26 yosh esa boshqaruvda kamroq muvaffaqiyat ko'rsatadi, bu yoshdagi shaxslar muammolarni hal qilishda ko'proq qiyinchiliklarga duch kelishadi. 24 va 28 yoshlar o'rtasida boshqaruvni o'zlashtirishda farqlar kuzatiladi, bu yoshdagi shaxslar o'zgarishlarga turlicha javob berishadi.

Eskapizim (muammodan qochish) shkalasida 99.9% ishonch darajasida farq namoyon bo'ldi (H=28.228 p<0.01). Eskapizm (muammodan qochish) shkalasida 26 yosh eng past natijani ko'rsatadi, bu yoshdagi shaxslar muammolarni hal qilishda ko'proq realistik va samarali yondashuvlarni qo'llashadi. 24 yosh va 27 yoshdagi shaxslar esa muammolarni hal qilishda ko'proq qochish tendensiyasini namoyon qilishadi, bu yoshlar o'zgarishlar va stress bilan bog'liq vaziyatlarni boshqarishda ba'zan qiyinchiliklarga duch kelishadi.

Xulosa va tavsiyalar.

Hozirgi zamon ta'lim tizimida pedagog kadrlarga bo'lgan ehtiyoj ortib borayotgan bir vaqtda, ayniqsa yosh pedagoglarning kasbiy faoliyatga kirishish va bu jarayonda muvaffaqiyatli moslashish omillari psixologik nuqtai nazardan chuqur tahlil etishni talab qilmoqda. Chunki pedagogik kasb o'z tabiatiga ko'ra shaxsdan nafaqat bilim, balki yuqori darajadagi ijtimoiy mas'uliyat, emotsional barqarorlik, kommunikativ qobiliyatlar, reflektivlik, ichki barqarorlik va psixologik chidamlilikni ham talab qiladi. Mazkur tadqiqot yosh pedagoglarning kasbga moslashuvi va bu jarayonning ularning shaxsiy xususiyatlari bilan o'zaro aloqadorligini aniqlashga qaratilgan bo'lib, o'z dolzarbligi, ilmiy yangiligi va amaliy ahamiyati bilan ajralib turadi. Tadqiqotda yosh pedagoglarning ijtimoiy-psixologik moslashuvi, temperament tiplari, motivatsion yo'nalishlari, qadriyatlar tizimi va shaxsiy tipologik xususiyatlari o'zaro qanday bog'liqlikda kasbiy moslashuvga ta'sir etishi har tomonlama tahlil qilindi. Tadqiqotda 160 nafar yosh pedagog ishtirok etib, ularning yoshi (24-30 yosh), jinsi (erkak va ayol), ish tajribasi (1-3 yil), ish joyi (maktab yoki universitet) va kasbiy yo'nalishi (aniq fanlar yoki tabiiy fanlar) asosida guruhlarga ajratilib o'rganildi. Ushbu guruhlar kesimida olib borilgan statistik tahlillar orqali shaxs xususiyatlari bilan kasbga moslashuv darajalari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik va tafovutlar aniqlandi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, yosh pedagoglarda kasbga moslashuv jarayoni murakkab, ko'p omilli va shaxsga xos bo'lib, u bir vaqtning o'zida ichki (shaxsiy, emotsional, motivatsion, psixotipik) va tashqi (ijtimoiy, mehnat muhiti, kasbiy yuklama, me'yoriy talablar) omillar ta'sirida kechadi. K.Rodjers va R.Daymond tomonidan ishlab chiqilgan "Ijtimoiy-psixologik moslashuv" metodikasi bo'yicha aniqlangan natijalarda dezadaptivlik, emotsional diskomfort, o'zini qabul qilolmaslik va boshqariluvchanlik darajalari moslashuvdagi asosiy qiyinchiliklarni ifodalagan. Jumladan, maktabda ishlovchi yosh pedagoglar universitetdagi hamkasblariga nisbatan ancha yuqori dezadaptivlik darajasini ko'rsatgan, bu holat ularning faoliyatida ko'proq stress, tashqi nazorat, yuklama va hissiy bosim

mavjudligini anglatadi. Universitet pedagoglari esa nisbatan mustaqil, erkin faoliyat yuritish imkoniyatiga ega bo'lganliklari sababli ijtimoiy-psixologik moslashuvda kamroq qiyinchiliklarga duch kelgan.

Gender tafovutlari ham mazkur jarayonda sezilarli o'rinni egallaydi. Ayol pedagoglarda o'zini past baholash, emotsional sezuvchanlik va ichki tanqidchanlik holatlari yuqoriroq bo'lib, bu ularning kasbga moslashishida noqulayliklarni keltirib chiqaradi. Erkaklar esa dezadaptivlik darajasi yuqori bo'lib, ular uchun kasbiy o'zini namoyon etish, ijtimoiy rolni egallash va ijtimoiy maqomni shakllantirish bosqichlari ko'proq psixologik zo'riqishga olib keladi. Bu tafovutlar yosh pedagoglarning psixologik moslashuv mexanizmlari jinsi, shaxsiy ehtiyojlari va psixologik pozitsiyasi bilan bog'liq ekanini ko'rsatadi.

Tadqiqot yakunida aniqlanishicha, yosh pedagoglarning kasbga moslashuvida individual-psixologik xususiyatlarni e'tiborga olmasdan turib, ularni bir xil usulda qo'llab-quvvatlash, yo'naltirish yoki baholash natijasida ijobiy natijalarga erishish qiyin. Har bir yosh pedagog individual yondashuvni, shaxsiy imkoniyatlari va ehtiyojlariga mos psixologik ko'makni talab qiladi. Shunday ekan, mazkur tadqiqot natijalari asosida yosh pedagoglar bilan ishlashda shaxsga yo'naltirilgan, individual-differensial yondashuvlar asosida psixologik yordam, moslashtiruvchi treninglar, motivatsion dasturlar va qadriyatlar asosida mustahkamlovchi strategiyalarni ishlab chiqish zarurati isbotlandi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasi \ "O'zbekiston"- Toshkent 2023\ b-410
2. Ergash G'oziyev "Psixologiya metodologiyasi"\ O'quv qo'llanma\"Noshir" nashriyoti, 2013.B-259-260.
3. Egendorf A.N. Healing from the war: Trauma and transformation after Vietnam. Boston, 1985.
4. Л.М.Митина «Психология личностного и профессионалного развития человека в современном социокултурном пространстве» (Москва, Россия) 2015
5. Л.Г. Дикая,А.Л. Журавлев-ПСИХОЛОГИЯ АДАПТАЦИИ И СОЦИАЛЬНАЯ СРЕДА:современные подходы, проблемы, перспективы/М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007.ISBN 978-5-9270-0110-1//с-483
6. Мерзлякова Е.Л. Чему и как учить учителей. Тренинг эффективного педагогического общения. - СПб.: Речь, 2007

Fayzullayev Anvar Zayniddinovich
O'zbekiston Milliy universiteti Psixologiya kafedrasi stajyor-o'qituvchisi

SHAXSDA PSIXOLOGIK FAROVONLIKNING IJTIMOIY XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada shaxs psixologik farovonligining ijtimoiy xususiyatlari tahlil qilinadi. Psixologik farovonlik insonning subyektiv qoniqishi, emotsional muvozanati va ijtimoiy muhitdagi barqarorligi orqali aniqlanadi. Tadqiqotda ijtimoiy munosabatlar, qadriyatlar tizimi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va shaxslararo muloqotning ahamiyati yoritilgan. Ayniqsa, oilaviy muhit, do'stlik aloqalari va jamoaviy qadriyatlarning shaxsning umumiy ruhiy holatiga ijobiy yoki salbiy ta'siri ko'rsatib berilgan. Psixologik farovonlik nafaqat individual tajriba, balki jamiyatdagi ijtimoiy barqarorlik va integratsiya darajasiga ham bog'liqdir. Shu bois maqolada shaxsning psixologik holatini qo'llab-quvvatlashda ijtimoiy resurslarning o'rni va ahamiyati ta'kidlangan.*

Kalit so'zlar: *psixologik farovonlik, shaxs, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, emotsional barqarorlik, qadriyatlar, ijtimoiy munosabatlar, kommunikatsiya, oila, jamiyat, integratsiya.*

СОЦИАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. *В статье рассматриваются социальные особенности психологического благополучия личности. Психологическое благополучие определяется субъективным удовлетворением, эмоциональной устойчивостью и стабильностью в социальном окружении. В исследовании подчеркивается значимость социальных отношений, системы ценностей, социальной поддержки и межличностного общения. Особое внимание уделено влиянию семейной среды, дружеских связей и коллективных ценностей на общее психологическое состояние личности. Психологическое благополучие выступает не только как индивидуальный опыт, но и как показатель социальной интеграции и устойчивости общества. Таким образом, подчеркивается важная роль социальных ресурсов в поддержании и укреплении психологического здоровья личности.*

Ключевые слова: *психологическое благополучие, личность, социальная поддержка, эмоциональная устойчивость, ценности, социальные отношения, коммуникация, семья, общество, интеграция.*

SOCIAL CHARACTERISTICS OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF THE PERSON

Abstract. *This article explores the social aspects of individual psychological well-being. Psychological well-being is defined through subjective satisfaction, emotional stability, and consistency within the social environment. The study highlights the importance of social relationships, value systems, social support, and interpersonal communication. Special emphasis is placed on the role of family environment, friendships, and collective values, which may exert both positive and negative effects on an individual's overall mental state. Psychological well-being is considered not only as a personal experience but also as a reflection of social stability and integration within society. Therefore, the article emphasizes the significance of social resources in sustaining and strengthening psychological health.*

Keywords: *psychological well-being, individual, social support, emotional stability, values, social relations, communication, family, society, integration.*

Kirish. Bugungi globallashuv va axborotlashuv jarayonida insonning ruhiy holati, ichki qoniqishi va ijtimoiy barqarorligi tobora muhim ahamiyat kasb etmoqda. Psixologik farovonlik tushunchasi shaxsning hayotdan mamnunligi, o'z imkoniyatlarini amalga oshirish darajasi hamda ijtimoiy muhitda o'zini xavfsiz va qadrli his etishi bilan belgilanadi. Bu hodisa nafaqat individual

psixologik tajribaga, balki jamiyatdagi ijtimoiy barqarorlik, munosabatlar sifati va qadriyatlar tizimiga ham bevosita bog'liqdir.

Shaxsning psixologik farovonligi turli ijtimoiy omillar ta'sirida shakllanadi: oilaviy muhit, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, do'stlik va hamkorlik aloqalari, jamoadagi ishonch va qadriyatlar tizimi shular jumlasidandir[1]. Ijtimoiy jihatdan qo'llab-quvvatlangan shaxs o'zini ko'proq qadrlaydi, qiyinchiliklarga bardoshli bo'ladi va ijtimoiy integratsiyaga faol hissa qo'shadi[2]. Aksincha, ijtimoiy izolyatsiya, qadriyatlar inqirozi yoki muloqotdagi uzilishlar psixologik farovonlikning pasayishiga olib kelishi mumkin. Shu bois, ushbu maqolada shaxsda psixologik farovonlikning ijtimoiy xususiyatlarini o'rganish, ularning mazmuni, mexanizmlari va ta'sir omillarini tahlil qilish maqsad qilib olinadi. Tadqiqot natijalari shaxsiy rivojlanish, oilaviy tarbiya, ijtimoiy institutlar va psixologik amaliyot uchun nazariy hamda amaliy asos bo'lib xizmat qiladi. So'nggi yillarda psixologik farovonlik masalasi nafaqat psixologiya fanida, balki pedagogika, sotsiologiya, tibbiyot va hatto iqtisodiyot sohalarida ham dolzarb tadqiqot yo'nalishiga aylanmoqda. Chunki insonning ruhiy salomatligi va ichki qoniqishi bevosita uning mehnat unumdorligi, ijtimoiy faolligi, o'quv jarayonidagi muvaffaqiyatlari hamda shaxslararo munosabatlaridagi uyg'unlikka ta'sir ko'rsatadi.

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ham farovonlikni faqat kasallikning yo'qligi emas, balki to'liq jismoniy, ruhiy va ijtimoiy salomatlik holati sifatida talqin etadi. Bu esa psixologik farovonlikni yanada kengroq, kompleks yondashuv asosida o'rganishni taqozo etadi. Ayniqsa, jamiyatdagi ijtimoiy tengsizlik, iqtisodiy qiyinchiliklar, axborot oqimining kuchayishi va shaxslararo munosabatlarning murakkablashuvi inson ruhiy holatiga bevosita ta'sir etmoqda.

Shuningdek, zamonaviy psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, psixologik farovonlikning asosiy manbalari – bu ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, muloqot sifati, qadriyatlarning uyg'unligi va insonning o'z hayotiga bo'lgan nazorati. Ayniqsa, yoshlar orasida psixologik farovonlik darajasining pastligi turli muammolarga – stress, xavotir, ijtimoiy chekinish va o'zini qadrsiz his qilishga olib kelmoqda. Shu bois ushbu mavzu zamonaviy sharoitda nazariy va amaliy jihatdan alohida ahamiyat kasb etadi. Ushbu tadqiqotning dolzarbligi shundan iboratki, shaxsda psixologik farovonlikni ta'minlovchi ijtimoiy omillarni aniqlash va ularni tahlil qilish orqali amaliy tavsiyalar ishlab chiqish mumkin. Natijada bu nafaqat alohida individning, balki jamiyatning umumiy ijtimoiy-ruhiy salomatligini mustahkamlashga xizmat qiladi. Psixologik farovonlik masalasi ilmiy adabiyotlarda turlicha talqin qilinadi. Ayrim tadqiqotchilar uni shaxsning hayotdan umumiy mamnunligi va baxt hissi sifatida belgilasalar, boshqalar uni emotsional barqarorlik, ijtimoiy moslashuv va o'z-o'zini rivojlantirish imkoniyatlari bilan bog'lashadi. Demak, psixologik farovonlik – bu ko'p qirrali, dinamik tushuncha bo'lib, unda individual, ijtimoiy va madaniy omillar o'zaro uzviy bog'liqdir.

Shaxsning farovonligi, bir tomondan, uning ichki psixologik resurslariga, ya'ni irodasi, qadriyatlari, motivatsiyasi va hayotiy maqsadlariga tayanadi. Ikkinchi tomondan esa, u ijtimoiy munosabatlarning sifati, jamiyat tomonidan taqdim etiladigan qo'llab-quvvatlash, ta'lim va madaniy muhit darajasi bilan belgilanadi. Shuning uchun ham shaxsning psixologik farovonligini o'rganishda nafaqat individual psixologik xususiyatlar, balki kengroq ijtimoiy kontekstni hisobga olish zarurdir. Bugungi kunda psixologik farovonlikni o'rganish faqat nazariy masala emas, balki amaliy ahamiyatga ham ega. Masalan, ta'lim tizimida o'quvchilarning psixologik farovonligini qo'llab-quvvatlash ularning bilim olish samaradorligini oshiradi. Ish joylarida xodimlarning ruhiy farovonligini ta'minlash esa mehnat unumdorligi va ijtimoiy hamkorlikni kuchaytiradi. Oilaviy munosabatlarda esa psixologik farovonlik ijobiy tarbiya va barqaror muhitni shakllantiradi. Shu nuqtai nazardan, ushbu maqolada shaxsda psixologik farovonlikning ijtimoiy xususiyatlari nazariy jihatdan tahlil qilinib, ularning shaxs rivojlanishi, ijtimoiy integratsiya va jamiyat taraqqiyotidagi o'rni yoritiladi.

[1] Huppert, F. A. (2009). *Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences.* Applied Psychology: Health and Well-Being, 1(2), 137–164.

[2] Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). *Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains.* Canadian Psychology, 49(1), 14–23.

Ushbu tadqiqot shaxsda psixologik farovonlikning ijtimoiy xususiyatlarini aniqlash va ularning amaliy ifodalarini tahlil qilishga qaratilgan. Shu maqsadda bir nechta psixologik-pedagogik metodlardan foydalanildi:

1. Nazariy tahlil metodi. Psixologik farovonlik va uning ijtimoiy jihatlari bo'yicha xorijiy va mahalliy ilmiy adabiyotlar, maqolalar, dissertatsiyalar hamda xalqaro tashkilotlarning tavsiyalari o'rganildi. Bu orqali mavzuning ilmiy asoslari va zamonaviy yondashuvlari tahlil qilindi.

2. So'rovnoma metodi. Tadqiqotda maxsus ishlab chiqilgan so'rovnomalar yordamida respondentlarning psixologik farovonlik darajasi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash manbalari, qadriyatlarga munosabati va ijtimoiy integratsiya darajasi o'lchandi.

3. Psixodiagnostik metodlar. Shaxsning farovonlik darajasini aniqlashda quyidagi sinovlardan foydalanildi:

- Riffning "Psixologik farovonlik shkalasi";
- Dienerning "Hayotdan qoniqish shkalasi";
- Shaxsning ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasini aniqlash testlari;
- Emotsional barqarorlik va stressga chidamlilik metodikalari.

4. Suhbat metodi. Respondentlarning individual tajribasi, ijtimoiy munosabatlarga bo'lgan qarashlari va farovonlik haqidagi shaxsiy tushunchalari chuqur suhbatlar orqali o'rganildi.

5. Statistik tahlil metodlari. Tadqiqotchi psixolog S.D.Riffning olingan natijalari asosida biz statistik hamda empirik ma'lumotlarni ko'rishimiz mumkin. Metodlarning bunday kompleks qo'llanilishi tadqiqot natijalarining ilmiy asoslanganligi va amaliy ahamiyatini ta'minlash imkonini berdi. Ushbu tadqiqot doirasida yig'ilgan empirik ma'lumotlar shaxsda psixologik farovonlikning ijtimoiy x ususiyatlarini chuqur tahlil qilish imkonini berdi. Respondentlar orasida 100 nafar ishtirokchi (talabalar, o'qituvchilar va turli kasb egalari) jalb qilindi. Ularning yoshi 18 dan 45 gacha bo'lib, jinsiy, ijtimoiy va kasbiy xilma-xillikni ta'minlashga e'tibor qaratildi.

1. Psixologik farovonlik darajasi. So'rovnoma natijalariga ko'ra, respondentlarning 62 foizi o'zini "o'rtacha farovon" deb baholadi, 23 foizi yuqori farovonlik darajasiga ega ekanini ko'rsatdi, 15 foizi esa past darajadagi psixologik farovonlikni namoyon etdi. Bu ko'rsatkich shuni anglatadiki, aksariyat shaxslar ijtimoiy muhitda o'zini qoniqarli his qilsa-da, barqaror ruhiy salomatlik uchun qo'shimcha qo'llab-quvvatlash zarur.

2. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash omillari. Tahlil natijalariga ko'ra, shaxsning psixologik farovonligida eng muhim omil sifatida oila (74%), do'stlar va yaqinlar (68%), hamda jamoadagi ijobiy munosabatlar (55%) ko'rsatildi. Ayniqsa, oila a'zolarining emotsional qo'llab-quvvatlashi shaxsning ruhiy barqarorligiga eng katta hissa qo'shishi aniqlangan.

3. Qadriyatlar va munosabatlar. Respondentlar orasida eng yuqori qadrlangan jihatlar - sog'liq (81%), oila baxti (76%), barqaror ijtimoiy munosabatlar (69%) bo'ldi. Shaxsning farovonligi qadriyatlar tizimining jamiyatdagi umumiy tendensiyalar bilan uyg'unligiga bog'liqligi kuzatildi.

4. Psixodiagnostik natijalar.

- Riff shkalasi bo'yicha o'rtacha ball – 4,8 (7 ballik shkalada).
- Diener shkalasi bo'yicha hayotdan qoniqish darajasi – 5,1 (7 ballik shkalada).
- Stressga chidamlilik testida respondentlarning 58 foizi yuqori, 42 foizi o'rtacha ko'rsatkich qayd etdi.[1]

Olingan empirik natijalar shaxsning psixologik farovonligi, avvalo, uning ijtimoiy aloqalari va ijtimoiy muhitdagi barqarorligi bilan uzviy bog'liqligini ko'rsatdi. Psixologik farovonlikning yuqori darajasi ko'proq ijobiy munosabatlarga ega bo'lgan, oila va do'stlar tomonidan qo'llab-quvvatlangan shaxslarda kuzatildi. Past darajadagi psixologik farovonlik esa ko'pincha ijtimoiy izolyatsiya, muloqot yetishmasligi, qadriyatlardagi nomuvofiqlik va emotsional qo'llab-quvvatlashning sustligi bilan izohlanadi. So'rovnoma va psixodiagnostik testlar natijalari shuni ko'rsatdiki, respondentlarning katta qismi hayotidan o'rtacha darajada qoniqqan. Biroq hayotdan yuqori darajada mamnun bo'lganlar ko'proq oilaviy barqarorlikka, keng do'stlik aloqalariga va jamoadagi ijobiy

[1] Ryff, C. D. remastered (2009). *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being*. Journal of Personality and Social Psychology, 57(6), 1069–1081.

iqlimga ega bo'lgan shaxslar ekanligi aniqlandi. Demak, shaxsning subyektiv farovonligi ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi va sifatiga bevosita bog'liqdir.

Qadriyatlar tahlili ham muhim natijalarni ko'rsatdi. Eng ko'p qadrlangan jihatlar sog'liq, oila farovonligi, ijtimoiy barqarorlik va do'stlik munosabatlari bo'ldi. Bu shuni anglatadiki, psixologik farovonlik nafaqat individual his-tuyg'ularga, balki jamiyatdagi umumiy qadriyatlar tizimiga ham asoslanadi. Agar shaxs o'z qadriyatlarini jamiyatdagi ustuvor qadriyatlar bilan uyg'unlashtira olsa, u o'zini ijtimoiy jihatdan muhim va qadrlangan deb his qiladi. Aks holda, qadriyatlardagi tafovutlar ichki ziddiyat, xavotir va stress darajasining oshishiga olib kelishi mumkin. Natijalardan yana bir muhim jihat shuki, stressga chidamlilik darajasi yuqori bo'lgan shaxslar psixologik farovonlik darajasida ham yuqori ko'rsatkichlarga ega bo'lishdi. Bu esa, shaxsning ichki psixologik resurslari va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash manbalari bir-birini to'ldiruvchi omillar ekanligini ko'rsatadi. Agar inson ijtimoiy jihatdan qo'llab-quvvatlansa, u stressni yengish uchun ko'proq resurslarga ega bo'ladi. Shu bilan birga, stressga chidamli shaxs ijtimoiy aloqalardan samaraliroq foydalanadi. Mulohozalar shuni ko'rsatadiki, psixologik farovonlik faqat individual ruhiy holat emas, balki keng ijtimoiy jarayonlarning mahsulidir. Jamiyatdagi ijtimoiy barqarorlik, oila va ta'lim muassasalari ta'siri, mehnat jamoasidagi iqlim, madaniy qadriyatlar va an'analar – bularning barchasi shaxs farovonligiga bevosita ta'sir etadi. Shu bois, psixologik farovonlikni oshirish uchun individual psixologik treninglar bilan bir qatorda, ijtimoiy muhitni ham qo'llab-quvvatlash zarur.

Xususan, yoshlar orasida psixologik farovonlikning pasayishi ko'pincha ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning sustligi va qadriyatlardagi chalkashliklar bilan izohlanadi. Bu esa, ta'lim muassasalari va ijtimoiy institutlar zimmasiga alohida mas'uliyat yuklaydi. Shuningdek, oilaviy tarbiya jarayonida emotsional yaqinlik va qo'llab-quvvatlashni kuchaytirish shaxsning farovonlik darajasini oshirishda asosiy omil bo'lib xizmat qiladi.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, psixologik farovonlikning ijtimoiy xususiyatlari uch asosiy yo'nalishda namoyon bo'ladi:

1. Oila va yaqinlar bilan munosabatlar – farovonlikning asosiy manbai sifatida;
2. Qadriyatlar tizimi va ijtimoiy uyg'unlik – shaxsning jamiyatdagi o'rnini belgilovchi omil sifatida;
3. Stressga chidamlilik va ichki resurslar – shaxsning ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni qanchalik samarali qo'llay olishini ko'rsatuvchi faktor sifatida.

Shu asosda aytish mumkinki, psixologik farovonlik – bu nafaqat insonning individual his-tuyg'ulari va subyektiv qoniqishi, balki ijtimoiy muhitning sifati va barqarorligi bilan belgilanadigan kompleks hodisadir.

Xulosa.

Yuqoridagi nazariy tahlillar va empirik tadqiqotlar natijalari asosida shuni ta'kidlash mumkinki, psixologik farovonlik shaxs hayotining eng muhim ko'rsatkichlaridan biri sifatida nafaqat individual ruhiy jarayonlarga, balki kengroq ijtimoiy kontekstga ham bevosita bog'liqdir. Shaxs o'zini baxtli, qoniqarli va barqaror his qilishi uchun uning ichki psixologik resurslari bilan bir qatorda ijtimoiy muhitning qo'llab-quvvatlashi ham zarur. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, shaxs psixologik farovonligining asosiy omillari oilaviy yaqinlik, do'stlik munosabatlari, jamoadagi ijobiy iqlim va qadriyatlar tizimining uyg'unligidir. Psixologik farovonlik yuqori bo'lgan shaxslar hayotiy qiyinchiliklarni bardoshliroq qabul qiladi, stress va xavotirlarga tezroq moslashadi, o'z imkoniyatlarini to'liqroq ro'yobga chiqaradi. Bu esa o'z navbatida ta'lim, mehnat, oilaviy munosabatlar va jamiyatdagi umumiy barqarorlikka ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shaxsning psixologik farovonligi past bo'lsa, u ko'proq izolyatsiya, o'zini qadrsiz his etish, depressiv holat va xavotir bilan yuzma-yuz keladi, bu esa nafaqat uning shaxsiy hayotiga, balki ijtimoiy muhitga ham salbiy oqibatlar keltiradi. Mazkur tadqiqotdan olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, psixologik farovonlikni ta'minlashda ikki asosiy yondashuv muhimdir:

- **Individual yondashuv** – shaxsning ichki resurslarini mustahkamlash, irodaviy sifatlarini rivojlantirish, stressga chidamlilikni oshirish, hayotiy maqsadlarni aniq belgilash.

• **Ijtimoiy yondashuv** – oilaviy va jamoviy qo'llab-quvvatlashni kuchaytirish, ijobiy kommunikatsiya va hamkorlik muhitini yaratish, qadriyatlar uyg'unligini ta'minlash, jamiyatda ruhiy salomatlikni qo'llab-quvvatlovchi institutlarni rivojlantirish.

Xulosa o'rnida aytish mumkinki, psixologik farovonlik shaxsning subyektiv baxt hissi bilan cheklanmaydi, balki uning ijtimoiy hayotdagi faol ishtiroki, integratsiyasi va jamiyatdagi o'ziga xos o'rnini ham belgilab beradi. Shu sababli, uni faqat psixologik kategoriya sifatida emas, balki ijtimoiy-psixologik fenomen sifatida ham tadqiq etish zarur. Bu yondashuv, bir tomondan, shaxsiy rivojlanishni ta'minlasa, ikkinchi tomondan jamiyatning umumiy ijtimoiy-ruhiy salomatligini mustahkamlashga xizmat qiladi. Shuningdek, tadqiqot natijalaridan kelib chiqib quyidagi amaliy tavsiyalarni ilgari surish mumkin:

1. Oilalarda emotsional qo'llab-quvvatlash va ijobiy muloqotni kuchaytirish.
2. Ta'lim muassasalarida talabalar psixologik farovonligini oshirishga qaratilgan psixoprofilaktik dasturlar ishlab chiqish.
3. Ish joylarida xodimlarning psixologik salomatligini qo'llab-quvvatlashga yo'naltirilgan trening va psixologik xizmatlarni kengaytirish.
4. Jamiyatda qadriyatlar uyg'unligini ta'minlash, ijtimoiy barqarorlikni oshirish va madaniy merosni saqlash orqali shaxsning psixologik farovonligini kuchaytirish.

Umuman olganda, shaxsda psixologik farovonlikning ijtimoiy xususiyatlarini o'rganish zamonaviy psixologiya, pedagogika va sotsiologiya fanlari uchun nafaqat ilmiy, balki amaliy jihatdan ham muhimdir. Ushbu natijalar kelgusida psixologik xizmatlar, ijtimoiy siyosat va ta'lim-tarbiya tizimida samarali strategiyalar ishlab chiqishga asos bo'lib xizmat qilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Ryff, C. D. (1989). *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being.* Journal of Personality and Social Psychology, 57(6), 1069–1081.
2. Diener, E. (2000). *Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index.* American Psychologist, 55(1), 34–43.
3. Keyes, C. L. M. (2005). *Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health.* Journal of Consulting and Clinical Psychology, 73(3), 539–548.
4. Huppert, F. A. (2009). *Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences.* Applied Psychology: Health and Well-Being, 1(2), 137–164.
5. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). *Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains.* Canadian Psychology, 49(1), 14–23.
6. Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being.* New York: Free Press.
7. World Health Organization (2001). *The World Health Report 2001: Mental health – new understanding, new hope.* Geneva: WHO.
8. Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). *The structure of psychological well-being revisited.* Journal of Personality and Social Psychology, 69(4), 719–727.
9. Ryff, C. D. remastered (2009). *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being.* Journal of Personality and Social Psychology, 57(6), 1069–1081.

Fayzullayeva Farida Yusufjon qizi
Mirzo Ulug'bek nomli O'zbekiston Milliy Universiteti
Psixologiya kafedrasi tayanch doktoranti
htpps://orcid.org/0009-0003-1671-151X

O'SMIRLARDA XARAKTER AKSENTUATSIYASINING NAMOYON BO'LISHI VA UNING O'ZIGA XOSLIGI

Annotatsiya. *Maqolada xarakter aksentuatsiyasining o'rganilishi, paydo bo'ish sabablari haqida ma'lumotlar bayon etiladi. O'smirlarda xarakter aksentuatsiyasining namoyon bo'lish shaklllari yoritib beriladi. Xarakter aksentuatsiyasi qanday holatlarda namoyon bo'lishi va uning o'smirlar organizmida qanday o'zgarishlar bilan kechishi borasida fikr-milohazalar bayon etiladi. Xarakter aksentuatsiyasi natijasida paydo bo'ladigan salbiy xarakter xususiyatlari bilan ishlash, ularni bartaraf etish borasida tavsiyalar bayon etiladi. O'smirlik davrida xarakter xususiyatlarida og'ish mavjud o'quvchi yoshlar bilan ishlash borasida tavsiyalar berib boriladi. Ta'lim jarayonlarida xulqida og'ish mavjud bolalar bilan ishlash bir qancha qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi. O'smir o'quvchi yoshlar bilan ishlashda pedagog xodimlarning xulqiy og'ishga ega o'quvchilar bilan korreksion ishlar amalga oshirish uchun bir qancha samarador usullar va ilmiy yondashuvlar quyidagi maqolada o'z ifodasini topgan. Ushbu maqola o'smir farzand tarbiyasidagi ota-onalar, o'smir o'quvchi yoshlar bilan ishlovchi pedagog xodimlar uchun ijobiy ahamiyatga ega. Maqoladan pedagog xodimlar, ta'lim muassasasi psixolog xodimlari hamda o'smir farzand tarbiyasi bilan mashg'ul ota-onalar ta'lim-tarbiya jarayonlarini to'g'ri tashkil etishda borasida foydalanishlari maqsadga muvofiq.*

Kalit so'zlar: *o'smir, o'smirlik davri, xarakter, xarakter aksentuatsiyasi, deviant xulq, xarakter xususiyatlari.*

ПРОЯВЛЕНИЕ АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА У ПОДРОСТКОВ И ЕЕ УНИКАЛЬНОСТЬ

Аннотация. *В статье представлена информация об изучении акцентуации характера, ее причинах и формах проявления акцентуации характера у подростков. Обсуждаются условия, при которых проявляется акцентуация характера, и изменения, происходящие в организме подростка. Также в статье представлены размышления о негативных чертах характера, возникающих в результате акцентуации, и даны рекомендации по работе с ними и их преодолению. Включены рекомендации по работе с учащимися, у которых наблюдаются отклонения в характере в подростковом возрасте. Работа с детьми, имеющими поведенческие отклонения в образовательных процессах, представляет собой ряд сложностей. В статье описаны эффективные методы и научные подходы для педагогов, позволяющие осуществлять коррекционную работу с учащимися, проявляющими поведенческие отклонения. Эта статья имеет значительное значение для родителей, занимающихся воспитанием подростков, и для педагогов, работающих с подростковыми учащимися. Рекомендуется педагогам, психологам образовательных учреждений и родителям, занимающимся воспитанием подростков, использовать выводы из этой статьи для правильной организации образовательного процесса.*

Ключевые слова*:подросток период подросткового характер акцентуация характера девиантное поведение черты характера.*

THE MANIFESTATION OF CHARACTER ACCENTUATION IN ADOLESCENTS AND ITS UNIQUENESS

Annotation. *The article presents information about the study of character accentuation, its causes, and the forms of manifestation of character accentuation in adolescents. It discusses the conditions under which character accentuation manifests and the changes it undergoes in the adolescent organism. The article also offers reflections on the negative character traits that arise as a result of character accentuation and provides recommendations for addressing and overcoming these traits. Recommendations for working with students who exhibit deviations in character traits during adolescence are also included. Working with children who have behavioral deviations in educational processes presents several challenges. The article outlines effective methods and scientific approaches for educators to implement corrective actions with students exhibiting behavioral deviations. This article is of significant importance for parents involved in raising adolescents and for educators working with adolescent students. It is advisable for educators, psychologists in educational institutions, and parents engaged in the upbringing of adolescent children to utilize the insights from this article to properly organize the educational process.*

Key words: *adolescent, adolescence, character, character accentuation, deviant behavior, character traits*

Kirish. Inson hayoti davomida bir yosh davridan boshqa bir yosh davriga o'tib, bir necha yosh davrlarini sekin-astalik bilan bosib o'tadi. Har bir yosh davri o'ziga xos bo'lib, inson hayoti davomida yoshga xos bo'lgan bilil,ko'nikma va malakalarni o'zlashtirib boradilar. Shu sabab har bir yosh davri inson hayoti davomida o'z o'rni hamda ahamiyatiga ega. Yosh davrlari orasida o'smirlik davri o'zining shiddatli va tez ko'chishi, o'smirning anotomik tuzilishida sezilarli o'zgarishlar hamda o'smir ruhiy olamida, psixologik holatida, fiziologiyasida sezilarli o'zgarishlar yaqqol ko'zga tashlanadigan davr hisoblanadi. O'smirlik davri 11-12 yoshdan 15-16 yoshgacha bo'lgan ayrim adabiyotlarda 18 yoshgacha bo'lgan davrlarni o'z ichiga oladi. O'smirlik davrida organizm shiddat bilan rivojlana boshlaydi. Organizmda ichki sekretsiya bezlari faoliyati kuchayadi. Buning natijasida o'smir tashqi ko'rinishida sezilarli o'zgarishlar yuz beradi. Bu o'zgarishlar o'smir ruhiyatiga ham ta'sir qilmay qolmaydi. Ko'pincha o'smirlar injiq, qaysar, gapga kirmas bo'lib qolishadi. Ko'p hollarda ota-onalar farzandlaridagi bu holatni xarakter aksentuatsiyasi natijasida kelib chiqishi haqida yetarlicha ma'lumotlarga ega bo'lmaydilar va bolalardagi bu holatlarni shunchaki bolalarcha erkalik va qaysarliklar sifatida qabul qiladilar va farzandlar bilan munosabatlarda bir qancha qiyinchiliklarga duch keladilar. Xarakter aksentuatsiyasi dastlab K.Leongard tomonidan taklif qilingan aksentuatsiyalarining birinchi ilmiy tasnifi xarakter aksentuatsiyasi ham xarakter tipologiyasi edi. A.E.Lichko ham o'smir yoshdagi yigitlarni deviant xulq-atvorini kuzatish natijalari asosida xarakter aksentuatsiyasiga doir konsepsiyasini yaratadi. Yana bir mashhur sovet psixiatri P.B.Gannushkinning xarakter aksentuatsiyasi doirasida amalga oshirgan ishlari ham diqqatga sazovor. Lichko kontsepsiyasini yaratishda ham aynan Gannushkinning fikr-mulohazalariga tayanadi.

Metodlar. Tadqiqot mazmunini ochib berish maqsadida xarakter aksentuatsiyasini aniqlashga qaratilgan metodikalardan bir nechtasi tanlab olindi. Tadqiqot ishida o'smirlardagi xarakter aksentuatsiyasi va uning namoyon bo'lish darajasini aniqlash maqsadida Shmishek tomonidan taklif etilgan "O'smirlarda xarakter aksentuatsiyasini aniqlash" test-so'rovnomasi qo'llanildi. Test-so'rovnoma asosini K.Leongardning aksentuallashgan shaxs konsepsiyasi tashkil etadi. K.Leongard fikricha, aksentuatsiya – bu har bir insonga xos bo'lgan ba'zi bir individual xususiyatlarning "kuchayib ketishi" bo'lib, temperament va xarakter xususiyatlarining aksentuatsiyasini farqlash mumkin.

Test-so'rovnoma 10 ta shkaladan tuzilgan 88 ta savoldan iborat bo'lib, sinaluvchidan ushbu savollarga bo'lgan munosabatlarini "ha" yoki "yo'q" tarzida ifodalash talab etiladi. Ushbu metodika bo'yicha sinaluvchida quyidagi aksentuatsiya tiplarini aniqlash mumkin:

- gipertim;
- xavotirlanuvchi;
- distim;
- rasmiy;
- qo'zg'aluvchan;

- emotiv;
- rigid;
- namoyishkor;
- sikloid;
- ekzaltir.

Natijalar.mulohaza. Aksentuatsiyalashgan xususiyatlarning o'zaro bog'liqlikda kelishi K.Leongard nazariyasigi asoslangan holda maxsus tahlil qilinadi. K.Leongardning aksentuatsiya tiplari insonlarning tevarak-atrofdagilar bilan qanday muloqot qilishlarini aniqlashga xizmat qiladi va o'zgacha mustaqil xarakter tiplarini taklif etadi. Har bir savolga javoblar belgilab bo'lingach, har bir shkalaga tegishli bo'lgan savollarning birlamchi ballari alohida - alohida hisoblab chiqiladi. Ushbu savol nechanchi shkalaga tegishli ekanligi ko'rsatilgan "-"belgisi qo'yilgan raqamlar "yo'q" javobga to'g'ri kelsa, 1ball bilan belgilanadi. Shkala bo'yicha hosil bo'lgan birlamchi ballar koef-fitsentga ko'paytiriladi. Agar ballar yig'indisi 12 balldan oshsa, xarakter aksentuatsiyasining namoyon bo'lishi ko'rinadi.Tadqiqot uchun 40 nafar o'smir yoshdagi o'quvchilar tanlab olindi. Tadqiqot natijasida olingan ma'lumotlarga ko'ra eng namoyon bo'ladigan tiplar – gipertim, sikloid tiplar bo'lib, ular harakatchanlik, muloqotchanlik, ko'pgaplik, haddan ortiq mustaqillik (o'zboshimchalik), to'polonchilikka moyillik bilan xarakterlanadilar (62% va 50%). Emotiv (37.5%) va qo'zg'aluvchan(37.5%) tiplar yuqori darajadagi empatiyaga egaligi hamda o'z xulq-atvorini boshqarishdagi qiyinchiliklar bilan xarakterlanadi.

1-jadval

O`smirlarda xarakter aksentuatsiyasi darajasini jins tafovutlari tahlili (student mezoni asosida)

	jinsi	**N**	**Standart og'ish**	**t**	**Ishonch darajasi p**
Gipertim tip	O`g`il bola	23	1,01980	-2,157	,063
	Qiz bola	17			
Rasmiy tip	O`g`il bola	23	1,37113	-1,459	,183
	Qiz bola	17			
Emotiv tip	O`g`il bola	23	1,38564	1,443	,187
	Qiz bola	17			
Rigid (o'zgarmas) tip	O`g`il bola	23	1,14891	,870	,409
	Qiz bola	17			
Xavotirlanuvchan tip	O`g`il bola	23	1,04881	2,098	,069
	Qiz bola	17			
Sikloid tip	O`g`il bola	23	5,00999	-,120	,908
	Qiz bola	17			
Namoyishkorona tip	O`g`il bola	23	1,89737	-,105	,919

	Qiz bola	17			
Qo'zg'aluvchan tip	O`g`il bola	23	2,46982	-,405	,696
	Qiz bola	17			
Distim tip	O`g`il bola	23	1,80555	,886	,401
	Qiz bola	17			
Ekzaltir tip	O`g`il bola	23	1,40000	1,857	,101

Ushbu tadqiqotimizda ham 40 nafar o`quvchi ishtirok etdi. Shulardan 17 nafari qizlar va 23 nafari o`g`il bolalardan iborat. Ma'lumotlar tahlilida sinaluvchilarning soni deyarli teng taqsimlanganligini normal holat mavjudligini ko'rsatadi. Jins tafovutlarini tahlil qilganimizda quyidagi holatlar kuzatildi rasmiy(t=-1,459; p>0,05), emotiv(t=1,443; p>0,05), rigid (t=,870 p>0,05), sikloid (t=-,120; p>0,05), namoyishkorona (t=-,105; p>0,05), qo`zg`aluvchan (t=-,405; p>0,05), distim(t=,886; p>0,05), ekzaltir (t=1,857; p>0,05) shkalalarida jins tafovutlari kuzatilmadi. Bunga sinaluvchilar o'smirlik yoshidagi sinaluvchilar bo'lganligi sababli ulardagi yaqqol tafovutlar kuzatilmagan bo'lishi mumkin.

Natijalar tahlilida faqat bog'liqlik – gipertim (t=2,157; p>0,05), xavotirlanuvchi (t=2,098; p>0,05) shkalasida ishonch darajasidagi jins tafovutlar mavjudligini kuzatishimiz mumkin. O`smirlar harakatchanlik, muloqotchanlik, ko'pgaplik, haddan ortiq mustaqillik xususiyatlariga ko`ra jins tafovvutlariga ega. Shuningdek, xavotirlanish darajasiga ko`ra ham jins tafovvutlari bor. Bizningcha, qizlarda og`il bolalarga nisbatan emotsional tonlar ayrim jihatlari farqlangani uchun bu xususiyatlar ham yuqoriroq darajada kuzatiladi. Olimlarning fikriga ko'ra, ular balog'at yoshida nisbatan barqaror, ammo bu haqda gapirganda quyidagi xususiyatlarni esga olish lozim:

-aksariyat turlar aniq o'spirinlik davrida keskinlashadi va bu davr psixopatiyalarning paydo bo'lishi uchun eng muhim hisoblanadi;

-barcha turdagi psixopatiyalar ma'lum bir yoshda shakllanadi (shizoid turi yoshligidan aniqlanadi, psixostenik xususiyatlar boshlang'ich maktab, gipertimik tip o'spirinlarda, sikloid asosan yoshlarda eng aniq ko'rinib turadi (garchi qizlarda u balog'at yoshida boshlanishi mumkin bo'lsa ham) va sezgir turi asosan 19 yoshga kelib shakllanadi);

-biologik va ijtimoiy omillar ta'siri ostida, o'spirin davridagi turlarning transformatsiyasida naqshning mavjudligi masalan, gipertimik xususiyatlar sikloidga o'zgarishi mumkin.

Shuni yodda tutish lozimki xarakter insonda tashqi muhit ta'sirida, insonning tevarak-atrofidagi insonlar hamda muhit ta'siri ostida shakllanadi. Xarakter aksentuatsiyasi ham xarakter bilan bog'liq jarayon bo'lganligi sababli ko'pincha aksentuatsiyaning kuchayishi ham bevosita tashqi muhit va insonlarga bevosita bog'liq. Salbiy turdagi xarakter aksentuatsiyasini ham to'g'ri tashkil etilgan tarbiyaviy ishlar yordamida bartaraf etish mumkin.

Yuqorida ta'kidlab o'tilganidek xarakter shakllanishida bolaning atrof-muhiti, oila a'zolari, yaqin insonlari, do'stlari muhim ahamiyatga ega hisoblanadi. Shu sababdan ota-onalar, bobo-buvilardan farzand tarbiyasida har bir masalaga e'tiborli bo'lish talab qilinadi. Oilada tarbiyaviy jarayonlarni to'g'ri tashkil etish bolalarda salbiy xulq-atvorlar shakllanishini oldini oladi. Ilmiy farazlarga ko`ra shaxs tarbiyasi, unga ko`rsatiluvchi ta'sirlar xarakter shakllanishida o`ziga xos o`ringa ega. Aynan ushbu xususiyatlar o`smirlarning aksentuatsiyasi bilan nechog`lik bog`liq ekanligini quyidagi natijalar orqali kuzatishimiz mumkin.

2-jadval

O`smirlarni tarbiyalanganlik darajasi va xarakter aksentuatsiaysi korrelatsiyasi natijalari (K.Pirsonning r – mezoni bo`yicha)

Gipertim tip	0,444(*)	0,382	-0,117	0,125	-0,317	-0,075	-0,009
Rasmiy tip	-0,15	0,038	-,645(*)	0,298	-0,257	0,431	-0,199
Emotiv tip	-0,336	-0,159	0,528(*)	0,603(*)	0,325	-0,306	0,006
Rigid (o'zgarmas) tip	-0,154	0,227	-0,2	0,107	-0,206	0,278	-0,154
Xavotirlanuvchan tip	0,032	0,035	0,383	-0,316	-0,167	-0,26	0,12
Sikloid tip	0,368	0,32	0,046	0,064	-0,006	-0,018	,755(*)
Namoyishkorona tip	0,035	0,216	0,428(*)	-0,319	-0,116	-0,076	0,41
Qo'zg'aluvchan tip	-0,36	0,321	-0,096	0,242	-0,193	0,346	-0,518(*)
Distim tip	-0,565(*)	0,124	0,417(*)	-0,203	-0,101	0,05	0,188
Ekzaltir tip	0,295	0,043	0,578(*)	-0,156	0,554(*)	-0,259	-0,147
Gipertim tip	0,444(*)	0,382	-0,117	0,125	-0,317	-0,075	-0,009
Rasmiy tip	-0,15	0,038	,645(*)	0,298	-0,257	0,431(*)	-0,199

O`smirlarda xarakter aksentuatsiyasi va tarbiyalanganlik darajalari o`rtasidagi aloqadorlikni aniqlashga doir natijalarga ko`ra, "oila" va "distim" (r=-,565; p<0,05;), "gipertim" (r=0,444; p<0,05;); "tengdoshlar" va "rasmiy tip" (r=-645; p<0,05;), "emotiv" (r=,528; p<0,05;), "namoyishkorona tip" (r=,428; p<0,05;), "distim" (r=,417; p<0,05;), "ekzaltir tip" (r=,578; p<0,05;), "rasmiy tip" (r=,645; p<0,05;); "ruhiy holat" va "emotiv" (r=,603; p<0,05;); "OAV" va "ekzaltir tip" (r=,554; p<0,05;); "ijtimoiy fikr" va "rasmiy tip" (r=0,431; p<0,05;); "o`z-o`ziga baho" va "qo`zg`aluvchan tip" (r=-,518; p<0,05;) orasida korrelatsion munosabatlar kuzatildi. Natijalardan ma'lum bo`ladiki, o`smirning xarakter aksentuatsiyasini yuzaga kelishida uning tarbiyalanganlik darajasi yoxud unga ta'sir ko`rsatuvchi omillar orasida o`rta darajada o`zaro aloqadorliklar mavjud. Bu esa o`smir shaxsini shakllantirishda unga ta'sir etuvchi omillarning roliga alohida e'tibor qaratish lozim ekanligini anglatadi. Oilaviy munosabatlarda ham ushbu xulosalarga asoslanish samarali natijalar berishi, ota-ona va o`smirning bir-birini adekvat tushunishiga yordam beradi.

Xulosa va tavsiyalar: Xulosa qilib aytadigan bo'lsak xarakter aksentuatsiyasi natijasida o'smirlarning fe'l-atvorida, turmush tarzida, ta'lim jarayonlarini o'zlashtirishida va atrofdagilar bilan munosabatlarida muammolar yuzaga kelishi mumkin. Xarakter inson turmush tarzi va atrofdagilar bilan munosabatlar ta'sirida shakllangani va rivojlanganligi uchun ko'p hollarda salbiy xarakter xususiyatlarini korrektsiya qilish mumkin. Ijobiy xarakter xususiyatlarini ham shakllantirish mumkin. Agar o'quvchi yoshlarda salbiy xarakter xususiyatlarini bartaraf etish chora tadbirlari ko'rilmasa bora-bora salbiy xususiyatlar doimiy xarakter xususiyati sifatida saqlanib qolishi mumkin. Ota-onalar, ta'lim tashkilotlari, ya'ni, maktab hamda maktab pedagog va psixolog xodimlari o'rtasida hamkorlik munosabatlarining bo'lishi tarbiya jarayonlarida, o'quv jarayonlarida ham ijobiy xususiyatlarni shakllantirishda samarali natijalarga erishishda yordam beradi.

O’smirlik yoshidagi o’quvchilar ko’pincha ota-onalar bilan bo’ladigan muloqotga ehtiyoj sezadilar. Lekin ko’pincha dastlabki qadamni tashlashda qorquv va ikkilanishlarga duch keladilar. Ota-onalarning farzandlar bilan birgalikda vaqt o’tkazishlari, ma’lum bir faoliyatni birgalikda amalga oshirishlari bolalar uchun muhim ahamiyatga ega. Oila davrasida ko’p vaqtni birgalikda o’tkazish bolalar va ota-onalar o’rtasidagi ishonch munosabatlarini mustahkamlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. DJumanazarov Y, Yosh va pedagogik psixologiya fanidan muammoli ma’ruzalar matni, Namangan 2019. 9-b
2. Nishonova Z,Rivojlanish va pedagogik psixologiya, Toshkent. 348-b
3. Turgunov A. O’smirlik davrida xarakter aksentuatsiyasi va uni korreksiya qilish usullari, Andijon Davlat Universiteti, 2021,.9-10 b
4. Kadirova A.T. O’smirlarda oilaviy nizolar to’g’risida ijtimoiy tasawurlarning shakllanishi
5. G.B. Shoumarov, I.O. Haydarov, N.A. Sog’inov; G’.B. Oila psixologiyasi: Akad.litsey va kasb-hunar kollejlari o’quvchilari uchun darslik T.: «Sharq», 2015. 296 b
6. Maxsudova M. Oila psixologiyasi fanidan ma’ruzalar matni. Namangan-2022. 11-13 betlar.
7. Xaydarov.F.I, Xalilova N.I Umumiy psixologiya. T-2010 .253-b
8. . G’.B. Shoumarov, I.O. Haydarov, N. A. Sog’inov, F. A. Akramova, G. Solihova, G. Ni-yozmetova , Oila psixologiyasi. T-2010

159.9:616-056.7

Gaziyeva Fotima Ergashovna
M.Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy universiteti
"Psixologiya" kafedrasi dotsenti

SHAXSLILIK MOSLASHUV SALOHIYATINING KIMYOVIY ADDIKTLAR IJTIMOIY-PSIXOLOGIK REABILITASIYASIDAGI AHAMIYATI

Annotatsiya. *Maqolada kimyoviy moddalarga qaram bo'lgan odamlarning moslashuvchanlik salohiyati muammosining nazariy yondashuvlari ko'rib chiqilgan. Unda muallif tomonidan olib borilgan tadqiqot natijalari bayon etilgan. Tadqiqotchi shaxsning moslashuvchanlik salohiyati va individual-tipologik xususiyatlari, motivatsion sohasi, hayotga chidamliligi, shaxsning kasallikka munosabat turi o'rtasidagi bog'liqlikni ochib beradi. Maqolada o'ziga xos maslahatlar va umumlashtirilgan xulosalar keltirilgan.*

Kalit so'zlar. *Shaxsning moslashuvchanlik salohiyati, asab-ruhiy barqarorlik, ekstraversiya, introversiya, senzitivlik, rigidlik, agressivlik, xavotirlanish, labillik, yashovchanlik, jalb etilganlik, nazorat, o'z-o'zini o'zgartirish, tan olish, ambivalentlik, faol harakatlar, internallik shkalasi, omad.*

ЗНАЧЕНИЕ АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА ЛИЧНОСТИ В СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ХИМИЧЕСКИХ АДДИКТОВ

Аннотация. *В статье рассматривается теоретические подходы проблемы адаптационного потенциала людей с химической зависимостью. В ней излагается результаты проведенного автором исследования. Исследователь раскрывает связь между адаптационным потенциалом личности и индивидуально-типологическими свойствами, мотивационной сферы, жизнестойкостью, типом отношения к болезни личности. Статья содержит в себе удельные советы и обобщенные выводы.*

Ключевые слова. *Адаптационный потенциал личности, нервно-психическая устойчивоть, экстраверсия, интроверсия, сензитивность, ригидность, агрессивность, тревожность, лабильность, жизнестойкость, вовлеченность, контроль, самоизменения, признание, амбивалентность, активные действия, шкала интернальности, удачи.*

THE SIGNIFICANCE OF PERSONALITY ADAPTIVE POTENTIAL IN THE SOCIO-PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF CHEMICAL ADDICTS

Abstract. *The article examines theoretical approaches to the problem of adaptive potential in people with chemical addiction. It presents the results of research conducted by the author. The researcher reveals the relationship between personality adaptive potential and individual typological characteristics, motivational sphere, resilience, and type of attitude towards illness. The article contains specific recommendations and generalized conclusions.*

Keywords. *Personality adaptive potential, neuropsychic stability, extraversion, introversion, sensitivity, rigidity, aggressiveness, anxiety, lability, resilience, engagement, control, self-modification, recognition, ambivalence, active actions, internality scale, luck.*

Kirish. Shaxsning moslashuv salohiyati – bu insonning o'zgaruvchan tashqi va ichki muhit sharoitlariga samarali moslashish, optimal faoliyatini saqlash yoki tiklash, ruhiy va jismoniy salomatligini ta'minlash, hamda shaxsiy va ijtimoiy salohiyatini samarali ro'yobga chiqarish qobiliyatini ta'minlaydigan individual-psixologik, psixofiziologik va ijtimoiy-psixologik resurslarning yaxlit, dinamik tizimidir.

A.M.Bogomolov shaxslilik moslashuv salohiyati to'g'risidagi nazariy va empirik ma'lumotlar tahlili natijasida uning uchta komponentini ajratadi: 1. Shaxsning asosiy resurslari sifatida, birinchi navbatda, faollikning energetik va dinamik chegaralarini belgilovchi individual xususiyatlar

namoyon bo'ladi, ular doirasida resurslardan samarali foydalanish, ularni to'ldirish va o'zgartirish, shuningdek, shaxsni rivojlantirish mumkin. Psixofiziologik xususiyatlar moslashuv salohiyatining eng muhim tarkibiy qismlari sifatida qaraladi. 2. Subyekt-faoliyat darajasi inson resurslarini ham, ularni amalga oshirish mexanizmlarini ham o'z ichiga oladi. Ushbu darajaning asosiy resurslariga moslashuvchan xulq-atvorni belgilaydigan qobiliyatlar va ko'nikmalar, shu jumladan, shakllangan sxemalar va moslashish dasturlari kiradi. 3. Shaxsiy daraja resurslar tarkibi va sifati bo'yicha eng boy hisoblanadi. U motivatsion-ehtiyojli sohaning faoliyat yo'nalishi va intensivligini belgilovchi xususiyatlarini, maqsadni belgilash va maqsadga erishish vositalarini tanlash mexanizmlarini o'z ichiga oladi. Ushbu darajada shaxsning qadriyatlari va maqsadlariga muvofiq resurslarni boshqarish usullari va mexanizmlari jamlangan. Moslashuv mexanizmlari, psixologik himoya va emotsional reaksiya bir vaqtning o'zida moslashuv javobi tuzilmasidagi moslashuv resurslarini tartibga solish va tashkil etishga taalluqlidir [1].

G.Yu. Neverovaning tadqiqotida umumiy rigidlik, mas'uliyat, burch hissi, qat'iyatlilik, o'ziga nisbatan talabchanlik va hissiy sezgirlikning pastligi geroinga qaram bo'lgan shaxslarni muvaffaqiyatli reabilitatsiya qilishga yordam berishi aniqlangan. Noqulay omillarga yuqori premorbid rigidlik, past ijtimoiylik, qaror qabul qilishda mustaqillik, xavotir va frustratsiyaning yuqori darajasi kiradi. Korreksion ishlar anozognoziyani yengish, moslashuvchanlikni rivojlantirish, adekvat o'z-o'zini baholash, mas'uliyat, psixologik himoyalarni o'zgartirish, moslashuvchanlik va muloqotni yaxshilash, tajovuzkorlikni kamaytirish va me'yoriy xulq-atvorni shakllantirishga qaratilgan bo'lishi kerak [6].

N.V. Mironova alkogolga qaramlikda remissiyaning barqarorlashuviga ijtimoiy namunalarga yo'nalganlik, hissiy sezgirlik va refleksiya yordam berishini aniqladi. Remissiyaning qisqarishi shizoidlik, xavotirlik, ishonchsizlik, emotsional qo'zg'aluvchanlik, astenik reaksiyalar, somatik muammolarni inkor etish bilan bog'liq [5]. K.A. Xoxlova "shaxslilik moslashuv salohiyati" va "sanogen salohiyat"ni farqlaydigan psixogigiyenik yondashuvni taklif qildi. Oxirgisi konstruktiv moslashuv resurslarini aks ettiradi va neoreabilitatsiyaning prognostik mezoni hisoblanadi. Uning markaziy komponenti motivatsiya bilan bog'liq moslashuvchanlik qobiliyatlari bo'lib, salohiyatning tuzilishi va darajasi davolanish motivatsiyasi, ta'lim va etnik kelib chiqishga bog'liq [8].

O.B. Polyak opioidlarga qaramlikda kasallikka bo'lgan munosabatga iste'mol qilish staji, remissiya davomiyligi, emotsional-irodaviy o'zini o'zi boshqarish, agressivlik, nizolashuvchanlik, ijtimoiy me'yorlarni qabul qilish, himoyaning yetukligi va ijtimoiy muvaffaqiyat ta'sir qilishini aniqladi. Kasallikni anglagan odamlarda adaptatsion potensial empatiya, aybdorlik hissi, tanqidiylik, me'yorlarni qisman qabul qilish, his-tuyg'ular va xatti-harakatlarni nazorat qilish, yutuqlarga intilishni o'z ichiga oladi, bu esa barqaror remissiya bilan bog'liq [7]. M.G. Yerofeyeva shuni ko'rsatdiki, iste'mol qilish muddati besh yildan kam bo'lsa, yuqori ta'sirchanlik, past stressga chidamlilik, atrof-muhitga qaramlik va unga dushmanlik, xavotirlik, impulsivlik va janjalkashlik kuzatiladi. Ayollarda - maskulinizatsiya, erkaklarda - fe'l-atvorning feminizatsiyasi. Besh yildan ortiq stajga ega bo'lganda, astenik, begonalashish, empatiyaning pasayishi, me'yorlarga e'tibor bermaslik, tajovuzkorlik va proyektiv himoya mexanizmlari xosdir [3].

Ye.V. Zayseva aniqlashicha, yaqqol dezadaptatsiyada ishlaydigan giyohvandlarda voqelikdan uzoqlashishning yuqori darajasi, norasolik hissi saqlanib qoladi, ijtimoiy maqomni saqlab qolishga intilish esa xavotirni oshiradi va psixopatologiyani chuqurlashtiradi [4]. V.V. Vetyugov kimyoviy qaramligi bo'lgan o'smir qizlarda himoya mexanizmlari majmualarini ajratib ko'rsatgan: "ijtimoiylashuvchi" (intellektuallashuv, inkor etish, kompensatsiya, reaktiv shakllanish, almashtirish), "agressiv" (regressiya, proyeksiya, almashtirish, kompensatsiya) va "siqib chiqaruvchi" (siqib chiqarish). "Siqib chiqaruvchi" kompleks "agressiv"ning autoagressiyasini, "ijtimoiylashuvchi" esa shaxslararo munosabatlarda tobelikni kuchaytiradi. Adaptiv reaksiyalarning cheklangan diapazoni, vaziyatning stressli ahamiyatiga e'tibor qaratish va samarasiz tajovuzkorlik "o'rnini bosish" mexanizmidan tez-tez foydalanishga yordam beradi, bu xarakterning qo'zg'aluvchan aksentuatsiyasi bilan bog'liq [2].

Metodlar. Tadqiqotimiz 2025-yil Respublika ruhiy salomatlik ilmiy-amaliy markazining 60 ta Narkologiya 1-bo'limi bemorlarida o'tkazildi. Bemorlarning 50 tasi erkak, 10 tasi ayol bo'lib,

tanlanma yoshi 25 dan 56 yosh intervalida (30±5). Tobelik staji 2 yildan 15 yilgacha (7±3). Oilaviy ahvoli 40 % oilali, 30 % ajrimda, 40 % turmush qurmagan.

Tadqiqotning asosiy maqsadi shaxslilik moslashuv salohiyatining shaxs individual-tipologik xususiyatlari, bemorning motivatsion sohasi, chidamliligi, o'zgarish salohiyati, faol harakatga ta'sirini o'rganishdan iborat.

Tadqiqot maqsadidan kelib chiqib quyidagi metodikalardan foydalanildi: Sobchikning "Individual-tipologik" so'rovnomasi, Maklakov va Chermyaninlar ishlab chiqqan "Adaptivlik" ko'p omilli shaxs so'rovnomasi, Maddining "Hayotiy chidamlilik" testi, Shaxsning o'zgarish salohiyati so'rovnomasi (V.R.Manukyan, I.R. Murtazina, N.V. Grishina), Alkogol/narkotik moddalar iste'mol qiluvchilarning o'zgarishga tayyorligini baholash so'rovnomasi (SOCRATES), Salomatlik nazorati ko'p o'lchovli lokus shkalasi.

Natijalar. Tadqiqot natijalarining miqdor va sifat tahlili qiziqarli natijalarni berdi.

1-jadval

Shaxslilik moslashuv salohiyati va individual-tipologik xususiyatlarning bog'liqligi

Shkala nomlari	Shaxslilik moslashuv salohiyati	Asab-psixik barqarorlik	Kommunikativ qobiliyatlar	Axloqiy normativlik
Ekstraversiya	**0,707****	**0,779****	**0,761****	**0,586***
Spontanlik	0,538	**0,706****	**0,684****	0,249
Agressivlik	0,058	0,191	0,176	0,203
Rigidlik	-0,289	-0,229	-0,196	-0,387
Introversiya	**-0,652***	**-0,751****	**-0,755****	-0,190
Senzitivlik	0,366	0,255	0,474	0,049
Xavotirlik	-0,155	-0,241	-0,070	0,147
Labillik	**0,674***	0,548	**0,582***	**0,694****

1-jadvaldan ko'rinib turibdiki, shaxsning moslashuv salohiyati ekstraversiya (r_p=0,779; p<0,01), introversiya (r_p=-0,751; p<0,01) va labillik (r_p=0,706; p<0,01) shkalalari bilan korrelyatsion aloqalarga ega. Ushbu holatda ekstraversiya moslashuvchanlik salohiyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatuvchi omil sifatida namoyon bo'lishi mumkin. Ekstraversiyaning yuqori darajasi yaqqol ijtimoiy faollik, keng qamrovli shaxslararo munosabatlar tarmog'i va yangi tajribalarga ochiqlik bilan tavsiflanadi. Alkogolga qaramlik kasalligiga chalingan bemorlar uchun bu xususiyatlar ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni yanada samaraliroq jalb qilish, ixtisoslashtirilgan yordamga murojaat etishga ko'proq tayyor bo'lish va reabilitatsiya dasturlariga faol qo'shilish orqali moslashuv salohiyatini oshirishga yordam berishi mumkin. Biroq, ekstraversiya kuchli impulsivlik bilan birgalikda namoyon bo'lganda, nomuvofiq xulq-atvor xavfini yuzaga keltirishi mumkin, bu esa umumiy moslashuv darajasini pasaytirib yuborishi mumkin.

Introversiya ichki resurslarga yo'naltirilganlik, tashqi ijtimoiy munosabatlarning cheklanganligi va axborotni qayta ishlashning intrapsixik shakllarining ustunligi bilan tavsiflanadi. Alkogolga qaramlikka chalingan bemorlarda introversiya qo'llab-quvvatlash guruhlariga cheklangan tarzda jalb etilishi va yordam so'rash ehtimolining kamayishi tufayli moslashuv salohiyatining pasayishiga olib kelishi mumkin. Shu bilan birga, yetarli darajadagi intizom va o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalariga ega bo'lgan introvert bemorlar davolash dasturlariga rioya qilishda barqarorlik ko'rsatishlari mumkin. Bu ularning uzoq muddatli o'z-o'zini tahlil qilish va ichki boshqaruv qobiliyati bilan bog'liq.

Emotsional o'zgaruvchanlik alkogolga qaramlik kasalligiga chalingan bemorlarda moslashuv salohiyatini pasaytiruvchi omil sifatida qaraladi. Yuqori darajadagi o'zgaruvchanlik hissiy holatning tez va sezilarli tebranishlari bilan bog'liq bo'lib, bu barqaror kurashish usullarini shakllantirishni qiyinlashtiradi, stressga chidamlilikni pasaytiradi va kasallikning qayta xuruj qilish ehtimolini oshiradi. Aksincha, emotsional o'zgaruvchanlikning past darajasi (hissiy barqarorlik) davolanishga

bo'lgan intilishni saqlab qolishga yordam beradi, stressli vaziyatlarga chidamlilikni yaxshilaydi va inqirozlarga bardoshlilikni oshiradi.

Asab-psixik barqarorlik shkalasi bilan ekstraversiya (r_p=0,707; p<0,01), introversiya (r_p=0,652; p<0,05) va spontanlik (r_p=0,674; p<0,05) shkalalari bilan korrelyatsion aloqalarga ega. Ekstraversiya faol ravishda ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni izlash, reabilitatsiya tadbirlarida ishtirok etish va shaxslararo munosabatlarga tayyorlik tufayli asab-ruhiy barqarorlik bilan ijobiy bog'liq bo'lishi mumkin. Biroq ekstraversiya yuqori impulsivlik bilan birgalikda kasallikning qaytalanish xavfini oshiradi. O'rtacha darajadagi spontanlik moslashuvchanlik va adaptivlikka yordam beradi, ammo haddan tashqari ifodalanganda impulsiv, zaif nazorat qilinadigan reaksiyalarga olib keladi, bu esa chidamlilikni pasaytiradi va stressga ta'sirchanlikni kuchaytiradi. O'z-o'zini boshqarish va ichki intizomning yetarli darajasida introversiya tashqi ta'sirlarga berilishning kamayishi hisobiga barqarorlikni saqlab qolishi mumkin. Biroq, o'ta yopiqlik va ijtimoiy aloqalarning cheklanishi bemorni muhim qo'llab-quvvatlashdan mahrum qiladi, bu esa asab-ruhiy barqarorlikka salbiy ta'sir ko'rsatadi (1-jadval).

Kommunikativ qobiliyatlar ekstraversiya (r_p=0,761; p<0,01), spontanlik (r_p=0,684; p<0,01), introversiya (r_p=-0,755; p<0,01) va labillik (r_p=0,582; p<0,05) shkalalari bilan bog'liqliklar qayd etildi. Ekstraversiya odatda kommunikativ qobiliyatlar bilan ijobiy bog'liq, chunki u ochiqlik, tashabbuskorlik va muloqotga kirishishga tayyorlik bilan birga keladi. Bunday bemorlarda guruhli terapiya va reabilitatsiya tadbirlarida faol ishtirok etish ehtimoli yuqori bo'ladi. O'rtacha darajadagi spontanlik muloqotning jonli va moslashuvchan bo'lishiga yordam beradi, ammo haddan tashqari impulsivlik o'zini tuta olmaslik va ijtimoiy me'yorlarni buzish tufayli muloqot samaradorligini pasaytirishi mumkin. Introversiya ko'pincha cheklangan ijtimoiy faollik va tor doiradagi aloqalarni afzal ko'rish bilan kuzatiladi, bu esa guruhli ish shakllarida muloqot qobiliyatini pasaytirishi mumkin. Biroq, yuqori darajadagi empatiya va maqsadga yo'naltirilganlik mavjud bo'lsa, introvert bemorlar sifatli, ammo tanlab o'rnatilgan o'zaro munosabatlarni saqlab qolishga qodir bo'ladilar. Hissiy o'zgaruvchanlik muloqotga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin, chunki hissiy beqarorlik xulq-atvorning bashorat qilinishini kamaytiradi, ishonchli munosabatlarni o'rnatishni qiyinlashtiradi va shaxslararo nizolar ehtimolini oshiradi.

Alkogolga qaram bemorlardagi axloqiy me'yoriylik xulq-atvorni ijtimoiy va axloqiy me'yorlarga muvofiq ichki boshqarish darajasini aks ettiradi, bu bevosita impulslarni nazorat qilish va ijtimoiy mas'uliyat bilan bog'liqdir. Axloqiy normativlik hamda ektraversiya (r_p=0,586; p<0,05), labillik (r_p=0,694; p<0,01) kabi shkalalar o'rtasida korrelyatsion aloqa aniqlandi. Ekstraversiya ham ijobiy, ham salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Yuqori ijtimoiy yo'nalganlik va mas'uliyat bilan uyg'unlashganda, u jamiyat bilan faol muloqot qilish va muhim guruhlarning ma'qullashiga intilish orqali axloqiy me'yoriylikni saqlab qolishga yordam beradi. Biroq, kuchli impulsivlik va past darajadagi o'zini nazorat qilish bilan birgalikda, ekstraversiya me'yorlarning vaziyatga qarab buzilishiga olib kelishi mumkin. Hissiy beqarorlik ko'pincha salbiy ta'sir ko'rsatadi, chunki hissiy reaksiyalarning barqaror emasligi impulsiv xatti-harakatlar ehtimolini oshiradi, ichki o'zlashtirilgan me'yorlarga amal qilish qobiliyatini pasaytiradi va xulq-atvorni joriy hissiy holatlarga ko'proq bog'liq qilib qo'yadi (1-jadval).

2-jadval

Shaxslilik moslashuv salohiyati va hayotiy chidamlilik o'rtasidagi bog'liqlik

Shkala nomlari	*Shaxslilik moslashuv salohiyati*	*Asab-psixik barqarorlik*	*Kommunikativ qobiliyatlar*	*Axloqiy normativlik*
Hayotiy chidamlilik	**0,591***	**0,590***	**0,562***	0,192
Daxldorlik	0,477	0,488	0,465	-0,042
Nazorat	**0,583***	**0,593***	0,547	0,298
Tavakkalchilik	0,488	**0,612***	**0,620***	-0,049

2-jadvalda shaxslilik moslashuv salohiyati bilan hayotiy chidamlilik (r_p=0,591; p<0,05), nazorat (r_p=0,583; p<0,05) shkalalari o'rtasida korrelyatsiya qayd etilgan. Alkogolizmga chalingan bemorlarda shaxsning moslashuv salohiyati, hayotga chidamlilik va nazorat lokusi o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik tizimli xususiyatga ega. Bu toifadagi bemorlar uchun xos bo'lgan moslashuv salohiyatining pasayishi psixologik va ijtimoiy resurslarning yetishmasligi bilan kechadi, bu esa stressli vaziyatlarga samarali qarshi turish qobiliyatini cheklaydi. Daxldorlik, nazorat va tavakkalchilikni qabul qilish kabi tarkibiy qismlarni o'z ichiga olgan hayotga chidamlilik moslashuvchanlik imkoniyatlarining asosiy boshqaruvchisi hisoblanadi: yuqori darajadagi hayotga chidamlilik frustratsiyalovchi omillarga bardoshlilikni saqlab qolishga yordam beradi va resurslarni safarbar etishni qo'llab-quvvatlaydi. Ichki yoki tashqi nazorat darajasini belgilovchi nazorat lokusi ham moslashuv salohiyatining, ham hayotga chidamlilikning muhim tartibga soluvchisi sanaladi. Alkogolizm bilan og'rigan bemorlarda tashqi nazorat lokusining ustunligi passiv hayotiy pozitsiya, o'zini tiklash uchun mas'uliyatning kamayishi va kasallikning qayta qo'zg'alish ehtimoli ortishi bilan bog'liq. Ichki nazorat lokusi esa moslashuvchanlik qobiliyati va hayotiy bardoshlilik darajasining yuqoriligi bilan aloqador bo'lib, reabilitatsiya istiqbolini yaxshilaydi.

Asab-psixik barqarorlik hamda hayotiy chidamlilik (r_p=0,590; p<0,05), nazorat (r_p=0,593; p<0,05) va tavakkalchilik (r_p=0,612; p<0,05) o'rtasida musbat korrelyatsiya mavjud. Bu esa hayotiy chidamlilik, nazorat hamda tavakkalchilikning yuqori yoki quyi ko'rsatkichlari yuqori yoki quyi asab-psixik barqarorlikni taqozo etishini anglatadi. Kommunikativ qobiliyatlar ham hayotiy chidamlilik (r_p=0,562; p<0,05) hamda tavakkalchilik (r_p=0,620; p<0,05) bilan bog'liqlikka ega bo'lib, bu bemorlarning yuqori hayotiy chidamlilik va tavakkalchilik ko'rsatkichi yuqori kommunikativ qobiliyatlarni taqozo etishi va aksincha bo'lishi mumkinligini anglatadi. Axloqiy normativlik shkalasi va hayotiy chidamlilik metodikasi shkalalari o'rtasida aloqa mavjud emas ekan (2-jadval).

3-jadval

Shaxslilik moslashuv salohiyati va O'zini o'zgartirish salohiyati o'rtasidagi bog'liqlik

Shkala nomlari	*Shaxslilik moslashuv salohiyati*	*Asab-psixik barqarorlik*	*Kommunikativ qobiliyatlar*	*Axloqiy normativlik*
O'zgarish ehtiyoji	**0,559***	**0,583***	**0,574***	-0,045
Ongli ravishda o'zgarish qobiliyati	**0,560***	**0,631***	**0,625***	-0,036
O'zgarish imkoniyatiga ishonch	0,050	0,022	-0,020	-0,290
O'zgarish imkoniyati	-0,477	-0,504	**-0,570***	-0,090
O'zini o'zgartirish salohiyati	**0,584***	**0,622***	**0,624***	-0,074

Shaxslilik moslashuv salohiyati bilan o'zgarish ehtiyoji (r_p=0,559; p<0,05), ongli ravishda o'zgarish qobiliyati (r_p=0,560; p<0,05) hamda o'zini o'zgartirish salohiyati (r_p=0,584; p<0,05) o'rtasida musbat korrelyatsiya mavjud. Alkogolga qaram bo'lgan shaxslarda shaxsning moslashuvchanlik salohiyati o'zini o'zgartirishga bo'lgan ehtiyojning ifodalanishi, ularni ongli ravishda amalga oshirish qobiliyati va shaxsiy o'zgarishlarning umumiy salohiyati bilan bevosita bog'liq. Yuqori moslashuvchanlik salohiyati ichki motivatsiyani shakllantirishga, refleksivlik va o'z-o'zini nazorat qilishni rivojlantirishga yordam beradi, bu esa shaxsiy o'zgarishlarning samaradorligini oshiradi. Moslashuv salohiyatining past darajasi o'zgarishlarga tayyorlikni cheklaydi, ularning zarurligini anglashni pasaytiradi va konstruktiv strategiyalarni qo'llashga to'sqinlik qiladi, reabilitatsiya jarayonini qiyinlashtiradi (3-jadval).

Asab-psixik barqarorlik bilan o'zgarish ehtiyoji (r_p=0,583; p<0,05), ongli ravishda o'zgarish qobiliyati (r_p=0,631; p<0,05) hamda o'zini o'zgartirish salohiyati (r_p=0,622; p<0,05) o'rtasida korrelyatsion aloqa aniqlandi. Mazkur natija qanchalik o'zgarish ehtiyoji, ongli ravishda o'zgarish qobiliyati va o'zini o'zgartirish salohiyati qanchalik yuqori bo'lishi shunchalik asab-psixik barqarorlik mustahkam bo'lishini anglatadi va aksincha quyi ko'rsatkichlar asab-psixik beqarorlikni taqozo qiladi. Kommunikativ qobiliyatlar o'zgarish ehtiyoji (r_p=0,574; p<0,05), ongli ravishda

o'zgarish qobiliyati (r_p=0,625; p<0,05), o'zgarish imkoniyati (r_p=-0,570; p<0,05) hamda o'zini o'zgartirish salohiyati (r_p=0,624; p<0,05) Alkogolizm bilan og'rigan bemorlarda kommunikativ qobiliyatlar o'z-o'zini ongli ravishda o'zgartirishga bo'lgan ehtiyoj va qobiliyat, shuningdek, shaxsiy o'zgarishlar salohiyati bilan chambarchas bog'liq. Rivojlangan muloqot ko'nikmalari o'zgarishlarga motivatsiyani shakllantirishga yordam beradi, refleksivlikni va o'z-o'zini tuzatishning konstruktiv strategiyalariga tayyorlikni oshiradi, bu esa o'z-o'zini o'zgartirish salohiyatini kuchaytiradi. Cheklangan kommunikativ qobiliyatlar, aksincha, o'zaro ta'sir samaradorligini pasaytiradi, o'zgarishlar zarurligini anglashni cheklaydi va muvaffaqiyatli reabilitatsiyaga to'sqinlik qiladi. O'zini o'zgarish salohiyati shkalalari bilan axloqiy normativlik o'rtasida statistik ahamiyatli korrelyatsiya qayd etilmadi (3-jadval).

4-jadval

Shaxslilik moslashuv salohiyati va Alkogol iste'mol qiluvchilarning o'zgarishga tayyorligi o'rtasidagi bog'liqlik

Shkala nomlari	*Shaxslilik moslashuv salohiyati*	*Asab-psixik barqarorlik*	*Kommunikativ qobiliyatlar*	*Axloqiy normativlik*
Tan olish	**0,678***	**0,693****	**0,657***	0,305
Ikkilanish	0,536	**0,614***	0,528	0,097
Faol harakat	0,296	0,288	0,301	0,439

Tan olish shkalasi hamda Shaxslilik moslashuv salohiyati (r_p=0,678; p<0,05), asab-psixik barqarorlik (r_p=0,693; p<0,01) va kommunikativ qobiliyatlar (r_p=0,657; p<0,05) o'rtasida musbat korrelyatsiya tasdiqlandi. Alkogolizm bilan og'rigan bemorlarda yuqori moslashuv salohiyati va rivojlangan muloqot qobiliyatlari, asab-ruhiy sohaning barqarorligi bilan birgalikda, SOCRATES shkalasi bo'yicha o'lchanadigan muammoni tan olishning yuqori darajasiga hissa qo'shadi. Bunday bemorlar o'z-o'zini tahlil qilishga, o'z holatini obyektiv baholashga va fikr-mulohazalarni idrok etishga ko'proq tayyorligini ko'rsatadi, bu esa davolanishga bo'lgan motivatsiyaning shakllanishini tezlashtiradi. Aksincha, ushbu resurslarning pasaygan ko'rsatkichlari muammoni inkor etish yoki minimallashtirish bilan bog'liq bo'lib, bu o'zgarishlarning faol bosqichiga o'tishni qiyinlashtiradi va takrorlanish xavfini oshiradi. Asab-psixik barqarorlik bilan ikkilanish shkalasi (r_p=0,614; p<0,05) o'rtasida korrelyatsion aloqa mavjud. Alkogolizm bilan og'rigan bemorlarda asab-ruhiy barqarorlikning pastligi yaqqol ambivalentlik bilan bog'liq - o'zgarishlar zarurligini tan olish va oldingi xatti-harakatlarni saqlab qolish o'rtasidagi tebranishlar. Yuqori barqarorlik, aksincha, ichki ziddiyat darajasini pasaytiradi va davolanish va hushyorlik foydasiga yanada izchil qaror qabul qilishga yordam beradi (4-jadval).

5-jadval

Shaxslilik moslashuv salohiyati va Salomatlik nazorati ko'p o'lchovli lokus shkalasi o'rtasidagi bog'liqlik

Shkala nomlari	*Shaxslilik moslashuv salohiyati*	*Asab-psixik barqarorlik*	*Kommunikativ qobiliyatlar*	*Axloqiy normativlik*
Internallik shkalasi	0,202	0,280	0,223	0,411
Omad shkalasi	0,047	0,008	0,157	-0,131
Muhim insonlar shkalasi	-0,543	**-0,557***	-0,424	-0,354

5-jadvalda Salomatlik nazorati ko'p o'lchovli lokus shkalasining faqat bitta "Muhim insonlar" shkalasi bilan asab-psixik barqarorlik (r_p=-0,557; p<0,05) o'rtasida manfiy korrelyatsiya aniqlandi. Alkogolizm bilan og'rigan bemorlarda asab-ruhiy barqarorlik salomatlikni nazorat qilishning ko'p o'lchovli lokusidagi "muhim insonlar" komponenti bilan chambarchas bog'liq. Yuqori barqarorlik sog'liqni saqlashda yaqinlarning rolini yanada muvozanatli tushunish bilan namoyon bo'ladi - bemorlar yordam va maslahatlarni qabul qilishga tayyor, ammo o'zgarishlar uchun shaxsiy

mas'uliyatni saqlab qoladilar. Past barqarorlik esa muhim insonlarning fikrlari va harakatlariga haddan tashqari bog'lanib qolishga yoki aksincha, ularni butunlay e'tiborsiz qoldirishga olib keladi, bu esa davolash va reabilitatsiya chora-tadbirlarining samaradorligini pasaytiradi.

Xulosa va tavsiyalar.

Kompleks tahlil shuni ko'rsatdiki, shaxsning moslashuvchanlik salohiyati, hayotiy chidamlilik, nazorat lokusi, asab-ruhiy barqarorlik va kommunikativ qobiliyatlar alkogolizm bilan kasallangan bemorlarni reabilitatsiya qilish samaradorligini belgilovchi psixologik resurslarning o'zaro bog'liq tizimidir. Individual-tipologik xususiyatlar, xususan, ekstraversiya, introversiya va hissiy labillik darajasi ushbu resurslarning ifodalanishini bilvosita ta'minlaydi. Ushbu xususiyatlarning yuqori ko'rsatkichlari ichki motivatsiyani, konstruktiv ijtimoiy faollikni, teskari aloqani adekvat qabul qilishni va shaxsiy o'zgarishlarga tayyorlikni shakllantirishga yordam beradi, bu esa tiklanish prognozini yaxshilaydi. Aksincha, ularning yetarli darajada ifodalanmaganligi muammoni inkor etishni kuchaytiradi, o'zgarishlarga tayyorlikni pasaytiradi va qaytalanish xavfini oshiradi, bu esa maqsadli psixologik ta'sir ko'rsatishni va tegishli modullarni reabilitatsiya dasturlariga kiritishni talab qiladi.

Tavsiyalar.

1. Shaxslilik moslashuv salohiyatini rivojlantirish

– Reabilitatsiya dasturlariga stressga chidamlilik, muammolarni hal qilish va o'zini o'zi boshqarish ko'nikmalari bo'yicha treninglarni kiritish.

– Qiyinchiliklarni yengishning konstruktiv strategiyalarini shakllantirish uchun kognitiv xulq-atvor terapiyasi (KXT) usullaridan foydalanish.

2. Hayotga chidamlilikni oshirish

– Ijtimoiy va mehnat faoliyatiga jalb qilishni rivojlantirishga qaratilgan psixologik-ma'rifiy mashg'ulotlar o'tkazish.

– Chaqiriqlarni qabul qilish va murakkab vaziyatlarni ongli ravishda yengib o'tish yo'l-yo'riqlarini shakllantirish.

3. Nazorat lokusini tuzatish

– Individual va guruh sessiyalari orqali internallikni rivojlantirish, davolash muvaffaqiyati va remissiyani saqlab qolish uchun shaxsiy javobgarlikni ta'kidlash.

– Retsidiv sabablarining tashqi atributsiyasini kamaytirish uchun motivatsion intervyu usullarini qo'llash.

4. Muloqot ko'nikmalarini mustahkamlash

– Samarali muloqot, his-tuyg'ularni ifoda etish va nizolarni konstruktiv hal qilish bo'yicha treninglar o'tkazish.

– Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni yaxshilash uchun ahamiyatli boshqalarni terapevtik jarayonga jalb qilish.

5. Asab-ruhiy barqarorlikni rivojlantirish

– Dasturlarga relaksatsiya texnikasi, nafas olish mashqlari, onglilik (mindfulness) usullarini kiritish.

– Qiyin vaziyatlarni modellashtirish orqali stressga chidamlilikni bosqichma-bosqich mashq qilishni ta'minlash.

6. Hissiy o'zgaruvchanlikning pasayishi

– Emotsional o'z-o'zini boshqarish va impulsivlikni nazorat qilish usullarini qo'llash.

– Affektiv sohani barqarorlashtirishga qaratilgan psixoterapevtik ishlarni olib borish.

7. Kompleks reabilitatsiyaga integratsiya

– Yuqorida ko'rsatilgan barcha yo'nalishlar psixoterapiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va tibbiy kuzatuvni birlashtirgan yagona dastur doirasida amalga oshirilsin.

– Yondashuvni individuallashtirish uchun moslashuvchanlik salohiyati, chidamlilik, nazorat lokusi va muloqot ko'nikmalari dinamikasini muntazam ravishda baholash.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Богомолов А. М. Личностный адаптационный потенциал в контексте системного анализа // Психологическая наука и образование, 2008, № 1. - 67-73 стр.

2. Ветюгов В.В. Психологические защиты у девочек-подростков, злоупотребляющих психоактивными веществами: автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.04 - Медицинская психология / Ветюгов Владислав Владимирович; Ивановская государственная медицинская академия. – Москва, 2008. - 24 с. : ил. - Библиогр. : с. 19-20.

3. Ерофеева М.Г. Личностные особенности наркозависимых с разным стажем употребления героина с учетом гендерных различий: автореф. дис. ... канд. псих. наук: 19.00.04 - медицинская психология / Ерофеева Марина Геннадьевна; Ленинградский Государственный Университет им. А.С. Пушкина. - СПб., 2006. - 22 с. : ил. - Библиогр. : с.19-20.

4. Зайцева Е.В. Психологические условия адаптации наркозависимой личности в социуме: 19.00.01 - общая психология, психология личности, история психологии / Зайцева Елена Владимировна; Новосибирский государственный педагогический университет. - Новосибирск, 2003. - 22 с.

5. Миронова Н.В. Факторы психологической адаптации больных с алкогольной зависимостью на разных сроках ремиссии: дис. ... канд. псих. наук : 19.00.04 / Миронова Нина Викторовна; Санкт-Петербургский государственный университет. - СПб., 2015. - 27 с. : ил. - Библиогр. : с.23-24.

6. Неверова Г.Ю. Личностные ресурсы в реабилитации больных героиновой наркоманией: автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.04 - медицинская психология / Неверова Галина Юрьевна; Алтайский государственный медицинский университет. – Томск, 2012. – 24 с.

7. Поляк О. Б. Критика к заболеванию и терапевтическая мотивация в структуре отношения к болезни при опиоидных наркоманиях: автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.04 - Медицинская психология / Поляк Оксана Борисовна Критика; Санкт-Петербургский государственный университет. - СПб., 2009. - 27 с. : ил. - Библиогр. : с.24-25.

8. Хохлова К.А. Характеристики саногенного потенциала личности наркозависимых: дис. ... канд. псих. наук : 19.00.04 / Хохлова Ксения Александровна; «Кемеровский государственный университет» - СПб., 2007. - 27 с. : ил. - Библиогр. : с.23-24.

159.9:616-056.7

Gaziyeva Zuxra Ergashovna
M.Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy universiteti
"Psixologiya" kafedrasi dotsenti

ALKOGOLGA TOBE BEMORLARDA O'ZGARISHGA TAYYORLIK KO'RSATKICHIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR

Annotatsiya. *Maqola alkogolga qaram bo'lgan odamlarning o'zgarishga tayyorlik koeffitsiyentiga muammosiga bag'ishlangan. Unda muallif tomonidan olib borilgan tadqiqot natijalari bayon etilgan. Tadqiqotchi shaxsning o'zgarishga tayyorlik ko'rsatkichi va individual-tipologik xususiyatlari, motivatsion sohasi, hayotga chidamliligi, shaxsning kasallikka munosabat turi o'rtasidagi bog'liqlikni ochib beradi. Maqolada o'ziga xos maslahatlar va umumlashtirilgan xulosalar keltirilgan.*

Kalit so'zlar: *Shaxsning o'zgarishga tayyorlik ko'rsatkichi, asab-ruhiy barqarorlik, ekstraversiya, introversiya, labillik, hayotiy chidamlilik, daxldorlik, nazorat, o'z-o'zini o'zgartirish, tan olish, ambivalentlik, faol harakatlar, internallik shkalasi, omad shkalasi.*

ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ПОКАЗАТЕЛЬ ГОТОВНОСТИ К ИЗМЕНЕНИЯМ У ПАЦИЕНТОВ С АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ

Аннотация*. Статья посвящена проблеме коэффициента готовности к изменениям у людей, зависимых от алкоголя. В нем изложены результаты исследования, проведенного автором. Исследователь раскрывает взаимосвязь между показателем готовности человека к изменениям и индивидуально-типологическими особенностями, мотивационной сферой, жизнестойкостью, типом отношения человека к болезни. В статье представлены конкретные советы и обобщенные выводы.*

Ключевые слова: *Показатель готовности человека к изменениям, нервно-психическая устойчивость, экстраверсия, интроверсия, лабильность, жизнестойкость, причастность, контроль, самоизменение, признание, амбивалентность, активные действия, шкала интернальности, шкала удачи.*

FACTORS AFFECTING THE CHANGE READINESS AND TREATMENT EAGERNESS SCALE IN PATIENTS WITH ALCOHOL DEPENDENCE

Abstract. *The article addresses the issue of change readiness scale in people with alcohol dependence. It presents the results of research conducted by the author. The researcher reveals the relationship between an individual's change readiness indicator and their individual typological characteristics, motivational sphere, resilience, and type of attitude towards illness. The article provides specific recommendations and generalized conclusions.*

Keywords: *change readiness scale, neuropsychological stability, extraversion, introversion, lability, resilience, engagement, control, self-change, acceptance, ambivalence, active measures, internality scale, luck scale.*

Kirish. Ijtimoiy psixologik reabilitatsiyada psixoaktiv moddalar (PAM) ga tobe bemorlarning davolanish va xulq-atvorni o'zgartirish motivatsiyasini baholash shifokor va psixologga bemorning remissiya yoki retsediv ehtimolligini bashorat qilishga, zaruriy korreksiyalarni amalga oshirishga xizmat qiladi. Alkogol/narkotik moddalarga tobe bemorlarning o'zgarishga tayyorlik darajasini aniqlagani SOCRATES **(**The Stages of Change Readiness and Treatment Eagerness Scale) metodikasi juda qulay instrument hisoblanadi. Metodika 19 ta savol, besh xil javob variantlari va uchta shkaladan iborat. Quyida ularni keltiramiz:

1. Muammoni tan olish (Recognition)

Shkala bemorning o'zida alkogolga qaramlik borligini va uning salomatlik, ijtimoiy moslashuv hamda hayot sifatiga salbiy ta'sirini anglash darajasini aks ettiradi. Yuqori ko'rsatkichlar muammoni tushunish va o'zgarishlar zarurligini tan olish shakllanganligi haqida guvohlik beradi. Past ko'rsatkichlar esa qaramlikning jiddiyligini inkor etish yoki kamsitishni anglatadi, bu esa davolanishga bo'lgan intilishga to'sqinlik qilishi mumkin.

2. Ikkilanish (Ambivalence)

Ushbu ko'rsatkich bemorda o'z xulq-atvorini o'zgartirishga nisbatan ziddiyatli munosabatlar mavjudligini ifodalaydi. Yuqori ko'rsatkichlar odatiy turmush tarzini saqlab qolish istagi va uni o'zgartirish ehtiyoji o'rtasidagi yaqqol ichki ziddiyatni aks ettiradi. Ikkilanish motivatsion jarayonning tabiiy bosqichi hisoblanadi, biroq uzoq vaqt davom etsa, davolash va reabilitatsiya chora-tadbirlarining samaradorligini pasaytirishi mumkin.

3. Faol harakatlar (Taking Steps)

Shkala bemorda destruktiv turmush tarzini o'zgartirish, spirtli ichimliklarni iste'mol qilishni to'xtatish va yangi xulq-atvor modellarini mustahkamlashga qaratilgan aniq xulq-atvor qadamlarining mavjudligini baholaydi. Yuqori qiymatlar terapevtik jarayonda faol ishtirok etish va o'zgarishlarni amalga oshirishga tayyorlikni ko'rsatsa, past qiymatlar passiv pozitsiyani saqlab qolish va irodaviy resurslarni yetarli darajada safarbar qilmaslikni ko'rsatadi [1].

SOCRATES so'rovnomasidagi "Harakatga tayyorlik" ko'rsatkichi bemorda addiktiv xulq-atvorga nisbatan o'zgarishlarni amaliy amalga oshirishga qaratilgan motivatsion-irodaviy va xulq-atvor ustanovkalarining shakllanganlik darajasini aks ettiradi. Ushbu shkalaning yuqori qiymatlari bemorning muammoni anglash va ichki ambivalentlikni bartaraf etish bosqichidan psixoaktiv moddalarni iste'mol qilishni to'xtatish va hushyor turmush tarzini mustahkamlashga qaratilgan aniq qadamlarni faol rejalashtirish va amalga oshirish bosqichiga o'tganligini ko'rsatadi.

Alkogolga qaram bo'lgan bemorlar uchun harakatlarga tayyorlikning yuqori darajasi terapevtik jarayonga muvaffaqiyatli jalb qilish, davolanishga sodiqlikni oshirish va barqaror remissiyaga erishish ehtimoli sifatida klinik ahamiyatga ega. Aksincha, shkalaning past qiymatlari qo'shimcha psixokorreksion yordam bo'lmaganda motivatsion safarbarlikning yetarli emasligi, prokrastinatsiya munosabatlarining saqlanib qolishi va muvaffaqiyatsizlik xavfining yuqoriligini ko'rsatishi mumkin.

Metodlar.

Tadqiqot 2025-yilda Respublika ruhiy salomatlik ilmiy-amaliy markazi Narkologiya 1-bo'limida davolanayotgan 60 nafar bemor ishtirokida o'tkazildi. Tanlanmaga 50 nafar erkak va 10 nafar ayol kiritildi. Ishtirokchilarning yoshi 25 dan 56 yoshgacha bo'lib, o'rtacha yosh 30±5 yilni tashkil etdi. Spirtli ichimlikka qaramlik staji 2 yildan 15 yilgacha bo'lib, o'rtacha 7±3 yilni tashkil etdi. Oilaviy ahvoli bo'yicha: 40 % bemorlar oilali, 30 % ajrashgan, 40 % esa turmush qurmagan edi.

Mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi alkogolga tobe bemorlarning o'zgarishga tayyorlik ko'rsatkichining shaxs individual-tipologik xususiyatlari, bemorning motivatsion sohasi, chidamliligi, o'zgarish salohiyati, hayotga yo'nalganligiga ta'sirini o'rganishdan iborat.

Biz Sobchikning "Individual-tipologik" so'rovnomasi, Maklakov va Chermyaninlar ishlab chiqqan "Adaptivlik" ko'p omilli shaxs so'rovnomasi, Maddining "Hayotiy chidamlilik" testi, Shaxsning o'zgarish salohiyati so'rovnomasi (V.R.Manukyan, I.R. Murtazina, N.V. Grishina), Alkogol/narkotik moddalar iste'mol qiluvchilarning o'zgarishga tayyorligini baholash so'rovnomasi (SOCRATES), Salomatlik nazorati ko'p o'lchovli lokus shkalasi, D.Leontevning "Hayotning mazmun-mohiyati yo'nalganligi" metodikasi kabilardan foydalandik.

NATIJALAR. Tadqiqotimizning statistik ahamiyatli natijalaridan boshlaymiz.

1-jadval

Alkogolga tobe bemorlarda o'zgarishga tayyorlik ko'rsatkichining individual-tipologik xususiyatlar bilan bog'liqligi

Shkala nomlari	*Tan olish*	*Ikkilanish*	*Faol harakatlar*
Ekstraversiya	0,510	0,340	0,518
Spontanlik	0,193	0,481	0,016
Agressivlik	-0,232	0,000	-0,028

Rigidlik	-0,490	0,010	-0,350
Introversiya	-0,503	**-0,598***	-0,241
Senzitivlik	0,020	-0,095	-0,060
Xavotirlik	-0,320	**-0,590***	0,051
Labillik	0,229	-0,066	0,167

1-jadvalda tobe bemorlarning o'zgarishga tayyorlik salohiyatining ularning individual-tipologik xususiyatlariga bog'liqligi ifodalangan. Olingan ma'lumotga muvofiq alkogolga tobe sinaluvchilarning individual-tipologik xususiyatlari kasallik va muammoni tan olish va uni bartaraf etish bilan bog'liq faol xatti-harakatlar bilan bog'liqlikka ega emas ekan. Buni avvalo tadqiqot ishtirokchilari yoki tanlanmaning miqdori kichikligi bilan izohlashimiz mumkin. Sinaluvchilar soni ortishi bilan ehtimol muammoni tan olish va uni yengish uchun faol harakatlarga sabab bo'luvchi individual-tipologik xususiyatlar qayd etiladi. Garchi mavjud muammoni anglash va faol harakatlarga sabab bo'luvchi omillar aniqlanmagan bo'lsa-da, bemorlarning ikkilanishini ta'minlovchi individual-tipologik xususiyatlar qayd etildi. Bular inroversiya (r_p=-0,598; p<0,05) hamda xavotirlik (r_p=-0,590; p<0,05) xususiyatlaridir. Alkogolizm bilan kasallangan bemorlarda ambivalentlik - o'zgarishlarga intilish va odatiy xulq-atvorni saqlab qolish o'rtasidagi ichki ziddiyat - introversiya va xavotirlanish darajasi bilan yaqqol aloqadorlikni namoyon etadi. Kuchaygan introversiya ichki tahlilni chuqurlashtirishga ko'maklashadi, biroq yuqori xavotirlanish bilan birgalikda qaror qabul qilishdagi ikkilanishlarni va o'zgarishlar jarayonini cho'zishga moyillikni kuchaytiradi. Yuqori darajadagi xavotirlanish o'z kuchiga ishonchsizlikni va davolanish natijasining salbiy bashoratlarini kuchaytiradi, bu esa ambivalentlikni oshiradi. Aksincha, xavotirlanishning pastroq darajasi va mo'tadil introversiya ichki ziddiyatning ifodalanishini pasaytirishi mumkin, bu esa alkogoldan voz kechish va remissiyani barqarorlashtirish yo'lida izchilroq harakatlanishga yordam beradi.

2-jadval

Alkogolga tobe bemorlarda o'zgarishga tayyorlik ko'rsatkichining hayotiy chidamlilik xususiyatlari bilan bog'liqligi

Shkala nomlari	*Tan olish*	*Ikkilanish*	*Faol harakatlar*
Hayotiy chidamlilik	0,140	0,377	-0,247
Daxldorlik	0,106	0,351	-0,358
Nazorat	0,173	0,352	-0,126
Tavakkalchilik	0,090	0,388	-0,364

Tadqiqot sinaluvchilarining Socrates metodikasining tan olish, ikkilanish, faol harakatlar shkalalari hamda hayotiy chidamlilik metodikasining hayotiy chidamlilik, daxldorlik, nazorat va tavakkalchilik shkalalari o'rtasida statistik ahamiyatli korrelyatsion aloqalar qayd etilmadi. Buning asosiy sababi sifatida tadqiqot tanlanmasining katta emasligi bilan izohlash mumkin. Boshqa tomondan, SOCRATES shkalasi asosan o'zgarish bosqichining kognitiv va xulq-atvor belgilarini qayd etsa, ikkinchi guruh ko'rsatkichlari intrapsixik ishonchlar va ichki resurs salohiyatini subyektiv baholashni aks ettiradi. O'lchanayotgan tuzilmalarning bunday xilma-xilligi ularning nisbiy mustaqilligi va to'g'ridan-to'g'ri aloqalarning yo'qligiga olib keladi. Olingan natijalarga ta'sir ko'rsatishi mumkin bo'lgan qo'shimcha omil alkogolga qaramlikdagi motivatsion dinamikaning o'ziga xosligidir. Bu holat yuqori ambivalentlik, motivatsion darajadagi tebranishlarning davriyligi va e'lon qilingan tayyorgarlik bilan haqiqiy xulq-atvor faolligi o'rtasidagi tez-tez uchraydigan farqlar bilan tavsiflanadi. Shuningdek, ijtimoiy maqbullik va introspektiv ongning yetarli emasligi tufayli o'z-o'zini baholash ma'lumotlarining buzilishi ehtimolini ham inobatga olish lozim. Shunday qilib, aniqlangan mustaqillik motivatsion tayyorgarlikni baholashning obyektiv va subyektiv usullarini bir vaqtning o'zida qamrab oluvchi integrativ diagnostika zarurligini ko'rsatadi. Bu jarayonda klinik va ijtimoiy-psixologik omillarni inobatga olish lozim. Bunday yondashuv bemorning motivatsion profilini yanada

to'liqroq tavsiflash va davolash jarayonidagi o'zgarishlar muvaffaqiyatini aniqroq bashorat qilish imkonini beradi.

3-jadval

Alkogolga tobe bemorlarda o'zgarishga tayyorlik ko'rsatkichining shaxs moslashuvchanlik salohiyati bilan bog'liqligi

Shkala nomlari	*Tan olish*	*Ikkilanish*	*Faol harakatlar*
Shaxslilik moslashuv salohiyati	**0,678***	0,536	0,296
Asab-psixik barqarorlik	**0,693****	**0,614***	0,288
Kommunikativ qobiliyatlar	**0,657***	0,528	0,301
Axloqiy normativlik	0,305	0,097	0,439

3-jadvalda SOCRATES metodikasining tan olish shkalasi bilan shaxslilik moslashuv salohiyati (r_p=0,678; p<0,05), asab-psixik barqarorlik (r_p=0,693; p<0,01) va kommunikativ qobiliyatlar (r_p=0,657; p<0,05) shkalalari bilan musbat korrelyatsion aloqa qayd etildi. Ushbu o'zaro bog'liqlik shuni ko'rsatadiki, qaramlikni ongli ravishda tan olish inqirozli vaziyatlarni samarali bartaraf etish va davolanish jarayoni sharoitlariga moslashish uchun zarur bo'lgan ichki va tashqi imkoniyatlarni safarbar qilish qobiliyati bilan chambarchas bog'liq. Asab-ruhiy barqarorlikning yuqori darajasi stress holatlarida hissiy va aqliy nazoratni saqlab qolishga ko'maklashadi, noto'g'ri moslashish reaksiyalari xavfini pasaytiradi va davolanishga bo'lgan ijobiy ruhiy holatni qo'llab-quvvatlaydi. Rivojlangan muloqot qobiliyatlari esa o'z navbatida, davolovchi jamoa va yaqin ijtimoiy muhit bilan yanada samarali aloqani ta'minlaydi, bemorning reabilitatsiya muhitiga qo'shilishiga yordam beradi va remissiyaning uzoq muddat davom etish ehtimolini oshiradi. Shunday qilib, yuqori moslashuvchanlik qobiliyati, ruhiy-hissiy zo'riqishlarga bardoshlilik va rivojlangan muloqot ko'nikmalarining uyg'unligi muammoni chuqur anglash va o'zgarishlarga tayyorlikni kuchaytiradigan qulay ruhiy muhitni yaratadi. Bu holat "Tan olish" mezonining yuqori ko'rsatkichlarida o'z aksini topadi. Ushbu natijalar spirtli ichimlikka qaramlik bo'lgan shaxslarga individual reabilitatsiya dasturlarini ishlab chiqishda mazkur shaxsiy resurslarni har tomonlama baholashning ahamiyatini ta'kidlaydi.

Tadqiqot sinaluvchilarida ikkilanish shkalasi bilan asab-psixik barqarorlik (r_p=0,614; p<0,05) o'rtasida korrelyatsion aloqa aniqlandi. SOCRATES so'rovnomasining tegishli shkalasi bo'yicha qayd etilgan ambivalentlik darajasi yuqori bo'lgan alkogolga qaram bemorlarda asab-ruhiy barqarorlik pasaygan holda kuzatiladi. Bu bog'liqlik shuni ko'rsatadiki, o'zgarishga bo'lgan motivatsiya va odatiy xulq-atvorni saqlab qolish o'rtasidagi ichki ikkilanishlar hissiy o'zini boshqarish qobiliyatining susayishi, stress ta'sirlariga ta'sirchanlikning ortishi hamda murakkab ijtimoiy yoki davolanish vaziyatlarida ruhiy muvozanatni saqlashning qiyinlashuvi bilan birgalikda namoyon bo'ladi. Yuqori ambivalentlik sharoitida asab-ruhiy barqarorlikning pasayishi motivatsion profilning beqarorligiga, moslashuvchan bo'lmagan reaksiyalar ehtimolining ko'payishiga va izchillik hamda sadoqatni talab etadigan davolash bosqichlarini o'tishda qiyinchiliklarga olib kelishi mumkin. Bu esa hissiy holatni barqarorlashtirish va o'zgarishlar zaruriyati bo'yicha ichki ziddiyatni kamaytiradigan mustahkam ustanovkalarni shakllantirishga qaratilgan maqsadli psixokorreksion ishlarning muhimligini ta'kidlaydi.

4-jadval

Alkogolga tobe bemorlarda o'zgarishga tayyorlik bilan o'zini o'zgartirish salohiyati o'rtasidagi bog'liqlik

Shkala nomlari	*Tan olish*	*Ikkilanish*	*Faol harakatlar*
O'zgarish ehtiyoji	0,370	0,522	-0,385
Ongli ravishda o'zgarish qobiliyati	0,349	**0,626***	-0,263
O'zgarish imkoniyatiga ishonch	-0,284	0,313	-0,532
O'zgarish imkoniyati	-0,364	-0,208	0,032
O'zini o'zgartirish salohiyati	0,320	**0,584***	-0,390

4-jadvalda ikkilanish shkalasi ongli ravishda o'zgarish qobiliyati (r_p=0,626; p<0,05) hamda o'zini o'zgartirish salohiyati (r_p=0,584; p<0,05) o'rtasida korrelyatsiya qayd etildi. Alkogolga qaramlikka chalingan bemorlarda SOCRATES so'rovnomasining "Ambivalentlik" shkalasi bo'yicha qayd etilgan ikkilanish darajasining oshishi "Ongli ravishda o'zini o'zgartirish qobiliyati" va shaxsning o'zgarish salohiyati ko'rsatkichlarining pastroq qiymatlari bilan bog'liqdir. Bunday bog'liqlik o'zgarishlar zarurligini tan olish va odatiy xulq-atvor andozalarini saqlab qolish o'rtasidagi ichki ziddiyat shaxs o'zgarishining maqsadli, ongli va barqaror yo'llarini shakllantirishga to'sqinlik qilishini ko'rsatadi. Yuqori darajadagi ikkilanish, odatda, ichki imkoniyatlarni safarbar qilishdagi qiyinchiliklar, uzoq muddatli maqsadlarga yetarlicha e'tibor bermaslik va zararli turmush tarzini o'zgartirish bo'yicha qadamlarni rejali ravishda amalga oshirish qobiliyatining pasayishi bilan birga keladi. Bu holat motivatsiyaning beqarorligi, avvalgi qarashlar va xulq-atvorga tez-tez qaytish, shuningdek, psixoterapevtik va reabilitatsiya choralarining samaradorligi pastligi bilan namoyon bo'lishi mumkin. Shunday qilib, ushbu toifadagi bemorlarda kuzatiladigan yaqqol ambivalentlik ongli ravishda o'zini o'zgartirish salohiyatini pasaytiradigan noqulay psixologik omil hisoblanadi. Bu holat ichki ziddiyatni kamaytirish va o'zgarishlarga tayyorlikning kognitiv hamda irodaviy jihatlarini mustahkamlashga yo'naltirilgan maqsadli psixokorreksion ta'sirni talab etadi.

5-jadval

Alkogolga tobe bemorlarda o'zgarishga tayyorlik bilan o'zini o'zgartirish salohiyati o'rtasidagi bog'liqlik

Shkala nomlari	*Tan olish*	*Ikkilanish*	*Faol harakatlar*
Maqsadlar	-0,200	0,269	-0,551
Jarayon	0,338	**0,608***	-0,166
Natijadolik	-0,232	0,272	-0,137
Men – lokusi	0,017	0,325	-0,270
Hayot – lokusi	-0,028	0,292	-0,316

"Hayotning mazmun-mohiyati yo'nalganligi" metodikasining jarayon shkalasi bilan ikkilanish shkalalari (r_p=0,608; p<0,05) o'rtasida musbat korrelyatsiya aniqlandi. SOCRATES so'rovnomasining "Ambivalentlik" shkalasi bo'yicha qayd etilgan ambivalentlikning yuqori darajasi alkogolga qaram bo'lgan bemorlarda D.A. Leontev metodikasining "Jarayon" ko'rsatkichining past qiymatlari bilan bog'liq. Bu ko'rsatkich hozirgi kundan subyektiv qoniqishni va o'z hayotini to'liq hamda hissiy jihatdan ahamiyatli deb idrok etishni aks ettiradi. Ushbu natija shuni ko'rsatadiki, o'zgarish istagi va odatiy turmush tarzini saqlab qolishga intilish o'rtasidagi ichki ziddiyat hozirgi hayot bosqichining ijobiy kechinmalarining kamayishi, sodir bo'layotgan voqealarga hissiy aloqadorlikning pasayishi va hayotning to'liqligini subyektiv his qilishning yetishmasligi bilan bog'liq. Yuqori ambivalentlikda bemorlar hozirgi zamonni uzuq-yuluq va kam ahamiyatli deb idrok etishlari mumkin. Bu esa motivatsion sohaning beqarorligini kuchaytiradi va shaxsiy o'zgarishlarning yaxlit strategiyalarini shakllantirishga to'sqinlik qiladi. Shunday qilib, alkogolga qaramlik kasalligiga chalingan bemorlar guruhida ambivalentlik va "jarayon" ko'rsatkichi o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik reabilitatsiya dasturlari doirasida hayot mazmuni va motivatsion sohalarni uyg'unlashtirish muhimligini ko'rsatadi. Bunda asosiy e'tibor nafaqat ichki ziddiyatlarni bartaraf etishga, balki joriy hayotdan qoniqish va ma'no topish qobiliyatini qayta tiklashga qaratilishi lozim. Afsuski, boshqa shkalalar bo'yicha statistik ahamiyatli korrelyatsion bog'liqlik kuzatilmadi (5-jadval).

6-jadval

Alkogolga tobe bemorlarda o'zgarishga tayyorlik bilan salomatlik nazorati ko'p o'lchovli lokus shkalasi o'rtasidagi bog'liqlik

Shkala nomlari	*Tan olish*	*Ikkilanish*	*Faol harakatlar*
Internallik shkalasi	-0,284	0,071	0,036
Omad shkalasi	0,226	0,368	0,405
Muhim insonlar shkalasi	-0,301	-0,349	-0,210

O’tkazilgan tahlil natijalari SOCRATES so’rovnomasining uchta shkalasi ("Muammoni tan olish," "Ambivalentlik," "Harakatga tayyorlik") va ko’p o’lchovli sog’liqni saqlash nazorati lokusi ko’rsatkichlari (ichki, tashqi - "shifokorlar," tashqi - "hodisa") o’rtasida statistik jihatdan ahamiyatli bog’liqliklarni aniqlamadi.

O’zaro bog’liqlikning yo’qligi ushbu metodikalar xulq-atvorni psixologik tartibga solishning turli darajalarini qayd etishi bilan bog’liq bo’lishi mumkin. SOCRATES asosan muammoni anglash, ichki ziddiyatni bartaraf etish va harakatlarga o’tish bilan bog’liq motivatsion jarayon dinamikasini aks ettiradi, MLKZ esa salomatlik holatini nazorat qilish (internallik yoki eksternallik) bo’yicha barqaror dispozitsion ko’rsatmalarni o’lchaydi. Shunday qilib, korrelyatsiyalarning yo’qligi salomatlik sohasidagi o’zgarishlarga vaziyatli motivatsion tayyorlik va barqaror atributiv uslublarning nisbiy avtonomligini ko’rsatishi mumkin.

Ushbu ko’rsatkichlar o’rtasidagi bog’liqlikni zaiflashtiradigan qo’shimcha omil alkogolga qaramlikning klinik o’ziga xosligi hisoblanadi. Bunday bemorlar uchun motivatsion holatning tebranishi, aniq ambivalentlik va e’lon qilingan niyatlar va haqiqiy xatti-harakatlar o’rtasidagi nomuvofiqlik xos bo’lib, bu lokus nazoratning barqaror ko’rsatmalarining motivatsion ko’rsatkichlarga ta’sirini yo’q qilishi mumkin. Bundan tashqari, MLKZ bo’yicha internallik yoki eksternallikning yuqori darajasi, agar motivatsiya erta yoki beqaror bosqichlarda bo’lsa, o’zgarishlarga tayyorlikni kafolatlamaydi.

Shunday qilib, aniqlangan o’zaro bog’liqlikning yo’qligi alkogolga qaram bo’lgan bemorlarda motivatsion va shaxsiy sohalarni baholashga tabaqalashtirilgan yondashuv zarurligini aks ettiradi, atributiv munosabatlarning o’zgarishi va motivatsiyaning kuchayishi turli maqsadli aralashuvlarni talab qilishi mumkinligini hisobga oladi.

Xulosalar.

1. Alkogolga qaram bemorlarda SOCRATES shkalasi bo’yicha yuqori ambivalentlik introversiya, shaxsiy va/yoki vaziyatli xavotirning kuchayishi, asab-ruhiy barqarorlikning pasayishi, ongli ravishda o’zini o’zgartirish qobiliyatining susayishi, shaxsiy o’zgarishlar salohiyatining kamayishi va hayotiy mazmun yo’nalishlari metodikasi bo’yicha "Jarayon" shkalasining past ko’rsatkichlari bilan bog’liq.

2. Ushbu o’zaro aloqadorlik shuni ko’rsatadiki, ichki ziddiyat va xavotir introvert munosabat turi bilan birgalikda muammoni anglashdan faol harakatlarga o’tish yo’lida mustahkam to’siq hosil qiladi, bu esa davolanishga sodiqlikni pasaytiradi va qayta boshlash xavfini oshiradi.

3. SOCRATES "Tan olish" shkalasining yuqori ko’rsatkichlari moslashuv qobiliyatining kuchayishi, ruhiy-hissiy zo’riqishlarga chidamlilik va rivojlangan muloqot malakalari bilan bog’liq bo’lib, bu davolash sharoitlariga muvaffaqiyatli moslashish va uzoq muddatli remissiyani saqlab qolishga yordam beradi.

4. SOCRATES shkalalari va o’zgarishlarga subyektiv tayyorlik ko’rsatkichlari, shuningdek, salomatlikni nazorat qilishning ko’p o’lchovli lokusi shkalalari o’rtasida sezilarli bog’liqlikning yo’qligi motivatsion komponentlar va atributiv ko’rsatmalarning ko’p darajali avtonomligi hodisasini aks ettiradi.

5. Alkogolga qaramlikning motivatsion dinamikasi davriylik, yaqqol ambivalentlik va e’lon qilingan niyatlar va haqiqiy xatti-harakatlar o’rtasidagi uzilish bilan tavsiflanadi, bu esa klinik va ijtimoiy-psixologik omillarni hisobga olgan holda kompleks tashxislashni talab qiladi.

Tavsiyalar.

1. Reabilitatsiya dasturlariga ambivalentlikni kamaytirish, xavotirni kamaytirish, hissiy boshqaruv ko’nikmalarini rivojlantirish va ijtimoiy aloqalarni kengaytirishga qaratilgan maqsadli psixokorreksiya tadbirlarini kiritish.

2. Xulq-atvorning obyektiv ko’rsatkichlarini (masalan, SOCRATES bo’yicha) ham, subyektiv o’zini o’zi baholashni ham, shuningdek, moslashuvchanlik salohiyati va mazmunli hayotiy yo’nalishlarni baholash usullarini ham o’z ichiga olgan motivatsion tayyorlikni kompleks baholashdan foydalanish.

3. Davolashni rejalashtirishda asab-ruhiy barqarorligi past va kuchli introversiyali bemorlarga alohida e'tibor qaratish lozim, chunki bu omillar uzoq muddatli ambivalentlik xavfini oshiradi va davolash samaradorligini pasaytiradi.

4. Individual davolash rejalariga muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish va stressga chidamlilikni oshirish bo'yicha modullarni kiritish, ayniqsa "E'tirof etish" shkalasi past bo'lgan bemorlar uchun.

5. Salomatlikni nazorat qilishning ko'p o'lchovli lokusi ma'lumotlarini talqin qilishda shuni hisobga olish kerakki, internallik yoki eksternallikning yuqori darajasi o'z-o'zidan o'zgarishlarga tayyorlikni belgilamaydi va qo'shimcha motivatsion aralashuvlar zarur.

6. Remissiya barqarorligini oshirish uchun motivatsiya, kognitiv-irodaviy komponentlar va mazmunli hayot sohasi bilan ishlashni birlashtirgan integrativ diagnostika va tuzatish yondashuvlarini ishlab chiqish va amalga oshirish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Климанова С.Г., Трусова А.С. Адаптация русскоязычной версии опросника для оценки готовности к изменениям (SOCRATES) // Консультативная психология и психотерапия 2018. Т. 26. № 3. С. 80-104.

Ibrogimov Muhammadrasul Abdimumin o'g'li
O'zbekiston Milliy Universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti
Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi, mustaqil tadqiqotchi
https://orcid.org/0009-0006-3472-0761

TALABALARA SOTSIAL IQTIDORINING PSIXOLOGIK PREDIKTORLARINI BIRLAMCHI EMPIRIK TAHLILI

Annotatsiya. *Jahondagi barcha mamlakatlarda ijtimoiy-iqtisodiy munosabatlar rivojlanishining zamonaviy sharoitida xizmat kollektivlarida shaxslararo munosabatlarga ta'sir ko'rsatishning norasmiy dastaklarining roli sezilarli darajada oshib bormoqda. Bu esa yetakchilik, boshqa insonlarni tushunish, ular bilan konstruktiv munosabat o'rnatish va boshqarish qobiliyati yoki sotsial iqtidorli shaxslarni o'rganish doimiy izlanishlarga zarurat tug'dirmoqda. Jahon psixologiyasida iqtidor fenomeni keng ko'lamda va doimiy tadqiq etish xarakterdagi muammo sanaladi. Sotsial iqtidor masalasi esa konstruktiv munosabatlar, sotsial faoliyatga qobiliyatlilik, kognitiv va kognitiv bo'lmagan omillari, shaxsning emotsional-irodaviy xususiyatlari va kommunikativ-tashkilotchilik qobiliyatlari, ijtimoiy faolligi, sotsial ijod qilishga tayyorligi, sotsial intellekt tarzda tadqiq etilgan. Biroq, sotsial iqtidorning oliy ta'lim tizimi talabalari shaxs bilan bog'liq ijtimoiy-psixologik determinantlari muammosi esa yangi izlanish olib borishga zarurat tug'dirmoqda.*

Kalit so'zlar*: iqtidor, sotsial iqtidor, talabalar, yetakchilik, iqtidor sifatlari, yetakchilik, yetakchi talaba, tashkilotchilik, prediktorlar.*

ПЕРВИЧНЫЙ ЭМПИРИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПРЕДИКТОРОВ СОЦИАЛЬНОЙ ОДАРЕННОСТИ СТУДЕНТОВ

Аннотация. *В современных условиях развития социально-экономических отношений во всех странах мира значительно возрастает роль неформальных рычагов воздействия на межличностные отношения в служебных коллективах. Это создает потребность в постоянном изучении лидерства, способности понимать других людей, устанавливать с ними конструктивные отношения и управлять ими, а также в исследовании социально одаренных личностей. В мировой психологии феномен одаренности является широкомасштабной и постоянно исследуемой проблемой. Вопрос социальной одаренности изучен с точки зрения конструктивных отношений, способности к социальной деятельности, когнитивных и некогнитивных факторов, эмоционально-волевых характеристик и коммуникативно-организаторских способностей личности, социальной активности, готовности к социальному творчеству, социального интеллекта. Однако проблема социально-психологических детерминант социальной одаренности, связанных с личностью студентов системы высшего образования, требует новых исследований.*

Ключевые слова: *одаренность, социальная одаренность, студенты, лидерство, качества одаренности, лидер-студент, организаторские способности, предикторы.*

PRIMARY EMPIRICAL ANALYSIS OF PSYCHOLOGICAL PREDICTORS OF STUDENTS' SOCIAL GIFTEDNESS

Abstract. *In the modern conditions of socio-economic development in all countries worldwide, the role of informal levers influencing interpersonal relationships in service collectives is significantly increasing. This necessitates constant research on leadership, the ability to understand others, establish constructive relationships with them, and manage them, or the study of socially gifted individuals. In global psychology, the phenomenon of giftedness is considered a problem of large-scale and continuous research. The issue of social giftedness has been studied in terms of constructive relationships, capacity for social activity, cognitive and non-cognitive factors, emotional-volitional*

characteristics of the individual, communicative-organizational abilities, social engagement, readiness for social creativity, and social intelligence. However, the problem of socio-psychological determinants of social giftedness associated with the personality of higher education students necessitates new research.

Keywords: *giftedness, social giftedness, students, leadership, qualities of giftedness, leadership, student leader, organization, predictors.*

Kirish. Sotsial iqtidorni psixologiyada o'rganilishi iqtidorning boshqa turlarini tadqiqotlariga nisbatan zamonaviy tadqiqotlar sirasiga kiradi. Sotsial iqtidorni o'rganilishi XX asr boshlarida shaxsning individual xususiyatlarini o'rganishda iqtidorga alohida e'tibor qaratila boshlangan so'ng iqtidorning alohida shakllarini o'rganishga e'tibor qaratila boshlanishidan yangi bosqichga chiqdi. Bunda sotsial iqtidorni tavsiflovchi xususiyatlardan biri sotsial intellektni o'rganish asosida sotsial iqtidorni o'rganishning amaliy bosqichiga o'tiladi.

Sotsial intellekt tushunchasini ilk bor E.Torndayk fanga olib kirgan bo'lib, u sotsial intellektni shaxslararo munosabatlarda muvaffaqiyatga erishish va boshqa insonlarni boshqara olish mahorati deb ta'kidlaydi[4]

Sotsial intellektni tahlil etish bo'yicha dastlabki amaliy izlanishlarni amalga oshirganlardan G.Ayzenk hisoblanadi. G.Ayzenk intellektning uch shaklini ajratib ko'rsatadi: biologik, psixometrik, sotsial intellekt shakllari. U ushbu intellekt shakllarini bir-biri bilan bog'liq intellekt shakllari sifatida ko'radi va o'z modelini taklif qiladi. [1]

Sotsial iqtidor masalasi zamonaviy psixologiyada, ayniqsa, ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar kontekstida dolzarb ilmiy muammolardan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Mavjud ilmiy manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, sotsial iqtidorni shakllantiruvchi omillar va uning namoyon bo'lish xususiyatlari asosan shaxs ontogenezining erta bosqichlarida tadqiq etilgan. Biroq yetuklikning boshlang'ich bosqichida, ayniqsa, talabalar kabi ijtimoiy jihatdan faollashish ostonasida turgan yoshlar guruhiga nisbatan bu muammoga yetarlicha ilmiy e'tibor qaratilmagan.

Talabalar – jamiyatning ijtimoiy-iqtisodiy, siyosiy va madaniy rivojlanish jarayonlarida faol ishtirok etishi kutilayotgan istiqbolli kadrlar qatlami hisoblanadi. Ular kelajakda rahbarlik vazifalarini bajaruvchi, turli ijtimoiy jarayonlarni boshqarishda ishtirok etuvchi sub'ektlar sifatida shakllanadi. Shu munosabat bilan, talabalarda sotsial iqtidor darajasini aniqlash va rivojlantirish masalasi nafaqat shaxsiy o'sish nuqtai nazaridan, balki milliy kadrlar salohiyatini yuksaltirish nuqtai nazaridan ham strategik ahamiyatga egadir.

Sotsial iqtidor – shaxsning ijtimoiy muhitda samarali faoliyat yuritish, ijtimoiy munosabatlarga ongli tarzda kirisha olish, guruhda o'z o'rnini topa bilish, ta'sir ko'rsata olish, yetakchilik va ijtimoiy adaptatsiya qobiliyatlarini qamrab olgan murakkab psixologik tuzilma hisoblanadi. Mazkur qobiliyatni ilmiy jihatdan baholash va tarkibiy komponentlarini aniqlash uchun, avvalo, uning sotsial-psixologik predikatorlarini tahlil etish zarur. Bu orqali talabalarning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishini hamda jamiyatdagi ijtimoiy rolini to'g'ri belgilash imkoniyati yaratiladi.

J. S. Renzulli va S. M. Reyeslar tomonidan ishlab chiqilgan «iqtidorning uch halqasi» nazariyasiga ko'ra, iqtidor inson faoliyatining barcha sohalarida ijodkorlik va tadqiqot tafakkuri asosida rivojlanadi[3]. Mualliflar ta'kidlashicha, iqtidorning namoyon bo'lishida faqat intellektual salohiyat emas, balki shaxsiy qiziqishlar, afzal ko'rilgan o'quv uslublari, o'zini namoyon qilish, o'z-o'zini nazorat qilish, rejalashtirish va o'rganish jarayonidan bahra olish kabi omillar ham muhim o'rin tutadi. Shuningdek, hamkorlik va muloqot salohiyatini rag'batlantiruvchi ijtimoiy omillar iqtidorni muvaffaqiyatli namoyon etishga xizmat qiladi.

Mazkur yondashuvlar sotsial iqtidorning faqat individual ravnaq emas, balki keng jamoatchilik manfaatlari va sivilizatsiya rivojlanish nuqtai nazaridan ham muhimligini tasdiqlaydi. Xususan, iqtidorli yoshlarning iqtisodiy, ilm-fan, ijtimoiy va madaniy kapital orqali kelajak avlodlar uchun global resurslarni asrashdagi ishtiroki ijtimoiy iqtidorning ahamiyatini yanada oshiradi.

Tadqiqotda talabalar sotsial iqtidorlining psixologik prediktorlarini aniqlash bo'yicha birlamchi tadqiqotlar uchun sotsial iqtidorning tarkibiy komponentlarini o'zida aks ettiruvchi xususiyatlarni o'rganishga imkoni beruvchi metodikalar asosida yondashish muhim deb hisoblanadi.

Metodlar. tadqiqotimizda foydalanilgan metodikalar qatorida joy olgan K.Rojersning "Sotsial–psixologik adaptatsiya so'rovnomasi" ham tadqiqot dasturimizga qayd etildi. Ushbu metodikada "Adaptivlik", "Dezadaptivlik", "Samimiylik", "O'zini qabul qilish", "O'zgalarni qabul qilish", "O'zgalarni qabul qilmaslik", "Emotsional komfort", "Emotsional diskomfort", "Ichki nazorat", "Tashqi nazorat", "Eskapizm (muammolardan yiroqlashish)", "Qayd etish" kabi shkalalarni o'z ichiga olgan bo'lib, 7 ballik tizim orqali baholanadi. Mazkur metodikaning yutuqli jihati shaxsni o'zining emotsional sohasi hamda adaptatsion qobiliyatini ishonchli baholay olishga yordam berishidadir. Mazkur metodika orqali sotsial iqtidorning tarkibiy komponenti sifatida qaraladigan shaxsning emotsional soha to'g'risidagi birlamchi ma'lumotlarni olish qulay hisoblanadi.

Sotsial iqtidorni o'rganishda sotsial intelletkning ahamiyatini qayd etgan holda sotsial intellektni o'rganish bo'yicha G. Rezapkina modifikatsiyasi asosidagi "Sotsial intellekt" so'rovnomasidan ham foydalanildi. Metodika "O'z-o'zini anglash", "O'z-o'zini nazorat", "Empatiya", "Kirishimlilik", "O'z-o'zini motivatsiyalash" kabi shkalalar orqali shaxs sotsial intellektini baholashda foydalaniladi. Ushbu metodika sotsial intellektni ishonchli baholash bo'yicha keng qo'llaniluvchi metodika sifatida qayd etiladi.

Natijalar va Munozara. Tadqiqotda talabalar sotsial iqtidorlining psixologik prediktorlarini aniqlash bo'yicha birlamchi tadqiqotlar uchun sotsial iqtidorning tarkibiy komponentlarini o'zida aks ettiruvchi xususiyatlarni o'rganishga imkoni beruvchi metodikalar asosida yondashish muhim deb hisoblanadi.

Foydalanilgan metodika bir vaqtni o'zida sotsial iqtidorning baholashag xizmat qiluvchi mezonlarning bir qatorini o'z ichiga oladi, ya'ni birinchi navbatda turli ijtimoiy vaziyatlarga moslashuvchanligi, konstruktiv shaxsga xos o'zini o'zi qabul qilish, shaxslararo munosabatda har xil ijtimoiy-xususiyatga ega bo'lgan insonlarni qabul qilishi va ular bilan munosabat o'rnatishi, emotsional komfort - bu inson o'zini ishonchli, xotirjam va xavfsiz his qiladigan holatdir. bu holat odamga optimistik bo'lish, qo'rquv va xavotirdan xoli bo'lish, his-tuyg'ularini ochiq ifoda etish imkonini berishi, shaxsning o'ziga bo'lgan ishonchini va o'zini sub'ektiv nazorat qilishi, ustunlikka va yetakchilikka intilishidan iborat mezonlar mavjud. Tadqiqotda talabalar sotsial iqtidorining muhim va ahamiyatli prediktorlarini aniqlashning birinchi bosqichida o'rganilayotgan xususiyatga moyillik holatini aniqlashdan iborat edi. Shu sababli ham ushbu so'vronomani talabalarning sotsial iqtidorlik darajasini baholashga xizmat qiluvchi muhim metodika sifatida tanlab olindi.

So'rovnomani amaliyotda tatbiq etishda ikki jihatga e'tibor qaratildi. Birinchi navbatda so'rovnoma orqali talabalarning sotsial iqtidorlik darajasiga moyillik va xayrixohlik darjasini aniqlashda so'rovnomaning baholash shkalalari bo'yicha sinaluvchilarning yuqori, o'rta va quyi me'yoriy ko'rsatkichlar bo'yicha ulushlarini aniqlashdan iborat edi. Ikkinchisi esa statistik mezonga ko'ra so'rovnomaning natijalari noparametrik xarakterga egaligi sababli, uning barchasi belgilangan mezonlarga tayanib tahlil etishni talab etadi. Birlamchi ma'lumotlarga ko'ra quyidagi umumiy tavsiflovchi jadval keltiriladi (1-jadval).

Taqdim etilgan empirik ko'rsatkichlarga ko'ra, talabalar sotsial iqtidorining muhim prediktorlarini aniqlashda ishtirok etuvchi talabalarlan iborat tanlanma uchun mazkur metodikaning baholashshkalasiga mansub bo'lganlarni saralash lozim degan xulosaga kelindi. Shunga ko'ra har bir shkala bo'yicha yuqori qiymatga ega bo'lgan talabalar ulushini qisqacha izohini keltirib o'tamiz.

1. Adaptatsiya. O'rtacha ball: 62.74, talabalarning aksar qismi (69.1%) o'rta darajada adaptatsiyalangan. Bu ularning yangi ijtimoiy muhitga moslashish qobiliyati yaxshi ekanligini, lekin to'liq emasligini anglatadi. Yuqori darajada adaptatsiyalanganlar soni 17.3%ni tashkil etib, talabalarning bir qismida sotsial iqtidor kuchli ekanligiga ishora qiladi. Biz uchun muhim ahamiyatni qiymat sifatida yuqori natijani aks ettirgan talabalar zarurdir.

1-jadval

Talabalarning “Sotsial-psixologik adaptatsiya” so’rovnomasi bo’yicha taqsimot ko’rsatkichlari

Shkalalar	X	σ	Quyi		O’rtach		Yuqori	
			%	Chastota	%	Chastota	%	Chastota
Adaptatsiya	62.74	10.494	13.6	194	69.1	986	17.3	247
O’zini qabul qilish	78.32	12.26	15.1	215	66.4	948	18.5	264
O’zgalarni qabul qilish	61.38	11.58	12.6	180	73.2	1045	14.2	202
Emotsional komfort	65.40	13.01	16.8	240	66.7	952	16.5	235
Internallik	64.05	10.57	13.8	197	71.6	1022	14.6	208
Hukmronlikka intilish	52.95	14.76	14.4	206	70.9	1012	14.7	209

2. O’zini qabul qilish. Talabalarning o’rtacha ko’rsatkichi ham ahamiyatlidir (78.32). Ammo, biz uchun talabalarning yuqori ko’rsatkichga ega bo’lganlar 18, 5% i o’zini yetarlicha qabul qiladi, bu esa ichki barqarorlik va ijobiy "Men-konsepsiya" rivojlanganligini ko’rsatadi. Bu sotsial iqtidor uchun muhim prediktor hisoblanadi. Ushbu shkala asosida ham talabalarning 18.5% ulushdagilar ahamiyatlidir.

3. O’zgalarni qabul qilish. Uchinchi shkala bo’yicha talabalarning 14.2 % i yuqori darajada boshqalarni qabul qiladi. Bu, ularda empatiya, hurmat va ijtimoiy munosabat qurish qobiliyatining shakllanganini anglatadi. Tadqiqotda aynan ushbu talabalarning xususiyatlarini inobatga olinadi.

4. Emotsional komfort. Mazkur shkala bo’yicha talabalar Emotsional barqarorlik va hissiy uyg’unlik talabalarda ancha yaxshi rivojlanganlar (16.5%). Bu ko’rsatkich ularda xavotir darajasi past ekanligini ko’rsatib, sotsial muloqotda o’zini erkin tutish imkonini beradi.

5. Internallik (subyektiv nazorat shkalasi). Internallik - inson o’z hayoti uchun mas’uliyatni o’z zimmasiga olishini ko’rsatadi. Talabalarning 14.6 %i yuqori darajada internallikka ega, bu ularning mustaqil qarorlar qabul qilish qobiliyatini anglatadi.

6. Ustunlikka intilish. Bu ko’rsatkich talabalarning ko’pchiligida liderlikka intiluvchanlik yuqori bo’lganlar 14.7%ni tashkil etmoqda. Aynan yetakchilik xususiyatini yuqori darajada ifodalovchilar bu ijtimoiy iqtidorning tarkibiy qismi sifatida, jamoadagi roli va faolligiga ta’sir qiladi. Chunki yetakchilik (liderlik) xususiyati shaxs sotsial iqtidorining muhim psixologik jabhasi ham hisoblanadi.

Yuqoridagi natijalarning uzviy davomi sifatida tahlilni yanada chuqurlashtirgan holda va asosiy e’tiborni “Sotsial-psixologik adaptatsiya” so’rovnomasi bo’yicha shkalalarda yuqori ko’rsatkich namoyon etgan sinaluvchilar ulushiga qaratiladi. Bu yondoshuv talabalarda sotsial iqtidorning predektorlarini uchun jalb etilayotgan sinaluvchilarning reprezentativligini belgilashga xizmat qiladi (2-jadval).

Eng yuqori natijani “O’zini qabul qilish” shkalasi tashkil etdi (18.5%). Bu esa talabalarning shaxsiy identifikatsiyasi, o’z-o’ziga ishonchi va ichki uyg’unligi yuqori ekanligini ko’rsatadi. Bunday talabalar ijtimoiy faol bo’ladi, yetarlicha motivatsiyaga ega, munosabatlarda ochiq va barqaror.

Yuqori natijalar bo’yicha “Adaptatsiya” va “Emotsional komfort” ko’rsatkichlari ahamiyatlidir (17.3% va 16.5%). Bu ikkita shkalada yuqori ball to’plaganlar shkalalarning navbatdagi guruhi hisoblanadi. Ular ijtimoiy-psixologik xususiyatlariga ko’ra sotsial muhitda o’zini erkin tutadigan, emotsional barqaror shaxslardir. Ularda moslashuvchanlik, kommunikativ qobiliyat va stressga chidamlilik shakllangan. Bu esa sotsial iqtidorning muhim psixologik jabhalari sifatida o’rganishga asos bo’lib xizmat qiladi.

2-jadval

Talabalarning "Sotsial-psixologik adaptatsiya" so'rovnomasi bo'yicha yuqori ko'rsakichga ega bo'lgan sinaluvchilarning xususiyatlarining qisqacha izohi

№	**Shkala**	Foiz (%)	N	**Qisaqacha izoh**
1.	**Adaptatsiya**	17.3%	247	Juda muhim ko'rsatkich: bu talabalar o'zlarini yangi ijtimoiy muhitda erkin tuta oladi, muammolarga moslashuvchanlik bilan yondashadi. Ular yuqori darajadagi sotsial ixtisoslashuvga ega.
2.	O'zini qabul qilish	**18.5%**	**264**	Eng yuqori ulush: talabalarning qariyb 1/5 qismi o'zini ijobiy qabul qiladi, bu ularning barqaror shaxsiy "Men-konsepsiya"ga egaligini, ichki uquvchilik va o'z qadr-qimmatini anglash qobiliyatini ko'rsatadi. Bu sotsial iqtidorning asosiy ustuni sanaladi.
3.	O'zgalarni qabul qilish	14.2%	202	O'rtachadan pastroq, lekin muhim: ijtimoiy empatiya va bag'rikenglikning shakllangan ulushi. Ularning yuqori ulushi guruh dinamikasida ijobiy ta'sir ko'rsatadi.
4.	Emotsional komfort	16.5%	235	Ehtiroslarini nazorat qilish, boshqalar bilan hissiy uyg'un munosabat qurish salohiyati yuqori. Bunday talabalarda qo'rquv va xavotir kam, ular ijtimoiy faol muhitda o'zini erkin tutadi.
5.	Internallik	14.6%	208	Ichki nazorat darajasi yuqori bo'lganlar soni salmoqli. Bunday shaxslar o'z harakatlariga mas'uliyatli, mustaqil va yetakchilikka moyildirlar.
6.	Ustunlikka intilish	14.7%	209	E'tiborga loyiq: talabalarning ma'lum qismi yetakchilik va ta'sir ko'rsatishga intiladi. Bu guruhdagi liderlik iqtidoriga ega bo'lgan shaxslar mavjudligini ko'rsatadi.

"O'zgalarni qabul qilish" shkalasida yuqori ko'rsatkichlar ulushi ahamiyatli bo'lgan navbatdagi shkala hisoblanadi (14.2%).

Bu talabalarning boshqalarni nisbatan qabul qilish, empatik munosabat qurish ko'nikmalari hali to'liq shakllanganlarni anglatadi. Ijtimoiy bagrikenglik va interpersonal hurmat kamol toptirgan talabalardir.

Internallik va hukmronlikka intilish o'rtacha darajada rivojlangan (14.6 % va 14.7%). Bu ko'rsatkichlar sotsial iqtidorning shaxsiy mustaqillik va yetakchilik bilan bog'liq jihatlarini tavsiflaydi. Bu turdagi shaxslar ijtimoiy jarayonlarda tashabbuskor bo'lib, muammolarga hal etuvchi yondashuv qiladi.

Talabalar sotsial iqtidorining tavsiflovchi prediktorlarni tadqiq etish uchun asosiy mezon sifatida xizmat qiladigan navbatdagi mezon sotsial intellekt hisoblanadi. Ushbu yo'nalishdagi natijalar olish uchun "Sotsial intellekt" so'rovnomasi (Bass-Darki testining G. Rezapkina modi-fikatsiyasi asosida). So'rovnomani tatbiq etishdan oldin dastlabki tajribalarda Dj.Gilfordning "Sotsial intellekt" testi tatbiq etildi. Ammo testning stimul materiallarini idrok etish hamda sinaluvchilar bilan Google Formda test sinovlarini tashkil etishdagi qiyinchiliklarni bartaraf etish mazmunida ushbu metodika tanlandi. So'rovnoma natijalar asosida bir qator ahamiyatli qiymatlar olindi. Sotsial iqtidorning ijtimoiy-psixologik diagnostikasi masalasidagi tadqiqotlarda ilgari surilgan g'oyalarga ko'ra iqtidorlikning xulq-atvor belgilari (ayniqsa, instrumental va motivatsion omillar) o'zgaruvchan va ko'pincha ziddiyatli shaklda namoyon bo'ladi, chunki ular ko'p jihatdan faoliyatning predmet mazmuni va sotsial intellektga bog'liqdir deb ko'rsatiladi.[2]

Sotsial intellektni o'rganish so'rovnomasining natijalari ham noparametrik xarakterga ega bo'lib, ularning ushbu toifa statistika tahlil mezonlariga tayangan holda tahlil etishga erishiladi.

Ushbu "Sotsial intellekt" so'rovnomasi natijalari asosida talabalarning sotsial iqtidorini aniqlashda asosiy psixologik prediktorlarni tahlil qilishda yordam beradi. Empirik ko'rsatkichlar statistik mezonlar (Kruskal-Uollis H-kriteriysi) mazmunan singdirilgan, shaklda tahlil qilindi. Diagnostika natijalari 1427 talabadan olingan bo'lib, ularning natijalaridagi sotsial inettellekt darajalari o'rtasidagi ishonchlilik tafovutlari $p \leq 0.01$ darajada ishonchli hisoblanadi.(3-jadval)

3-jadval

Talabalarning "Sotsial intellekt" so'rovnomasi bo'yicha o'rganish natijalari (Kraskul-Uolles H-mezoni)

Shkalalar	Daraja	N	O'rtacha rang	H	p
O'z-o'zini anglash	Quyi	1082	541.50	896.15	0.000**
	O'rta	293	1229.00		
	Yuqori	52	1401.50		
	Jami	1427			
O'zini o'zi nazorat	Quyi	982	455.98	94.18	0.000**
	O'rta	270	700.20		
	Yuqori	175	763.77		
	Jami	1427			
Empatiya	Quyi	616	672.98	19.42	0.000**
	O'rta	530	718.46		
	Yuqori	281	795.51		
	Jami	1427			
Kirishimlilik	Quyi	889	613.86	41.84	0.000**
	O'rta	391	632.76		
	Yuqori	147	766.29		
	Jami	1427			
O'zini o'zi moti-vlashtirish	Quyi	715	487.55	464.87	0.000**
	O'rta	458	888.96		
	Yuqori	254	970.48		
	Jami	1427			

Izoh:**-p≤0.01;

O'z-o'zini anglash shkalasi bo'yicha respondentlarning o'rtacha rang ko'rsatkichlari quyi (541.50). o'rta (1229.00) va yuqori (1401.50) sotsial intellekt darajalarida ishonchlilik ko'rsatkichini aks ettirdi ($H = 896.15$, $p \leq 0.01$). Empirik ko'rsatkichlar o'z-o'zini anglash salohiyati sotsial iqtidorning eng kuchli prediktori ekanligini ko'rsatadi. Yuqori o'zini anglaydigan talabalar shaxsiy emotsiya va ijtimoiy roli haqida ongli tushunchaga ega bo'lib, ijtimoiy munosabatlarda faol va samarali ishtirok etadilar.

O'zini o'zi nazorat qilish shkalasi bo'yicha respondentlarning o'rtacha rang ko'rsatkichlari quyi (455.98). o'rta (700.20) va yuqori (763.77) sotsial intellekt darajalarida ishonchlilik ko'rsatkichini aks ettirdi ($H = 94.18$, $p \leq 0.01$). Bu natijalar sog'lom ijtimoiy adaptatsiyaga nazorat darajasi yuqori bo'lgan talabalarning ko'rsatkichlari muhimligini tasdiqlaydi. Bu shuni anglatadiki, o'zini nazoratiga egalik hollarda ijtimoiy erkinlikni to'g'ri yo'naltirish mumkin. Demak, sotsial iqtidor uchun yuqori va barqaror nazorat muhim ekan.

Empatiya shkalasi bo'yicha talabalarning o'rtacha rang ko'rsatkichlari quyi (672.98). o'rta (718.46) va yuqori (795.51) sotsial intellekt darajalarida ishonchlilik ko'rsatkichini aks ettirdi ($H = 19.42$, $p \leq 0.01$). Empirik ko'rsatkichlar sotsial iqtidor uchun zarur tanlanmalar va prediktorlar uchun empatiya yuqori bo'lgan talabalar boshqalarning hissiyotini yaxshi tushunadi va munosabatlarda

mulohazali hisoblanadi. H-kriteriy nisbatan kichik bo'lsa-da, p≤0.01natija statistik ahamiyatga ega ekanini ko'rsatadi. Bu omil sotsial iqtidorning muhim, lekin yorqin emas, "quyi mazmundagi" komponentlaridan biri hisoblanadi.

Kirishimlilik shkalasi bo'yicha talabalarning o'rtacha rang ko'rsatkichlari quyi (613.86). o'rta (632.76) va yuqori (766.29) sotsial intellekt darajalarida ishonchlilik ko'rsatkichini aks ettirdi (H = 41.84, p≤0.01).

Empirik ko'rsatkichlar kirishimlilik yuqori va sotsial iqtidorning muhim tarkibiy xususiyati sifatida qabul qilinadi va shaxsdan zarur o'rinlarda ijtimoiy munosabatlarda ochiq bo'lishini ko'rsatadi. Demak, sotsial iqtidor faqat tashqi faollik emas, balki ongli, maqsadli ijtimoiy kirishuv ekanligi tasdiqlandi.

Xulosa va tavsiyalar.

1. Adaptatsiya va emotsional komfort sotsial iqtidorning asosiy funksional komponentlaridir. Talabalardagi yuqori moslashuvchanlik va hissiy barqarorlik ularning yangi ijtimoiy vaziyatlarga moslasha olishi hamda samarali muloqotda ishtirok etish qobiliyatini ko'rsatadi. Bu sotsial iqtidorning faol ifodalanishi uchun zarur psixologik omillardir.

2. Sotsial iqtidorning shakllanishida empatiya va o'zgalarni qabul qilish qobiliyati muhim hisoblanadi. Ijtimoiy munosabatlarda muvaffaqiyatli ishtirok etish, bag'rikenglik va hamdardlik salohiyati talabalarning ijtimoiy munosabatlar samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

3. Internallik va yetakchilikka intilish shaxsiy mas'uliyat va tashabbuskorlikni ta'minlaydi. Ichki nazorat va hukmronlikka moyillik sotsial iqtidorning tashabbus, yetakchilik va ijtimoiy ta'sir ko'rsatish qobiliyatlari bilan bog'liq muhim psixologik prediktorlaridir.

4. Sotsial iqtidorni baholashda to'rt yo'nalishli mezonlar tizimi muvaffaqiyatli ishlab chiqildi va amalda tasdiqlandi. Talabalarning sotsial iqtidorini aniqlashda «muomala va shaxslararo munosabatlar», «xulq-atvor», «faoliyatga doir sifatlar» hamda «his-tuyg'u va kechinmalar» kabi to'rt yo'nalish bo'yicha shakllantirilgan ekspert baholash mezonlari nazariy asoslangan va empirik jihatdan sinovdan o'tkazildi.

5. Sotsial iqtidorli talabalarda yuqori baholangan sifatlardan biri – "O'z g'oyalari bilan boshqalarni ilhomlantira olish" va "Moslashuvchanlik" hisoblanadi. 80% va 73.3% ko'rsatkichlar bilan ushbu sifatlar sotsial iqtidorning eng muhim ko'rsatkichlari sifatida namoyon bo'ldi. Bu talabalardagi ijtimoiy ta'sir va tez moslashish qobiliyatining muhimligini tasdiqlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Айзенк Г.Ю. Интеллект: Новый взгляд // Вопросы психологии.. - 1995. - № 1. - С. 111-131.

2. Киселева Т.Г. Психодиагностический инструментарий для оценки социальной одаренности.- *Кострома.,* Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова 2013, Том 19. С.75.

3. Renzulli J. S. The tree-ring conception of giftedness: A developmental model for creative productivity // R. I. Sternberg, J. E. Davidson (eds.). Conceptions of giftedness. – Cambridge: Cambridge University Press, 1986. – P. 53–92.

4. Thorndike E.L. Intelligence and its uses // Harper's Magazine. - 1920. - № 140. - P. 227-235

Ilxomova Dilfuza Ilyasovna
O'zbekiston Milliy universiteti Psixologiya kafedrasi professori,
psixologiya fanlari doktori

РОЛЬ ВООБРАЖЕНИЯ УЧИТЕЛЯ В ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ИГРОВОЙ ФОРМЕ

Аннотация. *Воображение в психолого-педагогической науке рассматривается как ключевой когнитивный механизм, обеспечивающий способность к моделированию новых образовательных ситуаций и созданию вариативных стратегий взаимодействия с учащимися. Воображение в исследованиях С.Л. Рубинштейна Л.С. Выготского, В.В. Давыдова, Д.Б. Эльконина, А.Г. Асмолова, В.Т. Кудрявцева - это умение выходить за пределы имеющих знаний и опыта, открывая новые возможности для успешной социальной адаптации и обучения.*

Ключевые слова: *воображение, учебная деятельность, учитель, учащийся, игры, знания, опыт.*

O'QUV FAOLIYATINI O'YIN KO'RINISHIDA TASHKIL ETISHDA O'QITUVCHI TASAVVURINING ROLI

Annotatsiya. *Psixologiya va pedagogika fanida tasavvur yangi ta'lim vaziyatlarini modellashtirish va o'quvchilar bilan o'zaro munosabatlarning o'zgaruvchan strategiyalarini yaratish qobiliyatini ta'minlaydigan asosiy kognitiv mexanizm sifatida qaraladi. S.L. Rubinshteyn, L.S. Vygotskiy, V.V. Davydov, D.B. Elkonin, A.G.Asmolov, V.T. Kudryavtsev tadqiqotlarida tasavvur - mavjud bilim va tajribadan tashqariga chiqish qobiliyati, muvaffaqiyatli ijtimoiy moslashish va o'rganish uchun yangi imkoniyatlar ochadi.*

Kalit so'zlar: *tasavvur, o'quv faoliyati, o'qituvchi, o'quvchi, o'yinlar, bilim, tajriba.*

THE ROLE OF IMAGINATION OF THE TEACHER IN ORGANIZING EDUCATIONAL ACTIVITIES IN THE FORM OF A GAME

Abstract. *Imagination in psychological and pedagogical science is considered as a key cognitive mechanism that ensures the ability to model new educational situations and create variable strategies for interaction with students. Imagination in the studies of S.L. Rubinstein, L.S. Vygotsky, V.V. Davydov, D.B. Elkonin, A.G. Asmolov, V.T. Kudryavtsev is the ability to go beyond existing knowledge and experience, opening up new opportunities for successful social adaptation and learning.*

Key words: *imagination, educational activity, teacher, student, games, knowledge, experience.*

Современное образование характеризуется переходом к субъектно-ориентированным моделям взаимодействия, актуализируя творческий потенциал учителя. Цифровизация и диалогизация образовательного пространства усиливает потребность в фасилитационном стиле коммуникации, способствующий развитию самостоятельности, учебной мотивации школьников. «Современное общество живет в информациональное время» [1] где, творческое воображение становится критически важным для успешного функционирования современного поколения, а навыки как «...адаптивность и гибкость мышления являются первоочередным критерием техногенного общества» [2]. Роль интерактивных уроков на эффективность образовательного процесса и важность творческого подхода в обучении рассматриваются в зарубежных научных статьях: Абид Халим, Мохд Джавайд, Асим Кадри, Раджив Суман, Фитрия, Т.А. Вакалюк, О.М. Спирин, Н.М. Лобанчикова, Л.А. Мартцева, И.В. Новицка, В.В. Котседайло, (Haleem, Javaid, Qadri, Sumanc, 2022; Fitriah, 2018;Vakaliuk, Spirin, Lobanchykova, Martseva, Novitska, Kontsedailo, 2021).

Феномен воображения представляет собой многогранную задачу: во-первых, сложность и неоднозначность в определении самого термина воображение, во-вторых, умение различать от других когнитивных процессов, так как процесс воображения протекает в неразрывной связи с другими когнитивными функциями, как восприятие, память и мышление. В-третьих, хорошо не изучены ключевые аспекты воображение учителя для эффективной педагогической коммуникации в школьном образовании.

В научной литературе существуют разные подходы к определению воображения. Ф.Кейра, А.Селли, П.П.Блонский считали, что воображение подразумевает процесс, протекающий в образах, где память, воспроизводящая образы воспринятого, представляет одним из видов воображения. Исходя из этого, приходят к различению репродуктивного и творческого воображения и отождествлению первого с памятью [3].

Воображение обеспечивает переход от репродуктивного к продуктивному мышлению, создавая новые образовательные сценарии. Воображение, по определению С.Л. Рубинштейна, представляет собой «преобразование данного и порождение на этой основе новых образов», что делает его основополагающим механизмом проектирования образовательных ситуаций. [4]. Согласно Е.И. Игнатьеву, «основной признак процесса воображения заключается в преобразовании, переработке данных и материалов прошлого опыта, в результате чего получается новое представление» [5].

Л.С. Выготский считает, что «воображение зависит от опыта…деятельность творческого воображения оказывается очень сложной и зависящей от целого ряда самых различных факторов» [6]. Теодюль Рибо утверждает, что воображение не является простым воспроизведением прошлого опыта, а представляет собой активные процессы, включающие преобразование и комбинацию образов. Творческое воображение приходит в упадок, но это лишь регресс [7].

Т.В. Мальцева структурирует виды воображения на «пассивное» (отсутствие цели), «активное» направленное на решение задач и обусловленное целью. Воображение делится на преднамеренное (есть усилие воли, например: мечта, фантазия) и непреднамеренное (нет волевого усилия, например: греза, сновидение). Активное воображение делится на преднамеренное (усилие воли) или творческое, непреднамеренное (нет волевого усилия, например: воссоздание образов). Творческое воображение подразделяется на субъективное (новое для себя) и объективное (новое для себя и других).

К приемам создания новых образов можно отнести: агглютинацию – склеивание частей разных объектов, гиперболизацию – увеличение или уменьшение объекта, или его части, акцентирование – заострение наиболее существенных, типичных признаков образа, схематизацию – обобщение существенных признаков» [8].

Воображение играет важную роль в процессе творчества, инноваций и решения сложных задач, позволяет синтезировать, генерировать идеи, образы и концепции. В контексте педагогической деятельности, развитие творческого потенциала учащихся способствует активному и эффективному учебному процессу, поскольку учащиеся самостоятельно исследуют и понимают учебный материал. Отсутствие творческого потенциала у педагога, может препятствовать успешной адаптации в современных условиях глобального мира с огромными возможностями.

Воображение позволит учителю разработать и соединить оригинальные, интересные методики преподавания, что повлияет на эффективность усвоения материала учениками. Это позволит адаптировать учебный процесс под различные типы интеллекта и потребности каждого учащегося. Создание адаптивных уроков, где учитель, ориентируясь на наблюдение и диагностику, предлагает обучающие материалы, основанные на доминирующих способностях ученика.

По Л.С.Выготскому, творческая деятельность поддерживает воображение даже при его незначительном проявлении. В зрелом возрасте творческая активность снижается [6]. Именно творческая деятельность, основанная на комбинирующей функции мозга, позволяет человеку

быть ориентированным на будущее. Творческая деятельность – это процесс активного применения воображения для создания оригинальных идей, концепций или продуктов. Творческий процесс начинается с волевого усилия, или с акта воображения. Поэтому творческое воображение называют продуктивным или произвольным, где человек преобразуя представления, посредством интеллектуальных операций создает совершенно новые образы.

С.Л. Киселева отмечает, что обучение должно развить у детей, навык выделять не только объекты и составные части, но и взаимосвязи между ними, а также уметь ориентироваться и обобщать их. Рассуждения Е.В. Ильенкова о генезисе человеческого восприятия предметов, позволяют глубже понять этот процесс. Способность видеть целое раньше частей важна не только для художественного восприятия, но и в более широких когнитивных процессах, как мышление, связанное с восприятием социального опыта и пониманием окружающей действительности [9].

Воображение играет важную роль в решении различных педагогических задач и проблем, особенно в учебно-игровой форме коммуникации, с которыми сталкивается учитель. Воображение помогает находить новые методы взаимодействия с учениками, справляться с конфликтными ситуациями и адаптироваться к изменяющимся условиям образовательного процесса.

Современные научные работы по психологии игры в учебной деятельности, чаще рассматривают период дошкольного и начального школьного обучения: период от 3- 6 лет и период 6-10 лет, где происходит формирование учебной деятельности. Р.С. Немов перечисляя становление предметной и игровой деятельности ребенка с учетом особенностей периодизации, описывает, что детские игры предметного плана могут быть трех видов: игра исследование, конструирование, ролевая игра. Позднее появляется сюжетно-ролевая игра и свое дальнейшее развитие воображения ребенок получает в играх, где символические замены совершаются довольно часто. Воображение в процессе игры развивает не только познавательно-интеллектуальную функцию, но и аффективно-защитную, так как через воображаемую ситуацию «происходит разрядка возникающего напряжения и своеобразное символическое разрешение конфликтов, которое трудно обеспечить при помощи реальных практических действий» [10].

В.В. Давыдов отмечает, что в подростковом и старшем школьном возрасте учебная деятельность теряет свой ведущий характер и становится компонентом других видов ведущей воспроизводящей деятельности - сначала общественно полезной, а затем учебно-профессиональной, включающей в себя производительный труд школьников и их начальную профессиональную подготовку, что поднимает их дальнейшее психическое развитие на качественно более высокий уровень [11].

Л.С. Выготский подчеркивал, что обучение должно опережать развитие ребенка, создавая условия для появления новых психических функций. Его концепция «зоны ближайшего развития» предполагает, что ребенок способен усваивать новые знания и умения с помощью поддержки опытного взрослого или сверстника [6]. В этом контексте Л.С. Выготский придавал важное значение взаимодействию в учебной деятельности, где роль игры, диалога и совместная деятельность становятся неотъемлемыми компонентами образовательного процесса.

Образование остается одним из важнейших механизмов социализации, где ребенок учится взаимодействовать с миром и людьми, развивая свою социальную компетентность и конструируя собственную картину мира. Игровые элементы и развитие воображения в совместной учебной деятельности становятся не только средствами повышения мотивации, но и важными компонентами учебной деятельности, способствующими развитию личности ребенка в условиях современного цифрового общества. А.Г. Асмолов отмечает, что как только А.Н. Леонтьев обращается к вопросу о связи этики и психологии, аксиологии и психологии, он устремляет свой взор на вершинные проблемы психологии – проблемы развития личности и на образование, которое должно порождать личность, а не быть «фабрикой общества слепленных голов». А.Н. Леонтьев акцентирует внимание на опасности, связанной с излишним накоплением информации без ее осмысления, называя «этической диагностикой обезличивания» [12].

Ю.М. Лотман предупреждал, что стремительный и взрывообразный прогресс в области науки и техники дезориентирует массы населения. На фоне научного прогресса может происходить психологический регресс, приводящий к неконтролируемым последствиям [13]. Эрих Фромм, предлагая гуманизацию индустриального общества, пишет, что основное требование для его благополучия – это быть активным, то есть продуктивно развивать все свои способности [14]. А.Г. Асмолов подчеркивает важность отстаивания вариативного развивающего образования, основанного на методологии культурно-исторической психологии и реабилитации педологии, где требуется переориентация сознания учителя со «школоцентризма на детоцентризм», от педагогики «дрессуры к культурно-исторической педагогике» [12]. Выделяя значимость культурно-исторического контекста в образовании, подчеркивается основная цель образования – это создание условий для целостного, гармоничного развития личности, способной к саморегуляции, самоопределению и самостоятельному решению жизненных задач.

Из вышесказанного следует вывод, что игра является не только ведущей деятельностью в детстве, но и на протяжении каждого периода становления личности выполняет разнообразные функции, обеспечивая возможность творческого, когнитивного и социального развития. В рамках социального самоопределения, участие в совместных действиях посредством игры, позволит подрастающей личности подготовиться к действенному принятию и адаптации коллективных ценностей как собственные. Игра предполагает в первую очередь совместную деятельность, без которой невозможно дальнейшее развитие и становление общественно полезной деятельности подростка. В совместной игровой деятельности подросток учится кооперации, разделению ответственности, поддержанию групповой динамики, что важно для формирования социальных навыков. Творческое воображение учителя помогает правильно и целенаправленно использовать игровые формы в учебной деятельности и это приводит к полноценному обучению и развитию ученика.

Список используемой литературы.

1. Castells D Manuel, THE RISE OF THE NETWORK SOCIETY Economy, Oxford, UK. Society and Culture Blackwell Publishers Ltd. 1996 ISBN 1557866163(eng) 2000. - 590 с.

2. Степин В.С. История и философия науки / В.С. Степин. Изд.3. М.: Академический проект, 2014. - 424 с.

3. Петухов В.В. Общая психология. Тексты: В 3 т. Т. 3: Субъект познания. Книга 1 / Ред.-сост.: Ю.Б. Дормашев, С.А. Капустин, В. В. Петухов. М.: Когито-Центр, 2013. - 704 с.

4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Изд.5. Питер.2002. - 720 с.

5. Богословский В.В., Ковалев А.Г., Степанов А.А. Общая психология. Изд.3. Москва. Просвещение 1981. - 384 с.

6. Выготский Л. С. Психология развития ребенка. М: Изд-во Смысл, Изд-во Эксмо, 2004. - 512 с.

7. Рибо Теодюль. Творческое воображение/ Пер. с фр. Предтеченского Е. и Ранцева В. Санкт-Петербург. тип. Ю.Н. Эрлих. 1901. - 318 с.

8. Мальцева Т.В. Психология: учеб. пособ. /Т.В.Мальцева. -М. РИОР ИНФРА-М. 2017. - 275 с.

9. Киселёва С.Л. Воображение как универсальная способность человека. Вестник ПСТГУ IV: Педагогика. Психология Вып. 4 (39)2015. – с. 108-117.https://cyberleninka.ru/article/n/voobrazhenie-kak-universalnaya-sposobnost-cheloveka/viewer

10. Немов Р. С. Психология кн. 2. Психология образования. Изд.4. М. изд. Владос. 2007. - 105 с.

11. Давыдов В.В. Проблемы развивающего обучения: Опыт теоретического и экспериментального психологического исследования. М.: Педагогика, 1986. - 240 с.

Isabayev Abdukarim Komiljonovich
Buxoro Xalqaro Universiteti tadqiqotchisi

ICHKI ISHLAR XODIMLARIDA HISSIY BEZOVTALIK OMILLARI NAMOYON ETILISHINING PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada ichki ishlar xodimlarida hissiy bezovtalik holatining psixologik determinantlari ilmiy jihatdan o'rganilgan. Ushbu omillar ishdagi stress, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi hamda shaxsiy moslashuvchanlik bilan chambarchas bog'liq. Maqolada, hissiy bezovtalikni kamaytirish uchun kompleks psixologik yondashuvlar hamda xodimlarning psixologik holatini yaxshilash, ularni hissiy bezovtalikdan himoya qilishning dolzarb vazifalari amaliy tahlil qilingan.*

Kalit so'zlar: *ichki ishlar xodimlari, hissiy bezovtalik, psixologik determinantlar, stress, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, shaxsiy moslashuvchanlik.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ПРОЯВЛЕНИЯ ФАКТОРОВ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЕСПОКОЙСТВА У СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Аннотация. *В данной статье научно изучены психологические детерминанты состояния эмоционального беспокойства у сотрудников органов внутренних дел. Эти факторы тесно связаны со стрессом на работе, уровнем социальной поддержки и личной гибкостью. В статье практически анализируются комплексные психологические подходы к снижению эмоционального дискомфорта, а также актуальные задачи улучшения психологического состояния сотрудников и защиты их от эмоционального дискомфорта.*

Ключевые слова. *Сотрудники правоохранительных органов, эмоциональное беспокойство, психологические детерминанты, стресс, социальная поддержка, личная адаптация.*

PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF THE MANIFESTATION OF EMOTIONAL DISTRESS FACTORS IN LAW ENFORCEMENT OFFICERS

Abstract. *In this article, the psychological determinants of emotional distress in internal affairs officers are scientifically studied. These factors are closely related to work stress, the level of social support, and personal flexibility. The article provides a practical analysis of complex psychological approaches to reducing emotional distress, as well as the current tasks of improving the psychological state of employees and protecting them from emotional distress.*

Keywords. *Internal affairs personnel, emotional distress, psychological determinants, stress, social support, personal adaptability.*

Kirish. Ichki ishlar xodimlari o'z faoliyatining xususiyatlari tufayli doimiy ravishda yuqori darajadagi stress va hissiy bezovtalikka duch kelishadi. Ularning ish muhiti ko'pincha murakkab, xavfli va mas'uliyat talab qiladigan sharoitlarni o'z ichiga oladi. Shuningdek, qonunbuzarliklarni aniqlash, odamlar bilan to'qnashuvlar, hayot xavfi mavjud holatlar va tezkor qaror qabul qilish kabi omillar ularning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu bois, ichki ishlar xodimlarining psixologik holatini yaxshilash, ularni hissiy bezovtalikdan himoya qilish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi. Bu jarayonda hissiy bezovtalikni yuzaga keltiruvchi asosiy psixologik determinantlarni aniqlash va ularni bartaraf etish usullarini ishlab chiqish katta ahamiyatga ega.

Hissiy bezovtalik ko'plab omillarning ta'sirida yuzaga keladi va uning psixologik determinantlari individual va tashqi faktorlar bilan chambarchas bog'liqdir. Ichki ishlar xodimlarida bu determinantlar ayniqsa murakkab, chunki ular ko'p vaqtini jamoa ichida, yuqori bosim ostida va noaniqlikda o'tkazadilar. Ularning o'zaro munosabatlari, rahbarlik uslubi, ish vaqtidagi noqulayliklar, jismoniy zo'riqish va shaxsiy hayotdagi muammolar kabi omillar ham hissiy holatga bevosita ta'sir qiladi. Psixologik determinantlar nafaqat ish joyidagi vaziyatlar bilan cheklanmaydi, balki ichki ishlar xodimlarining shaxsiy qobiliyatlari, stressga bardoshliligi, muammolarni hal qilish usullari va hissiy o'zini boshqarish qobiliyatlari bilan ham bog'liqdir.

Bundan tashqari, ichki ishlar xodimlarining hissiy bezovtalik darajasini oshiruvchi ijtimoiy va psixologik muhit omillari ham mavjud. Masalan, jamiyatdagi xavfsizlik holati, ish bilan bog'liq ijtimoiy qarashlar, oila a'zolari bilan munosabatlarning sifati va qo'llab-quvvatlash tizimining mavjudligi kabi faktorlar ularning hissiy holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, xodimlarning ruhiy holatini yaxshilash uchun nafaqat ish joyida, balki ijtimoiy muhitda ham kompleks yondashuvlar talab qilinadi. Bu esa psixologik determinantlarning ko'p qirraliligini va ularni o'rganishda integrativ yondashuvning zarurligini ko'rsatadi.

Umuman olganda, ichki ishlar xodimlarida hissiy bezovtalik omillarining psixologik determinantlarini chuqur o'rganish, ularning ish faoliyatida yuzaga keladigan muammolarni kamaytirishga yordam beradi. Bu jarayon nafaqat xodimlarning ruhiy salomatligini yaxshilash, balki ularning ish samaradorligini oshirish va xizmat sifatini yaxshilashga ham xizmat qiladi. Shuningdek, psixologik determinantlarning har tomonlama tahlili asosida maxsus psixologik treninglar, stressni kamaytirish usullari va psixologik qo'llab-quvvatlash tizimlarini yaratish imkoniyati paydo bo'ladi. Shu tarzda, ichki ishlar tizimida samarali psixologik yordam ko'rsatish va xodimlarning hissiy barqarorligini ta'minlash muhim vazifa hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Ichki ishlar xodimlarida hissiy bezovtalikni tushunishda birinchi navbatda stress nazariyalari muhim o'rin tutadi. Hans Selye tomonidan ishlab chiqilgan stress konsepsiyasi bu jarayonni organizmning har qanday tashqi yoki ichki talabga javobi sifatida ko'radi. Selye stressni ijobiy va salbiy jihatlari bilan tahlil qilib, uning kuchayishi natijasida shaxsda bezovtalik, charchoq va psixologik zo'riqishlar paydo bo'lishini ta'kidladi. Ichki ishlar xodimlarining faoliyatida doimiy xavf-xatar, majburiy qarorlar qabul qilish, yuqori mas'uliyat kabi omillar ushbu stressning asosiy manbaalari sifatida ko'riladi. Shuningdek, Selye nazariyasida stressga qarshi organizmning moslashuv mexanizmlari ko'rib chiqiladi, bu esa xodimlarning hissiy barqarorligini saqlashda muhim ahamiyatga ega. Bu nazariya asosida hissiy bezovtalikning ko'plab ko'rinishlari tushuniladi va ularni kamaytirish uchun moslashuvchanlikni oshirish zarurati yuzaga keladi.

Richard Lazarus va Susan Folkman tomonidan ishlab chiqilgan kognitiv stress nazariyasi ichki ishlar xodimlarida bezovtalik omillarini chuqurroq tahlil qiladi. Ularning fikricha, stress tashqi voqea emas, balki shaxsning voqeaga bo'lgan bahosi, shuningdek, unga qarshi kurashish imkoniyatlariga bog'liq. Ichki ishlar xodimlari ko'pincha yuqori bosim va qiyin vaziyatlarga duch kelganida, o'z resurslari va imkoniyatlarini baholash jarayonida bezovtalik hissini boshdan kechiradi. Bu nazariyada stressni boshqarish strategiyalari, ya'ni muammoni hal qilish yoki hissiy javoblarni boshqarish muhim ahamiyat kasb etadi. Xodimlarning stressga moslashishi ularning shaxsiy kognitiv uslublari, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi va ish sharoitlari bilan chambarchas bog'liq. Shu nuqtai nazardan, ushbu nazariya ichki ishlar tizimida hissiy bezovtalikni kamaytirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga imkon beradi.

Avvalgi nazariyalardan farqli o'laroq, Uolter Kennonning "jang yoki qoch" nazariyasi stressga organizmning avtomatik biologik javobini o'rganadi. Ichki ishlar xodimlarida tezkor va kuchli psixofiziologik reaksiyalar ko'p uchraydi, chunki ular ko'pincha hayotga xavf soluvchi vaziyatlarda faoliyat olib boradi. Kennon nazariyasi asosida, stressga javoban gormonal va nerv tizimidagi o'zgarishlar aniqlanadi, bu esa hissiy bezovtalikning fiziologik asoslarini ochib beradi. Shu bilan birga, bu nazariya stressga qarshi organizmning dastlabki reaksiya bosqichini ko'rsatib, keyinchalik yuzaga keladigan psixologik holatlarning rivojlanishini tushuntirishga yordam beradi. Ichki ishlar xodimlarining bunday psixofiziologik holatini yaxshilash uchun reabilitatsiya va dam olish muhimligini ta'kidlash mumkin.

Erik Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasi ichki ishlar xodimlarining hissiy bezovtalikni boshdan kechirishiga ijtimoiy va shaxsiy rivojlanish omillari nuqtai nazaridan yondashadi. Unga ko'ra, har bir inson hayotining ma'lum bosqichlarida o'zaro munosabatlar va shaxsiy qobiliyatlar asosida rivojlanadi, bu esa ularning stressga bardosh berish darajasini belgilaydi. Ichki ishlar xodimlarida ba'zi bosqichlarda yuzaga keladigan moslashuv muammolari, masalan, o'zini hurmat qilish yoki ishonch masalalaridagi qiyinchiliklar hissiy bezovtalikni kuchaytirishi mumkin. Erikson

nazariyasi bu jarayonlarni ijtimoiy kontekst bilan bog'lab, xodimlarning psixologik yordamga muhtojligini yoritadi. Shu bois, psixosotsial yordam va shaxsiy rivojlanishga yo'naltirilgan dasturlar stressni kamaytirish uchun zarur vositalardan biridir.

Albert Banduraning o'z-o'zini samarali boshqarish va o'ziga bo'lgan ishonch nazariyasi ichki ishlar xodimlarining hissiy holatlarini tushunishda muhimdir. Bandura o'z-o'zini samarali boshqarish qobiliyati stressni kamaytirish va murakkab vaziyatlarni yengib o'tishda hal qiluvchi omil ekanligini ta'kidladi. Ichki ishlar xodimlarida o'ziga bo'lgan ishonchning pasayishi stress va bezovtalikning ortishiga olib keladi. Shu bois, psixologik treninglar va o'zini boshqarish strategiyalarini o'rgatish orqali xodimlarning ishdagi hissiy barqarorligi oshirilishi mumkin. Banduraning nazariyasi amaliyotda xodimlarning stressga munosabatini o'zgartirish va ularni ijobiy psixologik holatga olib chiqish uchun asos bo'lib xizmat qiladi.

Anna Freyd va boshqa psixoanalitik nazariyalar esa hissiy bezovtalikni ichki psixologik jarayonlar va mudofaa mexanizmlari orqali tahlil qiladi. Bu nazariyalarga ko'ra, ichki ishlar xodimlarida yuzaga keladigan bezovtalik ko'pincha o'z-o'zini himoya qilish mexanizmlari, masalan, inkor qilish, proyeksiya va boshqalar orqali namoyon bo'ladi. Bunday psixologik jarayonlar xodimlarga murakkab va noqulay vaziyatlarga moslashishga yordam berishi mumkin, ammo uzoq muddatda hissiy zo'riqishni kuchaytiradi. Psixoanalitik yondashuvlar xodimlarning ichki kurashlarini tushunish va ularni psixoterapevtik yo'nalishda qo'llab-quvvatlash imkonini beradi. Shu bilan birga, bu nazariyalar hissiy bezovtalikni chuqur psixologik tahlil qilish va undan qutulish yo'llarini izlashga yordam beradi.

Muhokama. Ichki ishlar xodimlarining faoliyatida yuzaga keladigan hissiy bezovtalik omillarini muhokama qilishda birinchi navbatda ish sharoitining o'ta murakkab va stressli ekanligini ta'kidlash zarur. Ularning ish faoliyati ko'pincha xavfli vaziyatlarda, zo'ravonlik yoki favqulodda holatlarda kechadi, bu esa doimiy psixologik zo'riqishni keltirib chiqaradi. Shuningdek, qat'iy rahbarlik tizimi, qattiq intizom va yuqori talablar xodimlarning ichki stress darajasini oshiradi. Ishdagi doimiy qattiq e'tibor, odamlar bilan yuzma-yuz keladigan murakkab munosabatlar va mas'uliyat hissi ularning ruhiy holatida hissiy bezovtalikni kuchaytiradi. Ushbu omillar psixologik resurslarni kamaytirib, xodimlarda charchoq va ruhiy tushkunlikka sabab bo'lishi mumkin. Shu bois, ichki ishlar tizimida hissiy bezovtalikni aniqlash va uni kamaytirish muhim ijtimoiy va psixologik vazifa sifatida qaraladi.

Ikkinchi jihat sifatida, hissiy bezovtalikning psixologik determinantlarini ichki shaxsiy omillar bilan bog'lash muhimdir. Har bir xodimning stressga nisbatan sezgirligi, muammolarni hal qilish strategiyalari va hissiy boshqaruv qobiliyati turlicha bo'ladi. Ba'zi xodimlar yuqori bosim ostida ham samarali faoliyat ko'rsatishga qodir bo'lsa, boshqalari o'zini boshqarishda qiyinchiliklarga duch keladi. Shu nuqtai nazardan, shaxsiy psixologik xususiyatlar, jumladan, o'ziga bo'lgan ishonch, emotsional barqarorlik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash hissiy bezovtalik darajasiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Stressni boshqarish ko'nikmalari va psixologik tayyorgarlik darajasi ham muhim rol o'ynaydi. Xodimlarning o'z his-tuyg'ularini ifodalash va boshqarish imkoniyati psixologik holatni mustahkamlashda muhim omil hisoblanadi.

Uchinchidan, ijtimoiy muhitning hissiy bezovtalikka ta'siri haqida alohida to'xtalish zarur. Ichki ishlar xodimlari ko'pincha jamiyatning xavfsizligi uchun mas'uliyatni o'z zimmasiga oladi, ammo ular ko'p hollarda ijtimoiy qo'llab-quvvatlashdan mahrum bo'lishlari mumkin. Jamiyatda ichki ishlar tizimiga bo'lgan salbiy munosabatlar, noto'g'ri tushunish va tanqidlar xodimlarning ruhiy holatiga salbiy ta'sir qiladi. Bu esa hissiy izolyatsiya, o'zini yolg'iz his qilish va stressning kuchayishiga olib keladi. Shu bois, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlarini rivojlantirish va xodimlarni ijtimoiy ravishda faollashtirish hissiy bezovtalikni kamaytirishda muhim rol o'ynaydi. Bundan tashqari, oilaviy muhit va yaqinlar bilan munosabatlar xodimlarning ruhiy barqarorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

To'rtinchi jihatdan, ish joyidagi psixologik muhit va rahbarlik uslubi hissiy bezovtalik determinantlarini shakllantiradi. Qattiq, taqiqlovchi rahbarlik uslubi, xodimlarning o'z fikrlarini erkin ifoda eta olmasligi va motivatsiya yetishmasligi hissiy zo'riqishni kuchaytiradi. Aksincha, psixologik

qo'llab-quvvatlovchi, hamkorlikka asoslangan boshqaruv hissiy barqarorlikni oshiradi va stressni kamaytiradi. Shu sababli, rahbarlarning psixologik madaniyati, xodimlarga munosabati va motivatsiya tizimi muhim ahamiyat kasb etadi. Ish joyida konstruktiv fikr almashish va muammolarni ochiq muhokama qilish imkoniyatlari xodimlarning psixologik holatini yaxshilaydi. Bu esa o'z navbatida, hissiy bezovtalikning oldini olishda samarali vosita bo'lib xizmat qiladi.

Beshinchi va nihoyat, hissiy bezovtalikni kamaytirish uchun amalga oshirilayotgan psixologik yordam va reabilitatsiya choralari muhimdir. Ichki ishlar tizimida maxsus psixologik xizmatlarning mavjudligi, stressni boshqarish treninglari va konsultatsiyalar xodimlarning ruhiy holatini mustahkamlashga yordam beradi. Shu bilan birga, sog'lom turmush tarzi, jismoniy faoliyat va dam olish rejimining tartibga solinishi ham hissiy holatni yaxshilashda katta ahamiyatga ega. Psixologik yordam ko'rsatishda shaxsiy yondashuv va maxsus dasturlarni ishlab chiqish hissiy bezovtalikni kamaytirishdagi samaradorlikni oshiradi. Bu jarayon ichki ishlar xodimlarining ishga bo'lgan munosabatini yaxshilash va ularning xizmat sifatini oshirish uchun zarur hisoblanadi.

Jadval-1

Psixologik Determinantlar	Namoyon Bo'lish Darajasi (%)	Izoh
Ishdagi stress va yuqori bosim	78	Doimiy xavf-xatar va majburiyatlar xodimlarda yuqori stress hosil qiladi
Shaxsiy psixologik moslashuvchanlik	65	Xodimlarning stressga qarshi bardosh ko'rsatish qobiliyati
Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning mavjudligi	52	Oila, jamiyat va hamkasblardan qo'llab-quvvatlash darajasi
Rahbarlik uslubi va ish muhitining sifati	60	Hamkorlikka asoslangan boshqaruv hissiy barqarorlikka ijobiy ta'sir qiladi
Emotsional boshqaruv va o'z-o'zini nazorat qilish	58	O'z his-tuyg'ularini boshqarish ko'nikmalari
Psixologik yordam va reabilitatsiya dasturlarining mavjudligi	45	Psixologik treninglar va maslahatlarning mavjudligi
Ijtimoiy stress va jamiyat munosabati	50	Jamiyat tomonidan ichki ishlar tizimiga bo'lgan qarashlarning ta'siri
Ish va shaxsiy hayot muvozanati	55	Ish va shaxsiy hayot orasidagi balansning saqlanish darajasi
Jismoniy faoliyat va sog'lom turmush tarzi	48	Sog'lom turmush tarzi hissiy holatga ijobiy ta'sir ko'rsatadi
Stressga qarshi individual strategiyalar	53	Muammolarni hal qilish va stressni boshqarish uslublarining qo'llanilishi

Ichki ishlar xodimlarida hissiy bezovtalik omillarining psixologik determinantlari turli jihatlardan ta'sir ko'rsatadi va ularning namoyon bo'lish darajasi ham farqlidir. Jadval ko'rsatkichlariga qaraganda, ishdagi stress va yuqori bosim hissiy bezovtalikning eng kuchli omili hisoblanadi. Bu tabiiy hol, chunki ichki ishlar xodimlari doimiy xavf-xatar va jiddiy mas'uliyat ostida faoliyat yuritadi. Ularning psixologik holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadigan asosiy tashqi omillar aynan shu qatorda turadi.

Shaxsiy psixologik moslashuvchanlik ham muhim determinant sifatida namoyon bo'ladi, chunki har bir xodimning stressga qarshi chidamliligi va hissiy boshqaruv qobiliyati farq qiladi. Bu o'z navbatida, ularning ruhiy holatini yaxshilash yoki yomonlashtirishda katta rol o'ynaydi. Shuning uchun, ichki ishlar tizimida xodimlarga individual yondashuv va stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish katta ahamiyatga ega.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi ham o'rtacha bo'lib, jamiyat va oilaning ichki ishlar xodimlariga bo'lgan munosabati ularning hissiy holatiga ta'sir qiladi. Salbiy ijtimoiy qarashlar va tanqidlar hissiy bezovtalikni kuchaytiradi, shu bois qo'llab-quvvatlash tizimlarini mustahkamlash zarur. Rahbarlik uslubi va ish muhitining sifati ham xodimlarning psixologik barqarorligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi, shuning uchun rahbarlarning insonparvarona yondashuvi hissiy salomatlikni saqlashda hal qiluvchi omil hisoblanadi.

Emotsional boshqaruv va o'z-o'zini nazorat qilish ko'nikmalari xodimlarning stressga qarshi kurashishida muhim vosita bo'lib, ularning ruhiy holatini barqarorlashtirishga yordam beradi. Shuningdek, maxsus psixologik yordam va reabilitatsiya dasturlari mavjudligi xodimlarning stressni boshqarish imkoniyatlarini kengaytiradi, ammo bu sohadagi imkoniyatlar hali to'liq yetarli emas. Shuning uchun psixologik yordam xizmatlarini rivojlantirish va kengaytirish zarur.

Ijtimoiy stress va jamiyat munosabati, ish va shaxsiy hayot muvozanati, sog'lom turmush tarzi ham xodimlarning hissiy holatiga ta'sir qiluvchi omillardir. Bu omillarni yaxshilash orqali hissiy bezovtalikni kamaytirish va ichki ishlar tizimining samaradorligini oshirish mumkin. Umuman olganda, hissiy bezovtalikni kamaytirish uchun har tomonlama kompleks yondashuv, shaxsiy va tashqi omillarni hisobga olgan holda, tizimli ish olib borish muhimdir.

Xulosa. Ichki ishlar xodimlarida hissiy bezovtalik omillarining psixologik determinantlari murakkab va ko'p qirrali hodisa ekanligi aniqlandi. Ularning faoliyati doimiy stressga to'la muhitda kechadi, bu esa xodimlarning ruhiy holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ishdagi yuqori bosim, xavf-xatar, qattiq intizom va mas'uliyat hissi xodimlarning psixologik holatini murakkablashtiradi. Shu bilan birga, shaxsiy psixologik xususiyatlar, jumladan hissiy boshqaruv ko'nikmalari va o'ziga bo'lgan ishonch hissiy bezovtalik darajasini belgilovchi muhim omillardir. Xulosa qilib aytganda, hissiy bezovtalik nafaqat tashqi omillarga, balki ichki psixologik faktorlar va shaxsiy yondashuvga ham bog'liq.

Muhim ahamiyatga ega bo'lgan yana bir jihat – bu ijtimoiy muhit va jamiyatning ichki ishlar tizimiga bo'lgan munosabati. Xodimlarning hissiy holati ko'pincha ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning mavjudligi yoki yo'qligi bilan belgilanadi. Salbiy ijtimoiy qarashlar, noto'g'ri talqinlar va tazyiqlar hissiy bezovtalikni oshiradi va ruhiy izolyatsiyaga olib keladi. Shu sababli, ichki ishlar tizimi va jamiyat o'rtasida samarali kommunikatsiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini rivojlantirish zarurati yuzaga keladi. Bunday yondashuv xodimlarning ruhiy barqarorligini ta'minlashga va ularning ish samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Shuningdek, ish joyidagi psixologik muhit va rahbarlik uslubi hissiy bezovtalikni shakllantiruvchi asosiy omillardan biridir. Qattiq, diktatorlikka asoslangan boshqaruv xodimlarning ruhiy holatini yomonlashtiradi, stress va norozilikni kuchaytiradi. Boshqa tomondan, insonparvarona, hamkorlikka asoslangan rahbarlik uslubi xodimlarda ishonch va qo'llab-quvvatlash hissini oshiradi. Bu esa o'z navbatida, hissiy bezovtalikni kamaytirish va ish muhitini yaxshilashda hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Shu nuqtai nazardan, rahbarlarning psixologik madaniyati va etakchilik ko'nikmalarini rivojlantirish zarurdir.

Ichki ishlar xodimlarining hissiy holatini mustahkamlashda psixologik yordam va stressni boshqarish texnikalari muhim vosita hisoblanadi. Maxsus treninglar, psixologik konsultatsiyalar va reabilitatsiya dasturlari xodimlarning stressga bardoshini oshiradi va hissiy bezovtalikni kamaytirishga yordam beradi. Bundan tashqari, sog'lom turmush tarzi, muntazam jismoniy faoliyat va yetarli dam olish xodimlarning psixologik holatini yaxshilashda katta rol o'ynaydi. Kompleks yondashuv orqali hissiy barqarorlikni ta'minlash nafaqat shaxsiy sog'liq, balki jamoaning umumiy samaradorligini ham oshiradi.

Umuman olganda, ichki ishlar xodimlarida hissiy bezovtalik omillarining psixologik determinantlarini aniqlash va ularni bartaraf etish uchun tizimli va kompleks yondashuv zarur. Tashqi sharoitlar, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, shaxsiy psixologik xususiyatlar va ish joyidagi muhit birgalikda xodimlarning ruhiy holatini shakllantiradi. Shu bois, ichki ishlar tizimida ruhiy salomatlikni saqlash va hissiy bezovtalikni kamaytirishga yo'naltirilgan strategiyalarni joriy etish zarur. Bu nafaqat xodimlarning farovonligini ta'minlash, balki jamiyatning xavfsizligi va ichki ishlarning samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Lazarus, R. S., & Folkman, S. Stress, appraisal, and coping. Springer Publishing Company, 1984. – 210 p.
2. Selye, H. The Stress Concept: Past, Present and Future. In: The Nature of Stress, 1976. – 174 p.
3. Kobasa, S. C. Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. Journal of Personality and Social Psychology, 1979. – 219 p.
4. Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. Journal of Organizational Behavior, 2004. – 145 p.
5. Folkman, S. Positive psychological states and coping with severe stress. Social Science & Medicine, 1997. – 188 p.
6. Quick, J. C., & Quick, J. D. Organizational Stress and Preventive Management. 1984. – 164 p.
7. Cohen, S., & Wills, T. A. Stress, social support, and the buffering hypothesis. Psychological Bulletin, 1985. – 185 p.
8. Goleman, D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. Bantam Books, 1995. – 214 p.
9. Karasek, R. A. Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. Administrative Science Quarterly, 1979. – 142 p.

UDK 943.75:32(042)(021)

Ismatova Shaxnoza Axror qizi
Qarshi davlat universiteti tayanch doktoranti
E-mail: Shaxnozaismatova006@gmail.com
Orcid 0009-0004-4560-1229

SIYOSIY KOMMUNIKATSIYANING RASMIYATCHILIGI VA INFORMATIVLIGI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada siyosiy kommunikatsiyaning asosiy tamoyillari bo'lgan rasmiyatchilik va informativlikning o'zaro bog'liqligi tahlil qilinadi. Siyosiy nutqning rasmiy shakllari, ularning ijtimoiy ong va siyosiy legitimlikni shakllantirishdagi roli ochib beriladi. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning rasmiy nutqlari misolida siyosiy kommunikatsiyada rasmiyatchilikning tashkiliy va diskursiv xususiyatlari yoritilgan. Shuningdek, informativlikning fuqarolarni xabardor qilish, siyosiy ishonchni oshirish va demokratik jarayonlarda ishtirokini kuchaytirishdagi ahamiyati nazariy yondashuvlar asosida ko'rib chiqilgan. Muallif siyosiy nutqda rasmiylik va axborot mazmuni o'rtasidagi muvozanatni saqlash zarurligini asoslab beradi.*

Kalit so'zlar: *siyosiy kommunikatsiya, rasmiyatchilik, informativlik, siyosiy nutq, siyosiy legitimlik, siyosiy muloqot, davlat nutqlari, Prezident murojaati, siyosiy ishonch, demokratik boshqaruv*

FORMALISM AND INFORMATIVENESS OF POLITICAL COMMUNICATION

Annotation. *This article analyzes the interrelation between formality and informativeness as key principles of political communication. It explores the formal structures of political speech and their role in shaping public consciousness and political legitimacy. Using the official speeches of the President of the Republic of Uzbekistan, Shavkat Mirziyoyev, as a case study, the article highlights the organizational and discursive features of formality in political communication. Furthermore, it discusses the importance of informativeness in raising public awareness, enhancing political trust, and strengthening citizen participation in democratic processes through theoretical approaches. The author substantiates the necessity of maintaining a balance between formality and informational content in political discourse.*

Keywords: *political communication, formality, informativeness, political speech, political legitimacy, political dialogue, state addresses, presidential speeches, political trust, democratic governance*

ОФИЦИАЛЬНОСТЬ И ИНФОРМАТИВНОСТЬ ПОЛИТИЧЕСКОЙ КОММУНИКАЦИИ

Аннотация. *В данной статье анализируется взаимосвязь между официальностью и информативностью как основными принципами политической коммуникации. Рассматриваются официальные формы политической речи и их роль в формировании общественного сознания и политической легитимности. На примере официальных выступлений Президента Республики Узбекистан Шавката Мирзиёева раскрываются организационные и дискурсивные особенности официальности в политической коммуникации. Также рассматривается значение информативности в информировании граждан, повышении политического доверия и усилении участия в демократических процессах на основе теоретических подходов. Автор обосновывает необходимость соблюдения баланса между официальностью и информационным содержанием в политическом дискурсе.*

Ключевые слова: *политическая коммуникация, официальность, информативность, политическая речь, политическая легитимность, политический диалог, государственные обращения, выступления президента, политическое доверие, демократическое управление*

Siyosiy kommunikatsiya - bu jamiyatning siyosiy va ijtimoiy-iqtisodiy jarayonlarida axborot almashinuvi hamda hokimiyat vakillari va fuqarolar o'rtasida muloqotning muhim shaklidir. Bu jarayonlarda rasmiyatchilik va informativlik ikki o'ziga xos, ammo o'zaro chambarchas bog'liq tamoyil sifatida namoyon bo'ladi.

Rasmiyatchilik siyosiy kommunikatsiyaning tashkiliy va institutsional mezonlarini belgilaydi. Rasmiyatchilik -quruq rasmiyatga yoki takallufga berilib ketishlik; yuzakilik, to'rachilik.[1] U nutqning shakli, uslubi va qabul qilinish tartibiga qat'iy amal qilishni taqozo etadi. Rasmiy nutq odatda yuqori darajadagi davlat va siyosiy organlarda, xalqaro anjumanlarda, parlament sessiyalarida, prezident nutqlarida uchraydi. Bu nutq turida til mantiqiy, tartibli, odatda rasmiy-huquqiy atamalar bilan boyitilgan bo'ladi. Rasmiyatchilik siyosiy nutqning legitimligini oshiradi, uning muhimligini jamoatchilik ongida mustahkamlaydi, shuningdek, ijtimoiy institutlarning hokimiyatdagi o'rnini ta'kidlaydi.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning ko'plab rasmiy nutqlari rasmiyatchilikning aniq namunasi hisoblanadi. Masalan, uning O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi palatalariga murojaatida ishlatilgan til, rasmiy frazeologiya va protokollar qat'iy rioya qilingan. Nutqda davlat siyosatining strategik yo'nalishlari, qonunlar, xalqaro hamkorlik masalalari yuqori rasmiylikda bayon qilinadi. Shuningdek, nutq tarkibida Prezidentning davlat boshqaruvidagi mas'uliyatini, qonun ustuvorligini va ijtimoiy barqarorlikni ta'minlashdagi roli alohida ta'kidlanadi.

"Umumiy o'rta ta'lim tizimini bugungi kun talablari asosida tashkil etish, farzandlarimiz har tomonlama kamol topishi uchun, barcha sharoitlarni yaratish lozim.Xususiy maktablar tashkil etish, davlat-xususiy sheriklik imkoniyatlaridan keng foydalanish kerak.Oliy ta'lim tizimida tahsil olish uchun teng imkoniyat yaratishga qaratilgan ishlarni yanada kuchaytirishimiz zarur." [2]

Bu nutqda davlat siyosatining aniq yo'nalishlari - ta'lim tizimini modernizatsiya qilish, xususiy sektor bilan sheriklik va teng imkoniyatlar yaratishni ta'kidlaydi.

Yana bir ajralib turadigan omil shuki, Mirziyoyev maqsad sifatida oliy ta'lim qamrovini oshirishni ko'rsatadi: *"O'zbekistonda oliy va o'rta maxsus ta'lim maskanlari bitiruvchilarini oliy ta'lim bilan qamrab olish o'tgan davrda 9–10 foiz darajasida bo'lib kelayotgan edi. So'nggi ikki yilda ko'rilgan chora-tadbirlar tufayli, biz bu raqamni 15 foizdan oshirishga erishdik. Lekin bu hali yetarli emas. ... Bu ko'rsatkichni 20 foizga yetkazish va kelgusi yillarda oshirib borish – muhim vazifamizdir." [2]*

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning Oliy Majlisga murojaati siyosiy kommunikatsiyaning an'anaviy, institutsional shakli bo'lib, unda rasmiyatchilik tamoyili kuchli namoyon bo'ladi. Ushbu nutq tilining rasmiyligi, strukturaviy qat'iyligi hamda siyosiy-ma'muriy diskursga xos iboralar orqali hokimiyat vakolatlari, mas'uliyat va siyosiy legitimlik mustahkamlanadi.

Nutqda ishlatilgan iboralar:

- "bugungi kun talablari asosida tashkil etish"
- "teng imkoniyat yaratish"
- "chora-tadbirlar tufayli"
- "muqaddas burchimiz hisoblanadi"

kabi frazalar siyosiy-huquqiy leksika namunasi bo'lib, ular orqali siyosiy institutlar tili auditoriyaga ta'sir ko'rsatadi. Bunday rasmiy iboralar tinglovchida masala dolzarbligi va davlat tomonidan nazorat qilinayotganlik hissini kuchaytiradi.

Nutq ta'lim, iqtisodiy sheriklik va qonun ustuvorligi kabi davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlarini qamrab oladi. Bu orqali:

- siyosiy hokimiyatning strategik qarorlari ommaga yetkaziladi,
- islohotlarning qonuniy asoslari ko'rsatiladi,
- fuqarolarda hukumat faoliyatiga nisbatan ishonch uyg'otiladi.

Shu bilan birga, mavzularning faqat rasmiy kontekstda ochilishi ba'zan ularni real hayotdagi murakkabliklardan yiroqlashtiradi, bu esa rasmiyatchilikka xos yuzaki yondashuv xavfini tug'diradi.

Prezident murojaati muloqotning vertikal modelida, ya'ni hokimiyatdan jamiyatga qarata qilingan biryoqlama shaklida amalga oshadi. Bu model tartibni saqlaydi, davlat organlari pozitsiyasini

mustahkamlaydi, lekin fuqarolar fikr-mulohazasiga bevosita javob berishni cheklaydi.Shuning uchun bu shakl ba'zida demokratik muloqotda talab qilinadigan ikki tomonlama interaktivlikni yetarli darajada ta'minlamaydi.

Oliy Majlisga murojaat - bu belgilangan tartibda, an'anaviy formatda, muayyan siyosiy marosim sifatida o'tadi. Nutq-oldindan yozilgan bo'ladi, belgilangan joy va vaqtda o'qiladi, yuqori darajadagi davlat marosimlariga mos tartibda olib boriladi.

Bu tashkiliy rasmiyatchilik orqali siyosiy nutq tantanavorlik va davlat ramziyati bilan boyitiladi. Shu bilan birga, bunday qat'iy formatlar orqali matn soddalashtirish, improvizatsiya yoki hissiy muloqot imkoniyatlaridan mahrum bo'ladi.

Rasmiy siyosiy nutq ijtimoiy ongda muhim rol o'ynaydi:

Ustun jihatlari	Kamchiliklari
Fuqarolarga davlat maqsadlarini tushuntiradi.	**Ba'zi auditoriyalar uchun quruq va byurokratik tuyulishi mumkin.**
Ijtimoiy islohotlarga tayyorgarlik ruhini shakllantiradi.	**Haqiqiy muammolarni bevosita va oddiy tilda muhokama qilish imkoniyatini kamaytiradi.**
Milliy birlik va barqarorlik ramzi sifatida xizmat qiladi.	**Auditoriyaning faol ishtirokini cheklaydi.**

Prezident Shavkat Mirziyoyevning rasmiy nutqi siyosiy kommunikatsiyaning rasmiyatchilikka asoslangan an'anaviy modelining yaqqol namunasidir. Nutqda til rasmiy, mavzular strategik, uslub esa qat'iy protokollarga asoslangan. Bu davlat vakolatini ta'minlasa-da, muloqotning interaktivligi va soddaligi cheklangan. Shu sababli, siyosiy kommunikatsiya samaradorligini oshirish uchun rasmiyatchilik bilan birga informativlik va tushunarlilik tamoyillarini uyg'unlashtirish muhimdir.

Informativlik siyosiy nutqning mazmuniy tomonini tashkil etadi. Bu tamoyil siyosiy ma'lumotlarni aniq, tushunarli va maqsadga muvofiq tarzda yetkazishni ta'minlaydi. Siyosiy kommunikatsiya orqali jamiyatga hukumat faoliyati, siyosiy qarorlar, ijtimoiy-iqtisodiy holat haqida to'liq va ishonchli axborot berilishi zarur. Informativlik jamiyatdagi siyosiy ongni shakllantirish va fuqarolarni qiziqtirgan masalalar yuzasidan xabardorlikni oshirishga xizmat qiladi.

Jürgen Habermasning kommunikativ harakat nazariyasida, "effektiv muloqotning shartlaridan biri - bu rostgo'ylik va ochiqlik"dir. Habermasning ta'kidlashicha, axborotning haqqoniy va to'g'ri yetkazilishi demokratik boshqaruvning asosi hisoblanadi. [3]

David Lasswell esa siyosiy kommunikatsiya jarayonida axborotning to'g'ri va samarali yetkazilishi siyosiy hokimiyatning legitimligini mustahkamlashda hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligini ta'kidlaydi. [4]

Siyosiy nutqda informativlikning asosiy belgilari

Belgilar	Tavsifi
Aniq faktlar va statistikalar	Nutqda konkret raqamlar, sanalar va ma'lumotlar aniq keltiriladi. Masalan, "2024-yilda qishloq xo'jaligi mahsulotlari 10% oshdi".
Amaliy dasturlar va chora-tadbirlar	Nutqda muayyan loyiha, dastur yoki yo'l xaritasi ko'rsatiladi, amalga oshirish bosqichlari va mas'ul tashkilotlar aniqlanadi.
Shaffoflik va ochiqlik	Qarorlar va natijalar haqida oshkora ma'lumot beriladi, bu siyosiy ishonchni mustahkamlaydi (Habermas, 1984).
Tushunarli va sodda ifoda	Axborot fuqarolar uchun oson tushunarli bo'lishi uchun murakkab byurokratik til kamroq ishlatiladi, oddiy va aniq so'zlar tanlanadi.

Siyosiy nutqda informativlikning funksiyalari

1. Jamoatchilikni xabardor qilish: Fuqarolarga davlat faoliyati haqida real va aniq ma'lumot beriladi.

2. Siyosiy ishonchni oshirish: Aniq va ishonchli axborot siyosiy liderlarga bo'lgan ishonchni mustahkamlaydi.

3. Demokratik faollikni rag'batlantirish: Axborotga ega bo'lgan fuqarolar ongli siyosiy qarorlar qabul qiladi.

4. Hukumat javobgarligini oshirish: Davlat faoliyati va natijalari ochiq muhokamaga taqdim etiladi, boshqaruv samaradorligi oshadi.

Ko'rinishidan, siyosiy matnlar maksimal darajada informativ bo'lishi kerak, ya'ni kommunikativ funksiyani amalga oshirishi, yangi axborotni uzatishi kerak, ammo siyosiy kommunikatsiya ko'pincha ritmik, ya'ni shaklning qat'iyligi va mazmunning yangiligiga munosabatning yo'qligi bilan ajralib turadi. Masalan, sovet davri ommaviy siyosiy diskursida an'anaviy siyosiy kommunikatsiya qoidalari mavjud edi: kim nima, qachon va qanday shaklda aytishi kerakligi, shuningdek, so'zga chiquvchilarning so'zlariga kim va qanday munosabatda bo'lishi kerakligi barchaga ma'lum edi (qattiq qarsaklar, shunchaki qarsaklar, munozaralarda chiqishlar, keyinchalik qo'llab-quvvatlash uchun yig'ilishlar tashkil etish va boshqalar). Rivojlangan sotsializm davridagi partiya syezdlari yoki Oliy Sovet sessiyalari rasmiy siyosiy kommunikatsiyaning tipik namunasidir. [5]

Bunday forumlarning dasturlari oldindan puxta rejalashtirilgan bo'lib, delegatlar va deputatlar ulkan spektakl ishtirokchilariga aylantirilardi. Ommaviy rasmiy kommunikatsiyasining asosiy vazifasi mavjud qoidalarga sodiqligini qayd etish va o'zining ijtimoiy rolini tasdiqlashdir; shu nuqtai nazardan, marosim erkin fikr almashish sifatida muloqotga qarshi qo'yiladi.

Xulosa qilib aytganda, siyosiy nutqda informativlik - bu axborotning haqqoniyligi va tushunarli tarzda yetkazilishi orqali siyosiy legitimlik va fuqarolar ishtirokini oshirish vositasidir. Habermas va Lasswellning nazariyalari siyosiy kommunikatsiyaning ushbu tamoyilini nazariy jihatdan mustahkamlaydi va uning demokratik boshqaruvdagi ahamiyatini yoritadi.

Siyosiy kommunikatsiyada rasmiyatchilik va informativlik o'rtasida muvozanatni saqlash muhim hisoblanadi. Haddan ortiq rasmiylik nutqning tushunarliligini cheklashi, axborotni olish jarayonini murakkablashtirishi mumkin. Shu bilan birga, faqat ma'lumotlar bilan to'la nutq rasmiy institutlar tomonidan nazoratdan chiqib, noaniqlik va tartibsizlikka olib kelishi mumkin.

Shavkat Mirziyoyevning nutqlarida ushbu muvozanat aniq kuzatiladi. Uning rasmiy chiqishlarida qattiq rasmiy til va me'yorlar saqlanib, shu bilan birga keng auditoriya uchun tushunarli va axborotga boy mazmun taqdim etiladi. Bu siyosiy kommunikatsiyaning yuqori samaradorligini ta'minlaydi va mamlakatda islohotlarga keng jamoatchilik ishtirokini rag'batlantiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1.Madvaliyev, A., & Xudoyberganova, D. (Tahr.). (2020). *O'zbek tilining izohli lug'ati* (1–5 jildlar). O'zbekiston Milliy ensiklopediyasi Davlat ilmiy nashriyoti.

2.Mirziyoyev, Sh. (2018, 28-dekabr). O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning Oliy Majlisga Murojaatnomasi. *O'zbekiston Respublikasi Prezidenti rasmiy veb-sayti*. https://president.uz/oz/2228

3.Habermas, J. (1984). *The theory of communicative action*. Beacon Press. https://www.jstor.org/stable/2709433

4.Lasswell, H. D. (1948). The structure and function of communication in society. *The Communication of Ideas*, 37–51. https://doi.org/10.1037/h0056235

5.Чудинов, А. П. (2006). *Политическая лингвистика*. Москва: Флинта, Наука.

6.Ismatova Sh.A. "Pragmatic analysis of the speeches of political leaders in international organizations". "Ijtimoiy bilimlar va texnik muhandislik turk dunyosi" xalqaro simpoziumi materiallari to'plami Toshkent 5-6 may, 2025

7. Ismatova Sh.A. "Siyosiy kommunikatsiyaning funksional-uslubiy xususiyatlari va muloqot shakllari" TURKIY FILOLOGIYA MASALALARI (xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya materiallari) FARG'ONA – 2025

Kadyrova Umida
Master of the 1st stage of the University of Exact and Social Sciences

THE ROLE OF THE FAMILY IN THE APPEARANCE OF AGGRESSIVE BEHAVIOR IN CHILDREN

Abstract. *This article focuses on the role of the family in the development of aggressive behavior in children. The family is a key and primary factor in a child's life, shaping their emotional and social development. The relationship between parents, the home environment, and the psychological climate significantly influence a child's behavior. Family conflicts, constant anxiety, neglect, or, conversely, excessive protection, can have a negative impact on the child's psyche, leading to aggressive tendencies. The paper explores the dynamics of parenting, the influence of parental relationships on a child's emotional state, and the correlation between aggressive behavior and family circumstances. It also discusses how different parenting styles, including the presence or absence of emotional support, affect children's behavior and development.*

Keywords: *family, aggression, child psychology, upbringing, social environment, parental relationships, aggressive behavior*

BOLALARDA AGRESSIV XULQ-ATVOR NAMOYON BO'LISHIDA OILANING ROLI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada bolalarda tajovuzkor xatti-harakatlarning shakllanishida oilaning o'rni va ta'siri keng ko'lamda tahlil qilingan. Oila bola hayotining birinchi va eng muhim bosqichi bo'lib, uning tarbiyaviy muhitida bolaning ruhiy va ijtimoiy rivojlanishi belgilanishi mumkin. Ota-onaning munosabati, ular o'rtasidagi aloqalar, oilaviy muhitning sifatini ta'minlash, shuningdek, psixologik iqlim bolalarda xatti-harakatlar va ruhiy holatga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Oilaviy nizolar, doimiy tashvishlar, e'tiborsizlik yoki aksincha haddan tashqari muhofaza qilish, bola psixikasida salbiy iz qoldirib, tajovuzkor xatti-harakatlarga olib kelishi mumkin. Maqolada oilaning turli jamiyatdagi roli, ota-ona va bola o'rtasidagi o'zaro munosabatlarning bola psixologiyasiga ta'siri, shuningdek, oilaviy tarbiya va bolalardagi agressivlikning o'zaro bog'liqligi o'rganilgan.*

Kalit so'zlar: *oila, tajovuzkorlik, bola psixologiyasi, tarbiya, ijtimoiy muhit, ota-ona munosabati, agressiv xatti-harakatlar*

РОЛЬ СЕМЬИ В РАЗВИТИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДЕТЕЙ

Аннотация. *Данная статья посвящена роли семьи в формировании агрессивного поведения у детей. Семья является основным и важнейшим фактором в жизни ребёнка, оказывающим влияние на его психическое и социальное развитие. Влияние родителей, их отношения, семейная атмосфера, а также психологический климат играют ключевую роль в формировании поведения ребёнка. Семейные конфликты, постоянное беспокойство, пренебрежение вниманием или, наоборот, чрезмерная опека могут повлиять на психику ребёнка, вызывая проявления агрессии. В статье рассмотрены особенности воспитания в семье, влияние отношений между родителями и детьми на психическое состояние ребёнка, а также связь агрессивного поведения с семейными обстоятельствами и психологической атмосферой в семье.*

Ключевые слова: *семья, агрессия, психология ребёнка, воспитание, социальная среда, родительские отношения, агрессивное поведение.*

Introduction. Today, the topic of aggression is one of the most controversial topics among psychologists. This negative phenomenon, especially among children, requires a deeper study, analysis, identification of the main causes of the problem and development of methods for eliminating it.

Aggression - (from Latin "aggressio" - attack) is a motivated, destructive behavior that contradicts the norms and rules of human life in society, causing physical harm to the object of the attack (living or inanimate), as well as moral harm to living beings (negative emotions, pressure, fear, etc.) [4].

Despite its universality, aggression in children is a complex and multifaceted phenomenon that cannot be explained solely by individual traits or temporary states. It often arises in connection with the conditions in which the child grows and develops, reflecting both internal motives and external influences. Understanding these factors is essential for identifying the origins of destructive behavior and finding effective ways to prevent or correct it.

Methods. E. Fromm distinguishes two types of aggression: good and bad. The first appears as a protective reaction when danger arises [5]. Once the danger is eliminated, this type of aggression also disappears. The “bad” type of aggression manifests destructiveness and cruelty. It appears unexpectedly and is manifested as a personality trait [3]. Therefore, by observing the form and duration of the aggression manifested in a child, it is possible to determine which type of aggression a child has. Aggression manifested as a protective reaction may not require correction, but aggression that manifests destructiveness and a tendency to cause harm to others without cause, needs to be studied by educators, psychologists and parents, to identify the causes and to correct.

The famous Australian psychologist V. Oaklander writes: “I compare a child with destructive behavior to a person who is driven by anger, rejection, anxiety, vulnerability and resentment... He often has low self-esteem. He does not want to express what he feels in any other way or is unable to do so. He considers this negative behavior in himself to be the only way to survive” [2]. Indeed, every behavior that a person exhibits has a reason, a motive, of course. If the reasons for the negative behavior observed in a person are studied and eliminated, aggression will disappear by itself. Usually, children who have not found any alternative way to suppress their internal turmoil immediately get angry, hit or insult. Adults can change the destructiveness in a child to positive behavior by showing him another way to express his feelings and objections.

Results. According to educators, aggression (verbal and nonverbal) between children at school is increasing from year to year. However, its management and correction remain difficult. Therefore, this destructive behavior observed at school did not form yesterday or today. If we analyze it more deeply, its roots lie in childhood and preschool age. During these periods, the family is the first place where the child’s socialization takes place, and the main subjects of communication for the child, the people he relies on and takes as an example, are parents and siblings. Problems in communicating with them, constant quarrels and disagreements between parents, misunderstandings between parents and children, constant failure to meet the child’s needs by guardians, ignoring their emotional needs, underestimating them, rejecting the child, committing violence (physical or moral) against them, and using punishment can lead to the formation of a child’s dissatisfaction with himself and a violent attitude towards those around him.

Discussion. Also, children who grow up in single-parent families can be prone to aggressive behavior. American researchers [1] have studied that people who commit political murders or assassinations for hire often come from single-parent or broken families where their parents paid little attention in childhood. So, constant humiliation, neglect of needs, and lack of affection by parents leave a psychological wound in the child, and later, most children can compensate for this wound by choosing a criminal path.

Jones’s research showed that there is a connection between parental responsibility and aggression in children. Researchers observed how children interacted with their mothers and other children at 15, 21, and 39 months of age. They measured how long it took the mother to pick up the child after the child cried or reached out to her. At the same time, the child’s aggressive behavior towards other children (biting, hitting, pushing, grabbing an object) was recorded. The results showed that children whose mothers responded immediately to the child’s cry or call were more aggressive than those whose mothers did not rush to pick up the child. Indeed, the child perceives the world through the mother’s hands. The more the mother holds him in her arms, hugs him, shows affection, and is not

indifferent to his needs, the more the baby's physiological and security needs are satisfied, and he feels calm.

According to attachment theory, a child who has a secure attachment to his mother is more likely to trust others and has well-developed social skills. A child who has an insecure attachment to his mother is more likely to be reticent, resistant to control, impulsive, emotionally irritable, and physically aggressive.

According to Felson's [6] research, children of parents who do not punish their children for arguments and fights between their children are less likely to show aggression. The opposite is true in families that punish their children for various arguments and disagreements. A child who evaluates parents as personal role models imitates their behavior. As a result, if the parent shows aggression towards the child, the child also expresses his feelings in this way, if he treats the situation calmly and benevolently towards the child, the child also gets used to controlling his emotions.

Conclusion. Therefore, when correcting aggressive behavior in a child, it is advisable to conduct a comprehensive study that takes into account not only the individual characteristics of the child but also the wider context of his or her development. Particular attention should be paid to the family environment, the quality of parent–child relationships, and the child's past experiences, as these factors often form the foundation of emotional and behavioral responses. At the same time, it is important to consider the influence of peers, school climate, and broader social interactions, since aggression rarely develops in isolation.

Correctional work should include collaboration between psychologists, educators, and parents in order to identify the underlying causes of aggression and to provide the child with constructive alternatives for expressing emotions and resolving conflicts. Methods of psychological correction must be tailored to the specific type and intensity of aggression, with preventive measures aimed at strengthening emotional regulation, developing empathy, and fostering secure attachments. Ultimately, only an integrated approach that unites family, school, and psychological support can ensure the effective reduction of aggressive tendencies and promote the child's healthy socialization.

References.

1. Baron R., Richardson D. Aggression. - St. Petersburg: Peter, 2001. - 352 p.
2. Oaklander V. Window to the world of a child. Moscow: Independent firm "Class", 2005. - 336 p.
3. Rean A.A. Psychology izuchenia lichnosti: Uchebn. posobie. SPb., 1999. – 288 p.
4. Smirnova T.P. Psychological correction of aggressive behavior detey. Series "Psychological practice". - Rostov n/D: "Fenix", 2004. - 160 p.
5. Fromm E. Anatomy of human destructiveness / Erich Fromm; per. s wet. E.M. Telyatnikova. M.: AST, 2007. – 621 p.
6. Felson, R.B., & Tadeshi, J.T. Aggression and Violence: Social interactionist perspectives. – American Psychological Assn, 1993

Kanlibayeva Indira Maxsetovna
Qarshi davlat universiteti tadqiqotchisi

O'SMIRLARDA DELINKVENT XULQ SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK SHART-SHAROITLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada o'smirlarda delinkvent xulq shakllanishining psixologik shart-sharoitlari tahlil qilingan. Tadqiqot natijalariga ko'ra, delinkvent xulqning paydo bo'lishida individual-psixologik xususiyatlar, tengdoshlar guruhi ta'siri, maktab va keng ijtimoiy muhit shartlari hamda o'zaro ta'siri va profilaktik yondashuvlar bo'yicha tavsiyalar keltirilgan.*

Kalit so'zlar: *o'smirlik davri, delinkvent xulq, psixologik shart-sharoitlar, impulsivlik, empatiya, oilaviy muhit, tengdoshlar ta'siri, maktab muhiti.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ДЕЛИНКВИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

Аннотация. *В статье анализируются психологические условия формирования делинквентного поведения у подростков. По результатам исследования рассматриваются индивидуально-психологические особенности, влияние сверстников, условия школьной и более широкой социальной среды, их взаимодействие в формировании делинквентного поведения, а также представлены рекомендации по профилактическим мерам.*

Ключевые слова: *подростковый возраст, делинквентное поведение, психологические условия, импульсивность, эмпатия, семейная среда, влияние сверстников, школьная среда.*

PSYCHOLOGICAL CONDITIONS OF THE FORMATION OF DELINQUETIVE BEHAVIOR IN ADOLESCENTS

Abstract. *This article analyzes the psychological conditions for the formation of delinquent behavior in adolescents. According to the results of the study, individual psychological characteristics, peer group influence, school and wider social environment conditions and their interaction in the emergence of delinquent behavior, and recommendations on preventive approaches are presented.*

Keywords: *adolescence, delinquent behavior, psychological conditions, impulsivity, empathy, family environment, peer influence, school environment.*

O'smirlik davri insonning jismoniy, intellektual va ijtimoiy rivojlanishida keskin o'zgarishlar sodir bo'ladigan, psixologik barqarorlikning sinovdan o'tuvchi murakkab bosqichidir. Bu davrda o'zini anglash jarayoni, mustaqillik istagi va ijtimoiy maqom izlash ehtiyoji kuchayadi. Shu bilan birga, hissiy barqarorlikning pastligi, impulsiv qarorlar qabul qilishga moyillik va xavfni baholashdagi tajriba yetishmasligi o'smirlarni ijtimoiy me'yorlardan chetga chiqishga sezgir qiladi. Delinkvent xulq - bu jinoyat kodeksiga yoki ijtimoiy-huquqiy normalarga zid bo'lgan, lekin ko'pincha o'smirlar orasida "qabul qilinadigan" yoki "jasorat" sifatida talqin qilinadigan xatti-harakatlardir. Uning shakllanishida individual, oilaviy, tengdoshlar guruhi va keng ijtimoiy muhit darajasidagi psixologik shart-sharoitlar bir-biri bilan o'zaro bog'liq holda namoyon bo'ladi.

1. Individual-psixologik shart-sharoitlar. O'smir shaxsining temperamenti, emotsional regulyatsiya qobiliyati, o'z-o'zini nazorat qilish darajasi va empatiya potensiali delinkvent xulq shakllanishiga bevosita ta'sir etadi. Yuqori impulsivlik, frustratsiyaga past chidamlilik, xavf izlashga moyillik (sensation seeking) kabi xususiyatlar tavakkal xatti-harakatlarni "mukofotli" sifatida idrok etishga olib keladi. Ijroiy funksiyalarning sustligi (diqqatni boshqarish, inhibisiya, muammo yechish) esa salbiy oqibatlarni oldindan ko'ra olmaslikka sabab bo'ladi. Axloqiy rivojlanish darajasi past bo'lgan o'smirlar uchun ijtimoiy me'yorlar ko'proq tashqi nazoratga asoslangan bo'ladi; ichki

qadriyatlar va aybdorlik hissining yetarlicha shakllanmaganligi delinkvent xulqning ichki tormozlarini zaiflashtiradi.

2. Oilaviy psixologik shart-sharoitlar. Ota-ona bilan emotsional aloqa sifati, oiladagi kommunikativ muhit, intizom va nazorat tizimi delinkvent xulqning rivojlanishida markaziy o'ringa ega. Oilada haddan tashqari qat'iy yoki aksincha, beparvo nazorat, zo'ravonlik, ichki nizolar va iqtisodiy qiyinchiliklar mavjud bo'lsa, o'smirning xavfsizlik hissi pasayadi va u ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni tengdoshlar orasida izlay boshlaydi. Aksincha, izchil, adolatli, tushuntiruvchi intizom va iliq munosabatlar, ota-onaning faol ishtiroki o'smirning konstruktiv moslashuvini ta'minlaydi.

3. Tengdoshlar guruhi va submadaniyat ta'siri. O'smirlik davrida tengdoshlarning fikri va bahosi kuchli motivator bo'ladi. Delinkvent xulq ko'pincha "guruh ichida maqom"ni oshirish yoki "jasorat"ni namoyish etish vositasiga aylanadi. Deviant tengdoshlar bilan yaqin aloqalar, salbiy rol modellari va submadaniy normalar (masalan, kuch ishlatish yoki qonunbuzarlikni odatiy hol sifatida qabul qilish) delinkvent xulq shakllanishiga psixologik iqlim yaratadi.

4. Maktab va ijtimoiy muhit shart-sharoitlari. Maktabdagi adolat hissining pastligi, o'qituvchi-o'quvchi munosabatlarida ishonch yetishmasligi, bullying va diskriminatsiya delinkvent tendensiyalarni kuchaytirishi mumkin. Shuningdek, keng ijtimoiy muhitda ishsizlik, bo'sh vaqtni mazmunli tashkil etish imkoniyatining yo'qligi, xavfsizlikning past darajasi o'smirlarni huquqbuzarlikka moyil qiluvchi psixologik fon yaratadi.

5. Raqamli muhitning psixologik ta'siri. Zamonaviy o'smirlarning katta qismi onlayn platformalarda faol bo'lib, anonimlik, tezkor mukofotlar va normativ chegaralarning noaniqligi kiber-delinkvent xatti-harakatlarga (kiberbezorilik, noqonuniy kontent tarqatish, onlayn firibgarlik) yo'l ochadi. Raqamli savodxonlik yetishmasligi, onlayn xatti-harakatlarning real oqibatlarini tushunmaslik bunday risklarni kuchaytiradi.

6. Psixobiologik va nevropsixologik sharoitlar. O'smirlik davrida prefrontal korteks to'liq shakllanmagan bo'lib, impuls nazorati va uzoq muddatli oqibatlarni baholash tizimi hali yetilmagan bo'ladi. Shu bilan birga, mukofot tizimining yuqori faolligi, dopamin sekretsiyasining oshishi tavakkal xatti-harakatlardan olinadigan qisqa muddatli "mukofot"ni kuchaytiradi.

1-jadval

Orelning "Delinkvent xatti-xarakatlar" va Ayzenkning "Temperament" so'rovnomalarining o'zaro aloqasi (Spirmanning korrelyatsiya koeffitsienti bo'yicha)

Shkalalar	Ekstraversiya-introversiya	Neyrotizm	Psixotizm	Samimiylik
Agressiv xulq-atvor		0,57**	0,39*	0,67**
Deviant xulq-atvor	-0,46*	0,38*		
Zo'ravonlik va kuch ishlatishga moyillik		0,44*	0,40*	-0,56**
Ijtimoiy adaptatsiya va boshqalarga munosabat	0,64**			
Manipulyatsiya		0,48*		

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

Tadqiqotdan olingan natijalar bo'yicha o'smirlarning agressiv xulq-atvor, deviant xulq-atvor, zo'ravonlik va kuch ishlatishga moyillik, ijtimoiy adaptatsiya va boshqalarga munosabat, manipulyatsiya kabi psixologik ko'rsatkichlari tahlil qilinganda, ma'lumotlar psixologik jihatdan sezilarli o'zgarishlarni ko'rsatadi.

Birinchi navbatda, jismoniy tajovuz shkalasi bo'yicha yuqori musbat korrelyatsiya (0,67**) ko'rsatilmoqda, bu esa voyaga yetmaganlarning tajovuzkor xatti-harakatlari boshqa shaxslar bilan o'zaro munosabatlarida jiddiy tahdid solishi mumkinligini anglatadi. Shu bilan birga, zo'ravonlik va

kuch ishlatishga moyillik ham (0,55**) o'zining ta'sirini kuchaytiradi. Bu o'z navbatida jismoniy tajovuzkorlikning deviant xulq-atvor bilan chambarchas bog'liqligini ko'rsatadi. Verbal tajovuz esa ijtimoiy adaptatsiya va boshqalarga munosabat shkalasi bilan kuchli musbat bog'lanishga ega (0,69**), bu esa o'z navbatida voyaga yetmaganlar orasida ijtimoiy munosabatlar doirasida og'zaki tajovuzkorlik holatlari tez-tez kuzatilishini anglatadi. Shuningdek, verbal tajovuzning zo'ravonlikka moyillik (0,41*) va manipulyatsiya (0,54**) shkalalari bilan ham ijobiy korrelyatsiyaga ega ekanligi, ushbu ko'rsatkichlarning o'zaro o'tib borishini tasdiqlaydi.

Bilvosita tajovuz shkalasi ham manipulyatsiya (0,57**) bilan sezilarli bog'liqlik ko'rsatmoqda. Bu esa voyaga yetmaganlar orasida bilvosita tajovuzning manipulyativ xulq-atvorni shakllantirishda asosiy omil ekanligini ko'rsatadi. Shuningdek, negativizm va aybdorlik shkalalari orasidagi o'zaro teskari bog'lanish (0,42* va -0,60**) voyaga yetmaganlar orasida o'z xatti-harakatlari uchun o'zini aybdor his qilish darajasi qanchalik yuqori bo'lsa, ular orasida negativistik xulq-atvorning kamroq namoyon bo'lishini anglatadi.

Musbat va manfiy ko'rsatkichlar o'rtasidagi o'zaro farqlar ham dolzarbdir. Musbat ko'rsatkichlar, ya'ni 0,67**, 0,55**, 0,69**, 0,57** va 0,54** kabi ko'rsatkichlar, ko'proq ochiq-oydin agressiv xulq-atvor, zo'ravonlik va manipulyatsiya orqali namoyon bo'layotganligini ko'rsatadi. Boshqa tomondan, manfiy ko'rsatkichlar (masalan, -0,42*, -0,50**, -0,59**, -0,60**) esa negativistik va shubhalanuvchanlik holatlarining shaxsiy javobgarlik hissi bilan teskari bog'liqligini aks ettiradi.

Xulosa. Yuqoridagi shart-sharoitlar birgalikda delinkvent xulqning shakllanish mexanizmini tushuntiradi. Shu bois profilaktika va korreksiya jarayonida faqat jazolash yoki tashqi nazoratni kuchaytirish bilan cheklanmasdan, o'smirning emotsional-regulyativ qobiliyatini rivojlantirish, oilaviy muloqotni yaxshilash, ijobiy tengdoshlar tarmog'ini shakllantirish, maktab va jamoa darajasida qo'llab-quvvatlash tizimlarini yaratish zarurdir. Raqamli xavfsizlik va mediamadaniyat bo'yicha maqsadli treninglar ham zamonaviy profilaktika strategiyalarining muhim tarkibiy qismi bo'lishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Sattorova M. Voyaga yetmaganlar jinoyatchiligini oldini olish. - T.: TDYI. 2006. -B.7.
2. Elov Z.S. O'smirlik davrida shaxs xulq–atvorida kuzatiladigan reaksiyalarning psixologik ta'siri. "PSIXOLOGIYA" ILMIY JURNAL1, 2022. 27-29.
3. Rustambayev M. Jinoyat huquqi. (Umumiy qism). -T.: TDYI. 2005. -B.84.
4. Moffitt, T. E. (1993). Adolescence-limited and life-course-persistent antisocial behavior: A developmental taxonomy. *Psychological Review*, 100(4), 674–701. (A seminal theoretical paper explaining typologies of delinquent and antisocial behavior in adolescence.)
5. Farrington, D. P. (2003). Developmental and life-course criminology: Key theoretical and empirical issues. *Criminology*, 41(2), 221–255.

Markendudi Marina Anatolevna
O'zbekiston Milliy universiteti katta o'qituvchisi (PhD)
E-mail: Danvlarian@mail.ru

GIYOHVANDLAR ORASIDA MOTIVATSIYANING ASOSIY MEXANIZMLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqola giyohvandlarning shaxsiy xususiyatlarini o'rganishga bag'ishlangan. Maqolada psixologik farovonlik parametrlari, reaktiv va shaxsiy tashvish darajalarining nisbati, qiymat yo'nalishi mezonlari ko'rib chiqiladi. Giyohvand moddalarni iste'mol qilish patogenezini tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, giyohvand moddalarni muntazam iste'mol qilishning boshlanishi giyohvandning hayotidagi keskin o'zgarishlarning kuchli omiliga aylanadi, xulq-atvor va turmush tarzining o'ziga xos jihatlarini shakllantiradi, bu esa insonning o'ziga va atrof-muhitga bo'lgan munosabatining tubdan o'zgarishiga olib keladi.*

Kalit so'zlar: *psixoaktiv moddalarga qaramlik, psixologik farovonlik, qiymat yo'nalishi.*

МЕХАНИЗМЫ КЛЮЧЕВЫХ МОТИВАЦИЙ У НАРКОЗАВИСИМЫХ ЛИЦ

Аннотация. *Данная статья посвящена изучению личностных особенностей наркоманов. В статье рассматриваются параметры психологического благополучия, соотношение уровней реактивной и личностной тревожности, критерии ценностных ориентаций. Анализ патогенеза употребления психоактивных веществ показывает, что начало регулярного употребления наркотиков становится мощным фактором резких изменений в жизни наркозависимого лица, формируя специфические аспекты поведения и образа жизни, что приводит к коренному изменению отношения человека к себе и окружающей среде.*

Ключевые слова: *зависимость от психоактивных веществ, психологическое благополучие, ценностная ориентация.*

MECHANISMS OF KEY MOTIVATIONS IN DRUG ADDICTS

Abstract. *This article is devoted to the study of personality traits of drug addicts. The article examines the parameters of psychological well-being, the relationship between levels of reactive and personal anxiety, and the criteria of value orientations. The analysis of the pathogenesis of substance use shows that the onset of regular drug use becomes a powerful factor in the life of a drug addict, leading to specific aspects of behavior and lifestyle that fundamentally change the person's attitude towards themselves and their environment.*

Key words: *substance dependence, psychological well-being and value orientation.*

Bugungi kunda Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, inson salomatligi 52% turmush tarziga, 20% genetik omillarga, 19% atrof - muhitga va 9% sog'liqni saqlash tashkilotiga bog'liq. Giyohvandlarni rag'batlantirishning asosiy mexanizmlarini o'rganish katta ijtimoiy zarar tufayli dolzarb muammodir.

Kasallikning turli bosqichlarida giyohvandlar o'rtasidagi qiymat yo'nalishlarini o'rganib chiqib, Butakov I.N. giyohvandlar uchun moddiy farovonlik, o'yin-kulgi va erkinlik muhim ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatdi. Remissiya bosqichida giyohvandlar uchun terminal qadriyatlar tuzilishidagi asosiy qadriyatlar sog'liqni saqlash qadriyatlari, shuningdek, boshqalarga yordam berish va rahm-shafqat qadriyatlari [Бутаков, 2015, 90-97 b].

Giyohvand moddalarni iste'mol qiluvchilarni o'rganishda V.A. Tkachuk va A.G.Zaytsev qiymat-semantik soha ular uchun mavjud bo'lmagan qadriyatlarning hayotga qaram (iste'molchi) yondashuvining ustunligi bilan qadriyatlarning qarama-qarshiligiga asoslanganligini aniqladilar, ya'ni, "giyohvandlik shaxsini" shakllantirish jarayonida qiymat-semantik soha tarkibidagi deformatsiyalar hal qiluvchi rol o'ynashi mumkin [Зайцев, Ткачук, 2012, 38-48 b].

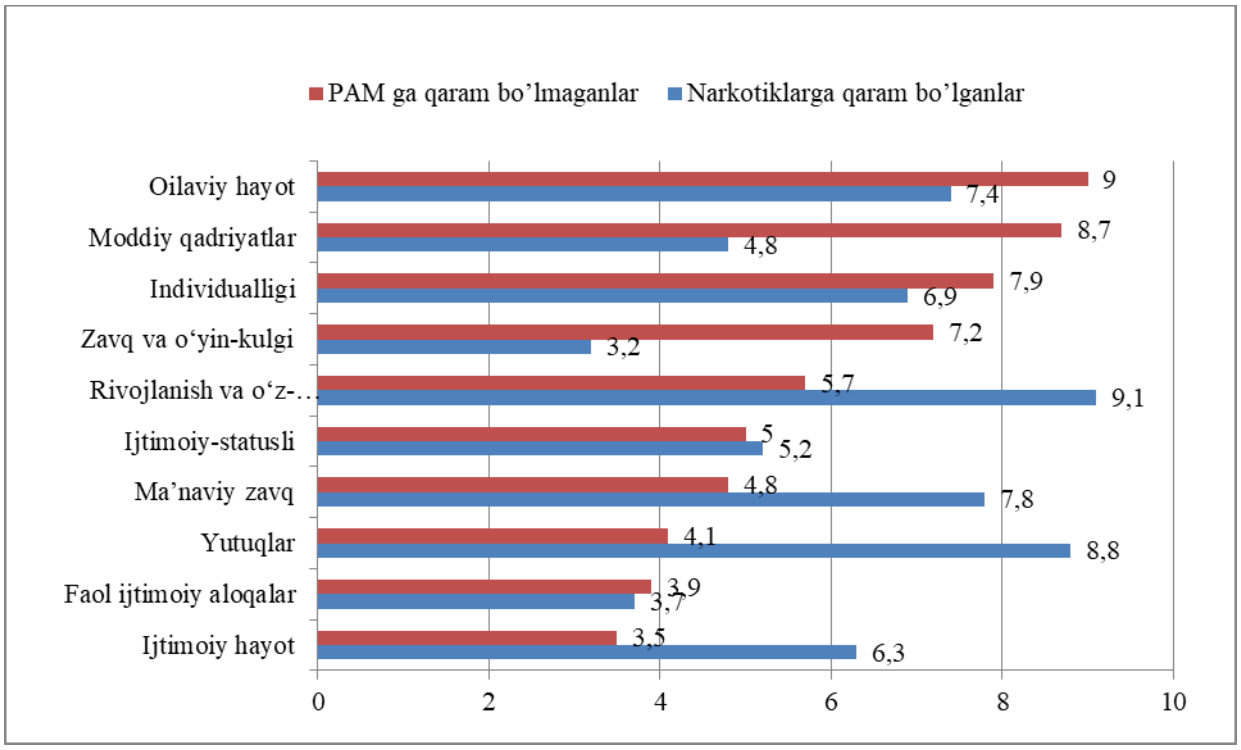
Latsples P. R., Zentsova N. I. klinik-psixopatologik, makro va mikrosotsial omillarning ta'sir darajasini va shaxsning o'smirlik davridagi odamlarda giyohvandlik shakllanishiga ta'sir qilish xususiyatlarini o'rganib chiqdi, shuningdek, ushbu omillarning barchasini hisobga olgan holda profilaktika choralari bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqdi [Лацплес, 2012, 25 b].

Remissiyaning samarali vositasi sifatida psixologik reabilitatsiya tadbirlari dasturi taklif qilindi va sinovdan o'tkazildi, shuningdek, ushbu bosqichni umuman yaxshilash bo'yicha kompleks chora-tadbirlar taklif qilindi. Sinergetik yondashuvga katta e'tibor beriladi [Зенцова, 2015, 619 b].

Giyohvandlarning qarashlari va afzalliklari tizimini o'rganib chiqib, kimyoviy qaram shaxslarning qiymat va mazmun sohasi psixoaktiv moddalarga psixologik qaramlik mavjudligi bilan belgilanadigan bir qator tarkibiy xususiyatlarga ega ekanligini aniqladik. Giyohvandlar va kimyoviy jihatdan mustaqil shaxslar o'rtasidagi aniqlangan farqlar har bir guruhning psixologik va ijtimoiy xususiyatlari haqida qiymat yo'nalishlari va motivatsiyasi nuqtai nazaridan muhim ma'lumotlarni beradi (1-rasm).

1-rasm

Giyohvandlar va giyohvand moddalarni iste'mol qilmaydigan shaxslarda qadriyatlarga yo'nalganlik ko'rsatkichlarining o'rtacha qiymatidagi farqlar



"Natijaga erishish" sohasida giyohvandlikka qaram shaxslar sezilarli qiyinchiliklarni namoyon etishlari mumkin. Qaramlik tufayli e'tibor hozirgi ehtiyojlarni qondirishga yo'naltiriladi, bu esa uzoq muddatli rejalashtirish qobiliyatini pasaytiradi. Kimyoviy jihatdan qaram bo'lmagan shaxslar esa, aksincha, natijalarga erishishga ko'proq yo'naltirilgan bo'lib, bu ular uchun nafaqat kasbiy sohada, balki shaxsiy maqsadlarda ham dolzarbdir. Bu holat maqsadga intilish, mehnat va sa'y-harakatlar orqali natijaga erishish muhimligini anglash bilan birga kechadi.

"Zavq va hordiq" yo'nalishida giyohvandlikka qaram shaxslar psixoaktiv moddalarni iste'mol qilishdan zavq olishga alohida e'tibor qaratadilar. Ular ko'pincha narkotik moddalarni zavq olishning asosiy manbai sifatida ko'radilar, bu esa boshqa zavqlanish va hordiq chiqarish shakllarini siqib chiqaradi. Bu holat sog'liq yoki shaxsiy munosabatlar kabi boshqa qadriyatlarning ham soyada qolishiga olib kelishi mumkin. Kimyoviy jihatdan qaram bo'lmagan shaxslar esa zavq va hordiqni turli yo'llar orqali olishga intiladilar - xobbi, ijtimoiy muloqot yoki ijodiy faoliyat kabi, bu esa yanada sog'lom va barqaror quvonch manbalarini o'z ichiga oladi.

“Moddiy qadriyatlar” yo’nalishida giyohvandlikka qaram shaxslar ushbu qadriyatlarga kamroq e’tibor qaratishlari yoki ularni narkotik moddalarni sotib olish uchun vosita sifatida haddan tashqari baholashlari mumkin. Ular ko’pincha tez foyda olishga yo’naltirilgan bo’lib, bu holat ularning ijtimoiy va moliyaviy barqarorligining yemirilishiga olib keladi. Kimyoviy jihatdan qaram bo’lmagan shaxslar moddiy qadriyatlarga barqarorlik, qulaylik va xavfsizlikni ta’minlash kontekstida katta ahamiyat beradilar, bu esa o’z navbatida uzoq muddatli maqsadlarni amalga oshirish va hayot sifatini yuqori darajada ta’minlashga intilish bilan bog’liqdir.

“Ma’naviy qoniqish” yo’nalishida giyohvandlikka qaram shaxslar ko’pincha ma’naviy bo’shliqni boshdan kechiradilar. Psixoaktiv moddalar esa ushbu bo’shliqdan qisqa muddatga bo’lsada, qochish vositasi sifatida xizmat qilishi mumkin. Kimyoviy jihatdan qaram bo’lmagan shaxslar ma’naviy qoniqishni din, falsafa yoki shaxsiy munosabatlar orqali faolroq izlashlari mumkin, bu esa ichki dunyoning boyishiga va o’zini anglash hamda ro’yobga chiqarishga xizmat qiladi.

“Rivojlanish va o’zini takomillashtirish” yo’nalishida giyohvandlikka qaram shaxslar o’zini rivojlantirish borasida cheklangan yoki buzilgan yo’nalishlarga ega bo’lishlari mumkin. Narkotik moddaga bo’lgan ehtiyoj ko’pincha ustuvor motivga aylanib, hayotning boshqa jihatlarini, jumladan, shaxsiy rivojlanishni soyada qoldiradi. Kimyoviy jihatdan qaram bo’lmagan shaxslar, umuman olganda, o’zini takomillashtirishga ko’proq moyil bo’ladilar - bu nafaqat kasbiy, balki shaxsiy sohalarda ham namoyon bo’ladi. Ular shaxsiy va martaba bilan bog’liq maqsadlarga erishishga yo’naltirilgan bo’ladilar.

Narkotik moddalarga qaram va kimyoviy jihatdan qaram bo’lmagan shaxslar o’rtasidagi mavjud qadriyat yo’nalishlaridagi farqlar giyohvandlikka qaram shaxslarda motivatsiyaning shakllanishida muhim rol o’ynaydi. Shuni alohida ta’kidlash joizki, giyohvandlik inson hayotining ko’plab jihatlariga - jumladan, maqsad qo’yish qobiliyatiga, o’zini rivojlantirishga bo’lgan qiziqishga hamda ma’naviy va moddiy farovonlikka bo’lgan g’amxo’rlikka - halokatli ta’sir ko’rsatadi. Giyohvandlikka qaram shaxs uchun motivatsiya ko’pincha narkotik moddalarni qo’lga kiritish kabi shu zahotiyoq qondirilishi lozim bo’lgan ehtiyojlarga yo’naltirilgan bo’ladi, bu esa uzoq muddatli maqsadlarga intilish ehtimolini deyarli butunlay istisno qiladi. Xulosa qilib aytganda, narkotik moddalarga qaram va kimyoviy jihatdan qaram bo’lmagan shaxslar o’rtasidagi qadriyat yo’nalishlaridagi farqlar hayotni idrok etishda yuzaga kelgan chuqur o’zgarishlarni aks ettiradi va bu o’zgarishlar ularning motivatsiyasiga bevosita ta’sir ko’rsatadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Бутаков И.Н. Особенности ценностных ориентаций наркозависимых лиц на разных стадиях заболевания //Известия высших учебных заведений. Уральский регион. 2015. № 5. С. 90-97.

2. Зенцова Н.И. Системная модель психологического этапа реабилитации больных наркоманией: дис. … доктора психологических наук: 19.00.04 / – Москва, 2015. – 619 с.

3. Лацплес П.Р. Социальные и клинико-психопатологические факторы, влияющие на формирование зависимого поведения от психоактивных веществ у молодежи: автореферат дис. … канд. медицинских наук: 14.01.06, 14.01.27 / – Москва, 2012. – 25 с

4. Ткачук В.А., Зайцев А.Г. Ценностно-смысловая сфера наркозависимых лиц //Вестник психотерапии. 2012. № 43. С. 38-48.

Maxkamova Laylo Majidova
M.Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy universiteti
"Psixologiya" kafedrasi o'qituvchisi
E-mail: laylowa0597@gmail.com

INSULT XASTALIGIDA OLIY PSIXIK FUNKSIYALAR BUZILISHINING O'ZIGA XOSLIGI

Annotatsiya. *Maqolada insult xastaligiga chalingan bemorlarda kasallikdan keyingi davrda yuzaga keluvchi oliy psixik funksiyalardagi buzilishlar va ularning namoyon bo'lishi bo'yicha turli olimlarning yondashuvlari, kasallikdan keyingi tiklanish jarayoniga biopsixosotsial jihatdan yondashuv zarur ekanligi yoritib berilgan va turli tadqiqotlar atroflicha tahlil etilgan.*
Kalit so'zlar: *oliy psixik funksiyalar, insult, afaziya, alaliya, bosh miya yarimsharlari.*

Stroke and its impact on the manifestation of higher mental functions

Abstract: The article highlights the impairments of higher mental functions in patients after stroke and their manifestations, reviews various scholars' approaches to this issue, emphasizes the necessity of a biopsychosocial approach to the post-stroke rehabilitation process, and provides a detailed analysis of various research studies.
Key words: stroke, aphasia, alalia, cerebral hemispheres.

Инсульт и его влияние на проявление высших психических функций

Аннотация: В статье освещены нарушения высших психических функций у пациентов, перенёсших инсульт, и их проявления, рассмотрены различные подходы учёных к данной проблеме, подчёркнута необходимость биопсихосоциального подхода к процессу восстановления после болезни, а также проведён детальный анализ различных исследований.
Ключевые слова: Инсульт, афазия, алалия, полушария головного мозга.

Inson organizmni rivojlanish jarayonida turli tashqi va ichki omillar ta'sirida faoliyatining ishdan chiqishi va bu jarayonlarning inson turmush faoliyatiga nechog'lik ta'sir etishi barchamizga ma'lum. Bosh miyada kechuvchi turli xildagi organik va noorganik o'zgarishlar mana bir necha asrlarki olimlarni qiziqtirib kelayotgan jarayonlardan sanaladi. Inson miyasi va uning faoliyati, butun organizmni regulyatsiya qilinishining sir sinoatlari bugungi kunga kelib ham to'liq aniqlanmaganligi inson bosh miya faoliyatini o'rganishga bo'lgan intilishlarning tobora oshib borishiga zamin yaratib bormoqda. Umuman olganda miyada qon aylanishining buzilishi tashqi yoki ichki ta'sirlar natijasida jarohatlanishga olib keladi bosh miyaning turli lokalazitsiyaga ega, hamda o'zaro yonma yon hududlarida kechuvchi o'zgarishlar inson organizmida o'zgarishlarning namoyon bo'lishiga olib kelmay qolmaydi.

Insult xastaligi shunday kasallikki, kasallik o'choqli yoki umumiy nevrologik belgilarning yuzaga kelishi bilan tavsiflanadi. Mazkur kasallik o'lim ko'rsatkichi bo'yicha yurak qon tomir va onkologik kasalliklardan so'ng uchinchi o'rinni egallaydi. Insult holatlarining qariyb 2/3 qismi keksa odamlarda (60 yoshdan keyin) paydo bo'ladi. Insult hastaligining asosiy sababi bosh miya yarimsharlaridagi qon tomirlar torayishi, tromb hosil bo'lishi va yorilishi oqibatida namoyon bo'ladi. Ushbu qon tomirda vujudga keluvchi o'zgarishlar vujudga kelishi birmuncha vaqt talab etadi. Bosh miya arteriya qon tomirlarining yorilishi gipertoniya, zaif qon tomir devorlari, anevrizmalar, bosh miyaning jiddiy jarohatlari oqibatida paydo bo'lishi mumkin. Buzilishlar xarakteristikasiga nazar solar ekanmiz o'ziga xos klinikaga ega ekanligiga e'tiborimizni qaratishimiz maqsadga muvofiqdir. Tadqiqotimizda tadqiq etilgan insult turning xarakteristikasiga nazar solar ekanmiz u yuzaga kelganda qon tomirlarda yorilishlar vujudga kelmasligini, lekin qon tomirlar orqali o'tuvchi qon oqimi tromblar tufayli to'xtab qolishini aniqlashimiz mumkin.

Ishemik insult asosan yoshi o'tgan insonlarda uchraydi. Ishemik insult bir vaqtda yoki bir necha kunlar davomida sodir bo'lishi mumkin.

Bosh miyadagi o'zgarishlar ko'pincha qon tomirning yorilishga moyilligining ortishi, yoki qon tomirda qonning ko'p haydalishi natijasida ham kelib chiqishi mumkin bo'lib, bunda ushbu qon qotib qolgan bosh miya qismi zararlanadi va stimullarga nisbatan sezuvchanligi o'ladi. Mazkur holat bemor to'satdan yuzaga keluvchi harakatlarni amalga oshirganda birdaniga boshlanadi.

Bemor hushidan ketishi yoki miyada bir necha daqiqalik to'xtalishlar bo'lishi ham ushbu kasallikning ilk bosqichlari ekanligini taxmin qilishimiz mumkin.

Miyaning qaysi qismi zararlanganligiga ko'ra insultning asorati namoyon bo'ladi. Misol uchun, agar miyaning chap yarim shari zararlangan bo'lsa, u holda bemor nutqida muommolar yuzaga keladi (afaziya), ba'zida gapira olmaydi. Agar miyaning oldi markaziy qismi zararlangan bo'lsa, u holda bemorning harakatlanishi qiyinlashadi, ba'zida harakat umuman bo'lmaydi bemor esa shol bo'lib qoladi. Bemorning ruhiy holatida ham o'zgarishlar namoyon bo'ladi bemorlarda emotsional beqarorlik yuzaga keladi. Mazkur sababdan ham o'ng yarim sharda yuz bergan insultlarda bemorning sog'ayib ketishi chap yarim shar insultiga qaraganda sust kechadi. Bemorda o'z tanasini anglash jarayonining patologiyasi atrof-muhitni idrok qilishning buzilishi bilan birgalikda namoyon bo'ladi. Masalan, kasal o'ziga avval tanish bo'lgan kasallikdan avvalgi hayotida tez-tez amalga oshirgan faoliyatini amalga oshirishga qiynalishi avval yurgan yo'llarini taniy olmasligi va o'zini begonadek his etishi mumkin.

Miyaning orqa qismi zararlansa, u holda ko'rish qobiliyati zaiflashadi. Mazkur kasallikda miyaning birmuncha katta hududlarida buzilishlar yuzaga kelishi yoki faqatgina kichik bo'laklar zarar ko'rishi ham sir emas, shunga ko'ra bemorning kasallik xurujidan keyingi ahvoli bosh miya atrofiyasining tarqalganlik darajasiga bog'liq tarzda baholanadi. Insult kasalligiga chalingan inson kasallikka uchraganida keyin kamida taxminan bir yil davomida tiklanish jarayonini boshidan kechiradi . Bazan ushbu jarayon uzoq yillar davomida ham amalga oshishi mumkin ammo bu holat turli olimlar tomonida bosh miyadagi oqsil sinteziga bog'liq ekanligi haqidagi taxminlar ham ilgari surilib kelinyapti. Ko'pincha bemorlarda kasallikdan keyingi davrda shaxslararo munosabatlardagi buzilishlar vujudga keladi bu ham bosh miyada kechayotgan o'zgarishlar bilan bog'liq jarayon sanaladi. Bemorlarning xulq atvorida avval ularda namoyon bo'lmagan belgilar ko'rina boshlaydi bu holat dipersonalizatsiya holati bo'lib bemorlarda shaxslilik jarayonlarida buzilishlar kechishi mumkin bo'ladi . Asosan kasallikning o'tkir davrida mazkur holat yaqqol ko'rinadi. Bu holat bemor irodasidan tashqari bo'lib, ko'pincha anglanilgan xatti harakatlar sanalmaydi.

Shu sababdan ham tajribalarda chap yarim korteksda vujudga kelgan buzilishda psixik funksiyalarning yana avvalgi holiga qaytishi, o'ng kortekstga qaraganda jadal suratda kechadi. Chunki bemor xarakter xususiyatlaridagi o'zgarishlar o'ng korteksda o'zgarishlar vujudga kelgan juda kam foizlarda qayd etilgan bo'lib, asosan chap yarimsharda o'zgarishlar bo'lgan bemorlarda qayd etilgan. Ushbu holat juda yomon oqibatlarga olib kelishi mumkin, bemor harakatlana olmay qolishi, gapira olmasligi yoki tushuna olish qobiliyatini yo'qotishi ham mumkin bunda bemor ham ma'nan ham jismonan qiyinchilikka uchraydi. Ko'pincha yuzaga kelgan kasallik bemorda afaziya belgilari ko'rinishiga olib kelishi mumkin. Ya'ni mazkur holatda nutq buzilishlari bosh miyadagi organik zararlanishlar hisobiga kelib chiqadi. Afaziyalarni o'rganilish tarixiga nazar tashlaydigan bo'lsak, asosan bosh miya yarimsharlarida zararlanish o'choqlariga alohida e'tibor qaratilganligini guvohi bo'lishimiz mumkin. Ammo bugungi kunda zararlangan o'choqning bosh miya lokalizatsiyasiga ko'ra ma'lum funksiyalarni buzilishi yoki yetishmovchilik vujudga kelishi haqidagi g'oyalar o'z yechimini topmagan. Fan texnika rivoji bilan birgalikda diagnostika qilish jarayonining maxsuldorligi ortib borishi bosh miyada ma'lum o'choqlarning ma'lum funksiyalarga javob berishi haqidagi g'oyalarni asossiz ekanligini bosh miya yarimsharlari turli stimullarga javoban turlicha lokalizatsiya faolligi bilan javob qaytarishi g'oyasi o'z tasdig'ini topib bormoqda.

Afaziyalarning yagona klassifikatsiyasi hozirgi kunda olimlar hamjamiyati tomonidan taqdim etilmagan. Afaziyalar bo'yicha tadqiqot olib borgan olimlar o'z izlanishlaridan, prinsiplaridan kelib chiqqan holda afaziyalarning klassifikatsiyasini taqdim etishgan. Afaziyalarni o'rganish mobaynida yuzaga keluvchi asosiy muammolardan biri bu uning kelib chiqishida qanday omillar yetakchi o'rin

tutganligini tadqiq etishdir.

Xususan afaziyalarning kelib chiqishida nutqni tushunish, anglash va gap konstruktsiyasini tashkillashtirish va ma’no yuklash jarayonidagi yetishmovchiliklar asosiy omil sanaladimi , nutqning markaziy mexanizmlari bo’lmish sensor va motor qismlarning o’zaro aloqadorlikdagi faoliyatidagi uzilishlar sabab bo’ladimi degan qarashlardir.

Yuqorida keltirib o’tilgan afaziyalarning kelib chiqishidagi o’zaro qarama qarshi fikrlarning vujudga kelishida bir qancha olimlarning ilmiy izlanishlari sabab bo’lgan.

Hozirda, afaziyalarning vujudga kelish mexanizmlari, afaziyalarning klassifikatsiyalari, metodologiyasi va nutq tiklashga qaratilgan terapiyalar ishlab chiqilganiga qaramasdan nutq buzilishlarinig yashirin mexanizmlari yetarlicha aniqlanmay qolyapti. Shunga qaramasdan psixologiya, neyropsixologiya, elektrofiziologiya, neyroxirurgiya, lingvistika, kibernetika va matematik mantiq sohalaridagi olib borilgan klinik eksperimental izlanishlar hozirgi davr fani uchun boy ilmiy merosni taqdim eta oldi desak aslo mubolag’a bo’lmaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Лурия А.Р. Высшие корковые функции человека. М.,МГУ, 2019. -505 с.
2. Михеев В.В. Избранные лекции по неврологии. - М., Медицина, 2010.- 114 с.
3. Нейропсихология (тексты) / под ред. Б. Д. Хомской. - М.: МГУ, 2014. – 334 с.
4. Оппель Е.В. Восстановление речи после инсульта. СПб.: Медицина, 2002.-236 с.
5. Шкловский В.М., Визель Т.Г. Восстановление речи у больных с афазией. М., 2007. 108 с.

Mirhaydarova Dilnoza Raximdjanovna
Toshkent davlat tibbiyot universiteti 2-son akademik litseyi o'qituvchisi

PSIXIK RIVOJLANISHDAN ORTDA QOLGAN BOLALARNING BILISH JARAYONLARI XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Bilish jarayonlarning yetarli darajada rivojlanmaganligi ko'pincha aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalar maktabda o'qish paytida yuzaga keladigan qiyinchiliklarning asosiy sababidir. O'rganishdagi qiyinchiliklar ularning markaziy asab tizimining zaiflashgan, funksional holati bilan kuchayadi, bu esa ishlashning pasayishiga, tez charchashga va oson chalg'ishga olib keladi. Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan boshlang'ich maktab o'quvchilarida bilim faolligining o'ta pastligi ularning umumiy aqliy faolligining pastligi va kognitiv motivatsiyasining o'ta zaifligining ko'rinishidir. Ularning kognitiv qiziqishlari juda zaif ifodalangan, ta'lim motivatsiyasi yo'q, ularning maktabga borish istagi faqat tashqi atributlar bilan bog'liq (ryukzak, daftar va boshqalar sotib olish). "Maktab yetukligi"ning shaxsiy komponenti miyaning frontal va frontodiensefalik tizimlarining kam rivojlanganligi yoki kechiktirilgan kamolotiga sabab bo'ladi.*

Kalit so'zlar: *bilish jarayonlari, tafakkur, nutq, diqqat, xotira, idrok, aqliy faoliyat.*

ОСОБЕННОСТИ ПОЗНОВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Аннотация. *Недостаточная сформированность познавательных процессов зачастую является главной причиной трудностей, возникающих у детей с ЗПР при обучении в школе. Трудности в обучении усугубляются ослабленным, функциональным состоянием их центральной нервной системы, ведущим к снижению работоспособности, быстрой утомляемости и легкой отвлекаемости. Крайне низкая познавательная активность у младших школьников с ЗПР является проявлением низкого уровня их психической активности в целом и крайне слабой познавательной мотивации. Познавательные интересы у них выражены крайне слабо, учебная мотивация отсутствует, их желание идти в школу связано лишь с внешней атрибутикой (приобретение ранца, тетрадей и т. п.). Личностный компонент «школьной незрелости» обусловлен недоразвитием или замедленным созреванием лобных и лобно-диэнцефальных систем головного мозга.*

Ключевые слова: *познавательные процессы, мышление, речь, внимание, память, восприятие, психическая активность.*

FEATURES OF COGNITIVE PROCESSES IN CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION

Abstract. *Insufficient development of cognitive processes is often the main reason for the difficulties that children with mental retardation have when studying at school. Learning difficulties are aggravated by the weakened functional state of their central nervous system, leading to decreased performance, rapid fatigue and easy distractibility. Extremely low cognitive activity in primary school children with mental retardation is a manifestation of their low level of mental activity in general and extremely weak cognitive motivation. Their cognitive interests are extremely weakly expressed, there is no educational motivation, their desire to go to school is associated only with external attributes (purchase of a backpack, notebooks, etc.). The personal component of "school immaturity" is caused by underdevelopment or delayed maturation of the frontal and frontodiencephalic systems of the brain.*

Key words: *cognitive processes, thinking, speech, attention, memory, perception, mental activity.*

Bilish faoliyati - bu idrok, tafakkur, xotira, diqqat, nutq kabi aqliy jarayonlar yordamida atrofdagi voqelikni tushunishga qaratilgan ongli faoliyat. Bolalardagi aqliy rivojlanishdan ortda qolish juda xilma-xildir, ammo aqliy rivojlanishdan ortda bo'lgan barcha bolalarda kognitiv sohaning rivojlanishida kechikish kuzatiladi, bu bola hayotining dastlabki bosqichlarida kuzatilishi mumkin, ammo ular maktab ta'limiga o'tish davrida eng aniq namoyon bo'ladi. Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalar aqliy faoliyatning buzilgan va buzilmagan aloqalarining sezilarli geterogenligi, shuningdek, aqliy faoliyatning turli tomonlarini shakllantirishning aniq notekisligi bilan ajralib turadi.

Ko'pgina klinik va psixologik-pedagogik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ushbu rivojlanish anomaliyasida aqliy faoliyat nuqsonlari tarkibida xotira buzilishi muhim o'rin tutadi. Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalarning o'qituvchilari va ota-onalari kuzatuvlari, shuningdek, maxsus psixologik tadqiqotlar ularning beixtiyor xotirasini rivojlantirishdagi kamchiliklarni ko'rsatadi. Oddiy rivojlanayotgan bolalarning ko'p narsalari, go'yo o'z-o'zidan eslab qolishlari ularning orqada qolgan tengdoshlaridan katta kuch talab qiladi va ular bilan maxsus tashkillashtirilgan ishlashni talab qiladi.

Rivojlanishda orqada qolgan bolalarda beixtiyor xotiraning unumdorligi yetarli emasligining asosiy sabablaridan biri ularning bilish faolligining pasayishi hisoblanadi (T.V.Egorova). [1] T.V.Egorova (1969) tadqiqotida bu muammo maxsus o'rganilgan. Ishda qo'llaniladigan eksperimental usullardan biri topshiriqdan foydalanishni o'z ichiga oladi, uning maqsadi obyektlarning tasvirlari bilan rasmlarni ushbu obyektlar nomining bosh harfiga muvofiq guruhlarga ajratish edi. Aniqlanishicha, rivojlanishida kechikishi bo'lgan bolalar nafaqat og'zaki materialni yomonroq takrorlaydilar, balki odatdagidek rivojlanayotgan tengdoshlariga qaraganda uni eslab qolish uchun ko'proq vaqt sarflaydilar. Asosiy farq javoblarning favqulodda mahsuldorligida emas, balki belgilangan maqsadga turlicha munosabatda edi. Rivojlanishda kechikish bo'lgan bolalar mustaqil ravishda deyarli hech qachon to'liq eslab qolishga harakat qilmagan va buning uchun kamdan-kam hollarda yordamchi usullardan foydalanmagan. Bu sodir bo'lgan hollarda, ko'pincha harakat maqsadini almashtirish kuzatildi. Yordamchi usul ma'lum bir harf bilan boshlangan kerakli so'zlarni eslash uchun emas, balki bir xil harf bilan boshlanadigan yangi (tashqi) so'zlarni o'ylab topish uchun ishlatilgan [2].

N.G. Poddubnaya tomonidan olib borilgan tadqiqotda aqliy rivojlanishdan ortda qolgan maktabgacha yoshdagi bolalarda ixtiyoriy yodlash samaradorligining materialning tabiatiga va u bilan ishlash xususiyatlariga bog'liqligi o'rganildi. Mavzular asosiy va qo'shimcha so'zlar va rasmlar to'plamining birliklari (turli kombinatsiyalarda) o'rtasida semantik aloqalarni o'rnatishlari kerak edi. Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalar eksperimentator tomonidan taqdim etilgan rasmlar yoki so'zlarning ma'nosiga mos keladigan otlarni mustaqil tanlashni talab qiladigan seriyalar bo'yicha ko'rsatmalarni o'zlashtirishda qiyinchiliklarni ko'rsatdilar. Ko'pgina bolalar topshiriqni tushunishmaydi, lekin tezda eksperimental materialni olishga va boshlashga harakat qilishdi. Shu bilan birga, odatdagidek rivojlanayotgan maktabgacha yoshdagi bolalardan farqli o'laroq, ular o'z imkoniyatlarini yetarli darajada baholay olmadilar va vazifani qanday bajarishni bilishlariga ishonchlari komil edi. Aniq farqlar unumdorligida ham, beixtiyor yodlashning aniqligi va barqarorligida ham aniqlandi. To'g'ri qayta ishlab chiqarilgan material miqdori odatda 1,2 baravar ko'p edi.

N.G. Poddubnaya ta'kidlashicha, vizual material og'zaki materialga qaraganda yaxshiroq esda qoladi va ko'paytirish jarayonida yanada samarali yordam beradi. Muallif aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalarda ixtiyoriy xotira, ixtiyorsiz xotira kabi zarar ko'rmasligini, shuning uchun ularni tarbiyalashda undan keng foydalanish maqsadga muvofiqligini ta'kidlaydi [3].

T.A. Vlasova, M.S. Pevzner aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalarda ixtiyoriy xotiraning kamayganligini ularning maktabda o'qishdagi qiyinchiliklarining asosiy sabablaridan biri sifatida ko'rsatadi. Bu bolalar matnlarni yodlashda qiynaladilar, topshiriqning maqsadi va shartlarini yodda tutmaydilar. Ular xotira unumdorligining o'zgarishi bilan ajralib turadi va o'rganganlarini tezda unutadi.

Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalar xotirasining o'ziga xos xususiyatlari:

1. Xotira hajmi va xotira tezligining pasayishi;
2. Ixtiyorsiz yodlashning unumdorligi odatdagidan kamroq;

3. Xotira mexanizmi xotiraga birinchi urinishlar unumdorligining pasayishi bilan tavsiflanadi, ammo to'liq yodlash uchun zarur bo'lgan vaqt normaga yaqin;

4. Vizual xotiraning og'zaki xotiradan ustunligi;

5. Ixtiyoriy xotiraning pasayishi;

6. Mexanik xotiraning buzilishi.

Diqqatning buzilishi sabablari:

1. Bolaning mavjud astenik hodisalari o'z ta'siriga ega.

2. Bolalarda o'zboshimchalik mexanizmi hali shakllanmagan.

3. Motivatsiya hali shakllanmagan, bola qiziqarli bo'lganda yaxshi konsentratsiyani ko'rsatadi va motivatsiyaning boshqa darajasini ko'rsatish kerak bo'lganda - qiziqishning buzilishi.

Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalarni tadqiq etgan Zharenkova L.M. ushbu og'ishga xos bo'lgan diqqatning quyidagi xususiyatlarini qayd etadi:

• Diqqatning past konsentratsiyasi: bolaning biror vazifaga, har qanday faoliyatga diqqatini jamlay olmasligi, chalg'itishi oson. N.G. Poddubnayaning tadqiqotida, aqli zaif bolalarda e'tiborning xususiyatlari aniq namoyon bo'ldi: butun eksperimental topshiriqni bajarish jarayonida diqqatning tebranishlari, ko'p miqdordagi chalg'itishlar, tez charchash va charchoq holatlari mavjud edi [3].

• Diqqat barqarorligining past darajasi. Bolalar uzoq vaqt davomida bir xil faoliyat bilan shug'ullana olmaydilar.

• Diqqatning tor doirasi.

• Diqqatning tanlanish qobiliyatining pasayishi.

• Diqqat taqsimotining qisqarishi.

• "Diqqatni yeg'ilishi."

• Diqqatni chalg'ishining kuchayishi.[1]

Ushbu toifadagi bolalarda diqqatning beqarorligi va ishlashning pasayishi individual namoyon bo'lish shakllariga ega. Shunday qilib, ba'zi bolalarda maksimal e'tibor kuchlanishi va eng yuqori ko'rsatkichlar vazifaning boshida aniqlanadi va ish davom etayotganda barqaror ravishda kamayadi; boshqa bolalarda e'tiborning eng katta kontsentratsiyasi ma'lum bir faoliyat davridan keyin sodir bo'ladi, ya'ni bu bolalar faoliyatga jalb qilish uchun qo'shimcha vaqt kerak; uchinchi guruh bolalari diqqatning davriy tebranishlari va butun vazifa davomida notekis ishlashga ega.

Ixtiyoriy diqqat yanada qattiqroq buziladi. Ushbu bolalar bilan tuzatish ishlarida ixtiyoriy diqqatni rivojlantirishga katta ahamiyat berish kerak. Buning uchun maxsus o'yinlar va mashqlardan foydalaning ("Kim ko'proq e'tiborli?", "Jadvalda nima yetishmayapti?" va boshqalar). Shaxsiy ish jarayonida quyidagi usullardan foydalaning: bayroqlar, uylar chizish, model bo'yicha ishlash va hk.

Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalarda idrok rivojlanish darajasi past (normal rivojlanayotgan tengdoshlariga nisbatan). Bu sensorli ma'lumotni qabul qilish va qayta ishlash uchun uzoqroq vaqt talabida namoyon bo'ladi; bu bolalarning atrofdagi dunyo haqidagi bilimlarining etishmasligi va parchalanishidan tashqari; odatiy holatda bo'lmagan narsalarni, kontur va sxematik tasvirlarni tanib olishda qiyinchiliklarda. Ushbu obyektlarning o'xshash fazilatlari odatda ular tomonidan bir xil deb qabul qilinadi. Bu bolalar har doim ham kontur va ularning alohida elementlariga o'xshash harflarni tanimaydilar va ko'pincha chalkashtirib yuborishadi; ular ko'pincha harflar kombinatsiyasini noto'g'ri qabul qilishadi va hokazo.

Aqliy rivojlanishdan ortda qolish bilan idrokning obyektivlik va tuzilish kabi xususiyatlari buziladi. Idrokning yaxlitligi ham zarar ko'radi (S.K. Sivolapov).

Bolalarda idrok sezilarli yetishmasligi - sezgilar orqali olingan ma'lumotlarni qayta ishlash jarayonining sezilarli sekinlashishi (A.N. Tsymbalyuk) [1]. Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalarda obyektni tekshirishda maqsadlilik va tizimlilik yetishmaydi [1].

Bu guruhdagi bolalarda ham fazoviy tasavvurlar yetarlicha rivojlangan emas: fazoviy yo'nalishlarda orientatsiya ancha uzoq vaqt davomida amaliy harakatlar darajasida amalga oshiriladi; qiyinchiliklar ko'pincha vaziyatni fazoviy tahlil qilish va sintez qilishda paydo bo'ladi. Fazoviy tasavvurlarning rivojlanishi konstruktiv fikrlashning rivojlanishi bilan chambarchas bog'liq bo'lganligi sababli, aqli zaif bolalarda bu turdagi tasavvurlarning shakllanishi ham o'ziga xos xususiyatlarga ega. Masalan, murakkab geometrik figuralar va naqshlarni birlashtirganda, aqli zaif bolalar ko'pincha

shaklni to'liq tahlil qila olmaydilar, simmetriyani o'rnatadilar, tuzilgan figuralar qismlarining bir xilligini aniqlay olmaydilar, strukturani tekislikda joylashtiradilar va uni bir butunga bog'laydilar. Shu bilan birga, aqli zaiflardan farqli o'laroq, ushbu toifadagi bolalar nisbatan oddiy naqshlarni to'g'ri bajaradilar. Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalar hech qanday qiyinchiliksiz bitta obyektni (xo'roz, ayiq, it) tasvirlaydigan rasmlarni jamlash vazifasini yengishadi. Bunday holda, qismlarning soni ham, kesish yo'nalishi ham qiyinchiliklarga olib kelmaydi. Biroq, syujet yanada murakkablashib, kesimning g'ayrioddiy yo'nalishi (diagonal) bo'lganda, qismlar sonining ko'payishi qo'pol xatolarning paydo bo'lishiga va sinov va xato bilan harakatlarga olib keladi, ya'ni bolalar harakat rejasini oldindan tuza olmaydi va o'ylay olmaydi. Bularning barchasida bolalarga har xil turdagi yordam ko'rsatilishi kerak: ularning faoliyatini tashkil etishdan tortib, amalga oshirish usulini vizual namoyish qilishgacha.

Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalarda idrokning buzilishi sabablari:

1. Aqliy rivojlanishdan ortda qolish bilan miya yarim korteksi va miya yarim sharlarining integrativ faoliyati buziladi va natijada turli analizator tizimlarining muvofiqlashtirilgan ishi buziladi: eshitish, ko'rish, harakat tizimining idrok etishning tizimli mexanizmlari buzilishiga olib keladi.

2. Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalarda diqqat yetishmasligi.

3. Hayotning birinchi yillarida yo'naltirish va tadqiqot faoliyatining rivojlanmaganligi va buning natijasida bola o'z idrokini rivojlantirish uchun zarur bo'lgan to'liq amaliy tajribani yetarli darajada olmaydi.

3. Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalarning aqliy faoliyatining xususiyatlari

Bu muammoni U.V. Ulyenkova, T.V.Egorova, T.A. Strekalova va boshqalar o'rganganlar. Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalarning tafakkuri aqli zaif bolalarnikiga qaraganda ancha buzilmagan, umumlashtirish, mavhumlashtirish, yordamni qabul qilish, ko'nikmalarni boshqa vaziyatlarga o'tkazish ko'nikmalari buzilmagan.

Barcha aqliy jarayonlar fikrlashning rivojlanishiga ta'sir qiladi:

1. diqqatni rivojlantirish darajasi;

2. idrok etish va atrofdagi dunyo haqidagi g'oyalarning rivojlanish darajasi (tajriba qanchalik boy bo'lsa, bola shunchalik murakkab xulosalar chiqarishi mumkin);

3. nutqni rivojlantirish darajasi;

4. mustaqillik mexanizmlarining shakllanish darajasi (tartibga solish mexanizmlari).

Bola qanchalik katta bo'lsa, u shunchalik murakkab muammolarni hal qila oladi. 6 yoshga kelib, maktabgacha yoshdagi bolalar murakkab intellektual vazifalarni bajarishga qodir bo'ladilar, garchi ular unga qiziq bo'lmasa ham («bu zarur» va mustaqillik tamoyili amal qiladi) [4].

Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalarda fikrlashni rivojlantirish uchun barcha bu shartlar u yoki bu darajada buziladi. Bolalar bir vazifaga diqqatni jamlashda qiyinchiliklarga duch kelishadi. Bu bolalar idrok yetilishini buzgan, ular o'zlarining arsenalida juda kam tajribaga ega - bularning barchasi aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolaning fikrlash xususiyatlarini aniqlaydi.

Bolada kognitiv jarayonlarning buzilgan tomoni fikrlash tarkibiy qismlaridan birining buzilishi bilan bog'liq.

Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalarda izchil nutq buziladi, nutq yordamida o'z faoliyatini rejalashtirish qobiliyati buziladi; ichki nutq - bolaning mantiqiy fikrlashining faol vositasi - buzilgan.

Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalarning tafakkuridagi umumiy kamchiliklar:

1. Rivojlanmagan kognitiv, qidiruv motivatsiyasi (har qanday intellektual vazifalarga o'ziga xos munosabat). Bolalar har qanday intellektual harakatlardan qochishga harakat qilishadi. Qiyinchiliklarni yengish vaqti ular uchun yoqimsiz (qiyin vazifani bajarishdan bosh tortish, intellektual vazifani ko'proq tanish, o'ynoqi vazifa bilan almashtirish). Bunday bola topshiriqni to'liq bajarmaydi, faqat uning oddiy qismini bajaradi. Bolalar topshiriqni bajarish natijasi bilan qiziqmaydi. Fikrlashning bu xususiyati maktabda, bolalarning yangi mavzularga qiziqishini tezda yo'qotganda namoyon bo'ladi.

2. Ruhiy muammolarni hal qilishda aniq orientatsiya bosqichining yo'qligi. Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalar darhol harakat qilishni boshlaydilar. Bu pozitsiya N.G. Poddubnayaning tajribasida tasdiqlangan. Topshiriq bo'yicha ko'rsatmalar taqdim etilganda, ko'p bolalar vazifani

tushunmaydilar, lekin eksperimental materialni tezda olishga va harakat qilishni boshlashga harakat qilishdi. Shuni ta'kidlash kerakki, aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalar vazifani sifatli bajarishdan ko'ra, ishni tezroq tugatishga qiziqishadi. Bola sharoitlarni qanday tahlil qilishni bilmaydi, orientatsiya bosqichining ahamiyatini tushunmaydi, bu ko'plab xatolarning paydo bo'lishiga olib keladi. Bola o'rganishni boshlaganida, unga dastlab o'ylash, vazifani tahlil qilish uchun sharoit yaratish juda muhimdir.

3. Aqliy faollikning pastligi, "o'ylanmagan" ish uslubi (bolalar shoshqaloqlik, tartibsizlik tufayli, berilgan shartni to'liq hisobga olmasdan, tasodifiy harakat qiladilar; yechim izlash, qiyinchiliklarni yengib o'tishda maqsadli izlanishlar yo'q). Bolalar muammoni intuitiv darajada hal qilishadi, ya'ni bola to'g'ri javob berganga o'xshaydi, lekin uni tushuntira olmaydi.

4. Stereotipik fikrlash, uning qolipi.

Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalarda tahlil operatsiyalarining buzilishi, yaxlitligi, maqsadga muvofiqligi, idrok faolligi buzilishi tufayli vizual misol bo'yicha harakat qilish qiyin - bularning barchasi bolaga namunani tahlil qilish, asosiy qismlarni aniqlash, qismlar o'rtasidagi munosabatlarni o'rnatish va o'z faoliyati jarayonida ushbu tuzilmani takrorlash qiyin bo'lishiga olib keladi.

Bolalar obyektlarni rang va shakl kabi vizual belgilari bo'yicha muvaffaqiyatli tasniflashlari mumkin, lekin ular umumiy xususiyatlar sifatida obyektlarning materiallari va o'lchamlarini aniqlashda katta qiyinchiliklarga duch kelishadi va ular bir xususiyatni mavhumlashda va uni boshqalarga ongli ravishda qarama-qarshi qo'yishda, bir tasniflash printsipidan ikkinchisiga o'tishda qiyinchiliklarga duch kelishadi. Obyekt yoki hodisani tahlil qilishda bolalar faqat yuzaki, ahamiyatsiz sifatlarni to'liqlik va aniqlik bilan nomlashadi. Natijada aqli zaif bolalar odatdagidek rivojlanayotgan tengdoshlariga qaraganda tasvirdagi xususiyatlarni deyarli ikki barobar kamroq aniqlaydilar.

Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalarda mantiqiy fikrlashning tarkibiy qismlari bo'lib xizmat qiladigan eng muhim aqliy operatsiyalarda buzilishlar mavjud:

• Tahlil (ular mayda detallar bilan olib ketiladi, asosiy narsani aniqlay olmaydi, ahamiyatsiz xususiyatlarni aniqlaydi);

• Taqqoslash (ular obyektlarni beqiyos, ahamiyatsiz xususiyatlariga ko'ra solishtiradilar);

• Tasniflash (bola ko'pincha to'g'ri tasniflaydi, lekin uning printsipini tushunolmaydi, nima uchun bunday qilganini tushuntira olmaydi).

Aqliy rivojlanishdan ortda bo'lgan barcha bolalarda mantiqiy fikrlash darajasi oddiy maktabgacha yoshdagi bolalarnikidan sezilarli darajada past. 6 yoshga kelib, aqliy rivojlanishi normal bo'lgan bolalar mulohaza yurita boshlaydi, mustaqil xulosalar chiqaradi va hamma narsani tushuntirishga harakat qiladi. Bolalar ikki xil xulosa chiqarishni mustaqil ravishda o'zlashtiradilar:

1. Induksiya (bola aniq faktlardan foydalangan holda umumiy xulosa chiqarishga qodir, ya'ni xususiydan umumiygacha).

2. Deduksiya (umumiydan xususiyga).

Aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalar eng oddiy xulosalar chiqarishda katta qiyinchiliklarga duch kelishadi. Mantiqiy tafakkurni rivojlantirish bosqichi - ikkita asosdan xulosa chiqarish - aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalar uchun hali ham yomon. Bolalarning xulosa chiqarishlari uchun ularga fikr yo'nalishini ko'rsatadigan, munosabatlar o'rnatilishi kerak bo'lgan bog'liqlikni ta'kidlaydigan kattalar yordam beradi [5].

Ulyenkova U.V.ning fikricha, "aqliy rivojlanishdan ortda qolgan bolalar qanday fikr yuritishni, xulosa chiqarishni bilmaydilar, ular bunday vaziyatlardan qochishga harakat qiladilar. Mantiqiy tafakkur rivojlanmaganligi sababli, bu bolalar tasodifiy, o'ylamasdan javob beradilar va muammoning shartlarini tahlil qila olmasliklarini ko'rsatadilar. Bu bolalar bilan ishlashda ularning fikrlashning barcha shakllarini rivojlantirishga alohida e'tibor berish kerak"[6].

Klinik va neyropsikologik tadqiqotlar aqliy rivojlanishida kechikish, nutq faolligi past, nutqning yetarli darajada dinamik tashkil etilmagan bolalarda nutq rivojlanishining kechikishini aniqladi. Bunday bolalarning so'z boyligi cheklangan, tushunchalar yetarli emas, amaliy umumlashtirish darajasi past, harakatlarni og'zaki tartibga solish yetarli emas. Kontekstli nutqning

rivojlanishida kechikish mavjud; ichki nutqning rivojlanishi sezilarli darajada kechiktiriladi, bu esa faoliyatda prognozlash va o'z-o'zini tartibga solishni shakllantirishni murakkablashtiradi.

Aqli zaif bolalarning so'z boyligi kam, tabaqalanmagan.

Lug'atdagi so'zlarni ishlatganda ham, bolalar ko'pincha ularning ma'nosini noto'g'ri, tushunish bilan bog'liq xatolarga yo'l qo'yishadi.

Bir so'z bilan aytganda, bolalar ko'pincha o'xshash tushunchalarni emas, balki turli semantik guruhlarga tegishli tushunchalarni ham bildiradilar. So'z boyligining yetishmasligi bu bolalarning atrofdagi dunyo, miqdoriy, fazoviy, sabab-ta'sir munosabatlari haqidagi bilimlari va g'oyalari yetarli emasligi bilan bog'liq bo'lib, bu o'z navbatida aqliy zaif shaxsning kognitiv faoliyatining o'ziga xos xususiyatlari bilan belgilanadi. Til tuyg'usini rivojlantirish jarayonida ham bir qator buzilishlar kuzatiladi. Aqli zaif bolalarda so'z yaratish davri kechroq boshlanadi va odatdagidan uzoq davom etadi. Maktabgacha yoshning oxiriga kelib, ushbu guruhdagi bolalar so'z ijodkorligining "portlashi" ni boshdan kechirishlari mumkin, ammo neologizmlardan foydalanish bir qator xususiyatlarga ega. Masalan, bir xil ta'lim affiksi yordamida bir grammatik turkumga kiruvchi so'zlar ("ko'prik – ko'prik", "momaqaldiroq – momaqaldiroq", "tuz – solik") yasalishi mumkin.

Ruhiy rivojlanish anomaliyalarining qonuniyatlarini o'rganish nafaqat patopsixologiya, balki defektologiya va bolalar psixiatriyasi uchun ham zarur vazifadir. Aynan shu qonuniyatlarni izlash, muayyan psixik rivojlanish nuqsonini shakllantirish sabablari va mexanizmlarini o'rganish buzilishlarni o'z vaqtida tashxislash va ularni tuzatish yo'llarini izlash imkonini beradi.

Bolalardagi aqliy rivojlanish buzilishlarining spektri juda keng, ammo aqliy zaiflik ancha keng tarqalgan.

Aqliy zaiflik hissiy-irodaviy sohaning kamolotga sekin sur'atida va aqliy zaiflikda namoyon bo'ladi. Ikkinchisi, bolaning intellektual qobiliyatlari yoshiga to'g'ri kelmasligida namoyon bo'ladi. Aqliy faoliyatda sezilarli kechikish va o'ziga xoslik topiladi. Aqli zaif bo'lgan barcha bolalarda xotira kamchiliklari mavjud va bu yodlashning barcha turlariga taalluqlidir: ixtiyoriy va ixtiyoriy, qisqa muddatli va uzoq muddatli. Aqliy faoliyatning kechikishi va xotiraning o'ziga xos xususiyatlari aqliy faoliyatning tahlil, sintez, umumlashtirish va abstraktsiya kabi tarkibiy qismlari bilan bog'liq muammolarni hal qilish jarayonida eng aniq namoyon bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Особенности специальной психологии: Учеб.пособие для студ.сред.пед.учеб.заведений/ Л.В.Кузнецова, Л.И.Переслели, Л.И.Солнцева. –М.: Издательский центр «Академия», 2003. -480с.

2. Дети с ЗПР/ Под ред. Власовой Т.А. – М.: Просвещение, 1984. С. 47.

3. Поддубная Н.Г. Своеобразие процессов непроизвольной памяти у первоклассников с ЗПР// Дефектология. - №4. - 1980.

4. Стрекалова Г.А. Особенности наглядного мышления у дошкольников с ЗПР//Дефектология. - №1. - 1987.

5. Стрекалова Т.А. Особенности логического мышления дошкольника с ЗПР//Дефектология. - №4. - 1982.

6. Ульенкова У.В. Шестилетние дети с ЗПР. - М.: Педагогика, 1990. – 372 с.

Mullabayeva Nozima Maxmudjanovna
Tashkent International University professori

MAKTABDAGI XAVFSIZ MUHIT PSIXOLOGIK SALOMATLIKNING ASOSI SIFATIDA

Annotatsiya. *Hozirgi kunda maktablarda psixologik xavfsilik masalalariga katta e'tibor qaratilmoqda. Turli xil olimlarning fikriga ko'ra psixologik xavfsizlik turlicha talqin qilinadi. Maqolada maktabda xavfsiz muhitni yaratish psixologik salomatlikni asosi ekanligi ta'kidlab o'tilgan va bir qator olimlarning qarashlari keltirib o'tilgan.*

Kalit so'zlar: *ta'lim muhiti, o'quvchilar, psixologik salomatlik, xavfsizlik, psixologik zo'ravonlik.*

БЕЗОПАСНАЯ ШКОЛЬНАЯ СРЕДА – ОСНОВА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Аннотация. *В настоящее время вопросам психологической безопасности в школе уделяется большое внимание. По мнению разных учёных, психологическая безопасность трактуется по-разному. В статье подчёркивается, что создание безопасной среды в школе является основой психологического здоровья, и представлены взгляды ряда учёных.*

Ключевые слова: *образовательная среда, учащиеся, психологическое здоровье, безопасность, психологическое насилие.*

A SAFE SCHOOL ENVIRONMENT IS THE BASIS OF PSYCHOLOGICAL HEALTH

Abstract. *Nowadays, much attention is devoted to the issue of psychological safety in schools. Researchers interpret the concept of psychological safety in different ways. This article emphasizes that creating a safe school environment is fundamental to psychological health and presents the views of several scholars on this topic.*

Key words*: educational environment, students, psychological health, safety, psychological violence.*

Psixologik-pedagogik tadqiqotlarni tahlil qilish jarayonida ta'lim muhitini ijtimoiy-psixologik fenomen sifatida o'rganish maqsadga muvofiq hisoblanadi. Ta'lim muhiti psixologik, pedagogik haqiqat sifatida talqin qilinadi. Bu muhit shaxsning rivojlanish shart-sharoitlari sifatida talqin qilinadi. Ta'lim jarayonida o'quvchilarning psixologik salomatligi ularning shaxs sifatida rivojlanishiga juda katta ta'sir ko'rsatadi. A.Maslouning talqiniga ko'ra "aynan yaxshi muhit shaxsning o'zini namoyon qilishi va salomatligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi". Darhaqiqat, insonga o'zini namoyon qilishi uchun sharoit yaratish, o'z ehtiyojlariga ko'ra qaror qabul qilishi uning uchun eng maqbuli hisoblanadi.

Shu munosabat bilan ta'lim jarayoni shaxsning psixik salomatligini saqlovchi sharoit sifatida talqin qilinadi.

Xo'sh, shaxs rivojlanishi uchun yaxshi shart-sharoitlar nimadan iborat? Bizning fikrimizga ko'ra, ta'lim muhitidagi xavfsiz muhit bu shaxs rivojlanishining asosi bo'lishi mumkin.

Maktab jamiyatdagi ijtimoiy institutlarning katta qismini tashkil etuvchi bo'g'in hisoblanadi va aynan shu maskandagi bolalarning psixologik salomatligini saqlash, milliy xavfsizlikni ta'minlash juda muhim hisoblanadi. Milliy xavfsizlikni saqlash tizimi turli darajalarda amalga oshirilmoqda: xalqaro, davlat miqyosida, tashkiliy darajada yoki kasbiy va shaxsiy darajalarda bo'lishi ham mumkin. Bizning yondashuvimiz uchun oxirgi uch jihati eng muhim hisoblanadi. Maktab ta'lim maskani bo'lganligi sababli, u yerda kasbiy faoliyat amalga oshiriladi, uning maqsadi esa shaxsni rivojlantirishdan iboratdir. Tashkiliy jihatdan psixologik xavfsizlik tizimi amaliy psixologik xizmat

orqali amalga oshirilishi mumkin.

Ta’lim tizimida psixologik xavfsizlik sifatida biz psixologik zo’ravonlik holatlarining yo’qligi, maktab jamoasining psixologik salomatligini saqlash jihatlarini ko’rsatishimiz mumkin. Psixologik zo’ravonlik darajasi eng asosiy shart sifatida talqin qilinishi zarur. Bizning farzandlarimiz rivojlanayotgan shart-sharoitlar, ming afsuski, xavfsiz hisoblanmaydi, chunki ular kattalar kabi shaxslararo munosabatlarning salbiy ko’rinishlari bilan to’qnash kelishadi. Bu ko’rinish ko’pincha zo’ravonlik holatlari sifatida ko’rsatiladi. Inson xulq-atvori, munosabati, me’yorlari va qadriyatlari bolalik chog’idan shakllanib keladi va shaxs hayotining hamma jabhalarida namoyon bo’ladi. O’z imkoniyatlarini yuqori baholash, hokimiyatdan noto’g’ri foydalanish, majbur qilish holatlari ongsiz ravishda maktab muhitiga o’ta boshlaydi, e’tibor qaratilmagan kundalik psixologik ta’sirlar o’z asoratini qoldiradi. Ijtimoiy moslasha olmaslikning turli xil shakllari, hattoki maktab sharoitiga moslasha olmaslik ham aksariyat hollarda psixologik zo’ravonlik deb hisoblanadi. Doimiy ravishda negativ ta’sir, emotsional zo’riqish va uni kamaytirish istagi boshqa bir yo’llarni izlash olib keladi, ijtimoiy muhitdan uzoqlashishga sabab bo’ladi, zo’ravonlikka uchraganlik tartibsizliklarning vujudga kelishiga sabab bo’lishi mumkin. Psixologik zo’ravonlik darajasining pasayishi ta’lim tizimida psixologik xavfsizlik vujudga kelishiga sabab bo’lishi mumkin. Boshqa tomondan, zo’ravonlik sifatida ko’rsatilgan jihatlar insonda noadekvat xulq-atvor shakllarini namoyon qilishi mumkin.

Psixologik zo’ravonlikning asosiy sababi, psixologik savodsizlik, shaxs yetuklik darajasining pastligi, psixik salomatlik ko’rsatkichlarini, ijtimoiy shart-sharoitlarning yetarli darajada emasligi hisoblanadi. Inson bilimlarga ega bo’lishini boshlashi bilan o’z haq-huquqlarini himoya qila boshlaydi. Inson bilimlarining oshishi bilan ularda psixologik himoya mexanizmlari shakllana boshlaydi, ular shaxsiy rivojlanishga e’tibor bera boshlaydilar, o’zlarining ijtimoiy shart-sharoitlarini o’zgartirishni istaydilar. Shu sababli, ta’lim tizimidagi psixologik xavfsizlik muhim jabha sifatida tahlil qilinishi zarur. U nafaqat o’quvchilarning psixologik xavfsizligini, balki shu bilan birga o’qituvchilar va ota-onalarning psixologik xavfsizligini ham ta’minlashi zarur.

Ta’lim siyosati yagona ta’lim maydoni negizida amalga oshiriladi va u barcha sub’ektlarning psixik, jismoniy va ijtimoiy salomatligini mustahkamlashni nazarda tutadi. Maktab darajasida esa shaxsning ijobiy psixologik muhitda rivojlanishi ko’zda tutiladi va bunda tahdidlarning oldini olish masalalari tahlil qilinadi. Amaliy psixologik jihatdan psixologik xavfsizlikni ta’minlashga sabab bo’luvchi omillar tahlil qilinadi.

Gumanistik psixologiya talqiniga ko’ra insonning rivojlanish jihatlari shaxsning o’zigagina bog’liq deb hisoblaniladi. Biroq shaxsning rivojlanishida ichki mexanizmlarning ta’siri uchun maxsus shart-sharoitlar kerak bo’ladi. Boshlang’ich bosqichlarda ta’lim jarayonidagi ishtirokchilarning o’zaro aloqasi, ijtimoiy shart-sharoitlari asosiy omil sifatida xizmat qiladi. Psixologik xavfsizlik o’zaro aloqalarning yaxshi yo’lga qo’yilganligi bilan izohlanadi.

Xavfsizlik muammolarining o’zagi turlicha talqin qilinadi. Ayrimlar uchun xavfsizlik o’zini himoya qilish, o’zini saqlab qolish qobiliyati va imkoniyati sifatida talqin qilinsa, boshqalar uchun tashqi va ichki xavfdan himoya qilish kafolat tizimi sifatida talqin qilinadi. Ko’pgina tushunchalar xavfsizlik bu me’yorida faoliyat ko’rsatish tizimini saqlashga yo’naltirilganligini nazarda tutadi. Yuqorida keltirilgan fikrlarga asoslanib, ta’lim jarayonidagi xavfsizlik tizimi bu birinchi navbatda o’quvchilarning psixik salomatligi hisoblanadi.

Ta’lim muhitidagi psixologik xavfsizlikka xavf soluvchi omillar sifatida quyidagilarni keltirib o’tishimiz joizdir:

- psixologik zo’ravonlikni mavjudligi;
- asosiy bo’lgan shaxsiy ishonchli munosabatlarning qoniqtirilmaganligi;
- ta’lim muhitida referent ma’nodagi o’ziga xoslikning mavjud emasligi.

Bunday tahdidlarning psixoprofilaktikasi ta’lim muhitidagi psixologik xavfsizlikni ta’minlovchi asosiy jihatlar bo’lib hisoblanishi mumkin.

Psixologik xavfsizlik darajalari uch jabhada keltirib o’tilgan:

1) psixologik zo’ravonlikdan xoli bo’lish va ishtirokchilarning o’zaro ta’sirlashuvi ta’lim tizimining holati sifatida namoyon bo’lib, bunda shaxslararo munosabatlarda do’stonalik hukm suradi, muloqot ishtirokchilarida o’zaro ishonch shakllanadi va bularning barchasi ularning

psixologik salomatligini saqlashga xizmat qiladi;

2) shaxslararo munosabatlarda ishtirokchilarga nisbatan qaysidir guruhlarga mansubligini his qildirish va insonni xavfsizlikda ekanligini tushuntirish;

3) shaxsning rivojlanishi uchun tahdidlarning oldini olish va kerakli sharoitlarni ta'minlab bera olish.

Insonning atrof-muhit bilan o'zaro aloqasi shaxsning o'zini o'zi rivojlantirishi, uning psixologik salomatligi va xotirjamligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Psixologik lug'atlarda psixik salomatlik sifatida ruhiy xotirjamlik, psixik kasalliklarning yo'qligi, hayot shart-sharoitlariga nisbatan adekvat ravishda moslashish tushuniladi.

Psixik salomatlik mezonlari hozirgi kunda aniq kompleks jihat sifatida ko'rsatilmagan.

Ko'pgina ilmiy tadqiqotlarda turli xil mezonlar keltirilib o'tilgan:

- mikroijtimoiy munosabatlardagi moslasha olish qobiliyati;
- xulq-atvorni boshqarish;
- maqsadga erishish darajasini to'g'ri tashkil etish va maqsadlarni to'g'ri rejalashtirish;
- faoliyatni amalga oshirayotgan vaqtda atrofdagilarning javoblarini to'g'ri idrok etish;
- maqsadga yo'nalganlik;
- ishchanlik qobiliyati;
- faollik;
- oilaviy hayotning farovonligi;
- o'z "Men"iga bo'lgan munosabat;
- shaxsning o'zini namoyon qilishi, rivojlanishi va o'sishi;
- shaxsning yaxlitligi;
- borliqni idrok qilishdagi faollik;
- o'zini boshqarish (o'zini nazorat qilish).

Psixik salomatlik ko'rinishi sifatida qanday tahlil psixik salomatlik asosi sifatida talqin qilinishi mumkin? Ko'pgina tadqiqotchilar tomonidan psixik salomatlik bu psixik og'ishning mavjud emasligi bilan izohlanadi (Ye. Yu. Korjova, G. S. Nikiforov va b.).

Psixik va ijtimoiy salomatlik haqidagi mezonlar umumiy ko'rinishga ega emas, balki har bir shaxs uchun psixik salomatlik individual xususiyatga egadir. Psixik salomatlik mezonlari ham turlicha talqin qilinadi. Biroq salomatlik ko'rinishlarini to'g'ri talqin qilgan holda eng kerakli xulq-atvor shakllarini ko'rsatish maqsadga muvofiqdir. Bunday ko'rsatkichlar sifatida o'zini rivojlantirish, o'ziga bo'lgan munosabat, individual tipologik xususiyatlarning me'yorlashganligi, muloqotda ishtirok etuvchi shaxsning rivojlanganligi, emotsional zo'riqish darajalarini keltirib o'tish mumkin. Barcha psixik salomatlik ko'rsatkichlari atrof-muhit bilan o'zaro bog'langan hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Mullabayeva Nozima Maxmudjonovna Maktabdagi xavfsiz muhit bolalar shaxsini rivojlantirish omili sifatida. Psixologiya fanlari doktori dissertatsiyasi avtoreferati Toshkent-2022

2. Kadyrov, K. B., and N. M. Mullabaeva. "БЕЗОПАСНАЯ СРЕДА В ШКОЛЕ КАК ФАКТОР ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ." *The Journal of Psychology & Sociology* 87.4 (2023): 25-30

3. Kadirov, K. B., Mullabaeva, N. M., Abdullajanova, D. S., Kurbanovna, A. D., & Abdullaevna, B. S. (2023). A Mobbing Questionnaire In School And An Analysis Of The Results Obtained. *Journal of Higher Education Theory and Practice*,*23*(4).

4. Kadyro, K. B., and N. M. Mullabaeva. "Safe school environment as a factor of children's personal development." *Journal of Psychology & Sociology* (2023)

5. Муллабаева Н.М "МАКТАБДАГИ БУЛЛИНГ ВА УНИНГ ТАҲЛИЛИ." *Academic research in educational sciences* 1 (2024): 181-184.

6. Kadirov, K. B., Mullabaeva, N. M., Abdullajanova, D. S., Kurbanovna, A. D., & Abdullaevna, B. S. (2023). A Mobbing Questionnaire In School And An Analysis Of The Results Obtained. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, *23*(4).

Muxamedova Dilbar Gafurdjanovna
O'zbekiston Milliy Universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti Psixologiya kafedrasi mudiri
Psixologiya fanlari doktori, professor
E-mail: sdilbar@yandex.ru
https://orcid.org/0009-0000-9721-0263

Zuxurova Dilrabo Abdulaziz qizi
O'zbekiston Milliy Universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi
E-mail: zdilrabo4493@gmail.com
https://orcid.org/0009-0004-7909-0623

TALABA QIZLAR "MEN" KONSEPSIYASI SHAKLLANISHIDA INDIVIDUAL USTUVORLIKNING PSIXOLOGIK AHAMIYATI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada talaba qizlar shaxsida "Men" konsepsiyasining shakllanish jarayonida "individual ustuvorlik" qadriyatlarining psixologik ahamiyati tahlil qilinadi. Zamonaviy jamiyatda individual fikrlash, mustaqil qaror qabul qilish va shaxsiy maqsad sari intilish kabi fazilatlar yosh ayollar ijtimoiy moslashuvi va kasbiy rivojlanishida muhim omil hisoblanadi. Tadqiqot davomida individual ustuvorlikning "Men" konsepsiyasi tarkibiy qismlariga ko'rsatadigan ta'siri, uning shaxs o'zini anglash jarayonidagi roli hamda psixologik barqarorlikni shakllantirishdagi o'rni yoritiladi. Maqolada, shuningdek, individual ustuvorlik qadriyatlari va milliy-ma'naviy qadriyatlar uyg'unligini ta'minlashning dolzarbligi ham ko'rsatib o'tiladi.*

Kalit so'zlar: *"Men" konsepsiyasi, individual ustuvorlik, psixologik ahamiyat, qadriyatlar tizimi, talaba qizlar, shaxs rivojlanishi, mustaqillik, o'zini anglash.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПРИОРИТЕТА В ФОРМИРОВАНИИ КОНЦЕПЦИИ «Я» У СТУДЕНТОК

Аннотация. *В данной статье анализируется психологическое значение ценностей «индивидуального приоритета» в процессе формирования концепции «Я» у студенток. В современном обществе такие качества, как индивидуальное мышление, самостоятельное принятие решений и стремление к личным целям, являются важными факторами социальной адаптации и профессионального развития молодых женщин. В ходе исследования рассматривается влияние индивидуального приоритета на структурные компоненты концепции «Я», его роль в процессе самопознания личности, а также в формировании психологической устойчивости. Кроме того, подчеркивается актуальность гармоничного сочетания ценностей индивидуального приоритета с национальными и духовно-нравственными ценностями.*

Ключевые слова: *концепция «Я», индивидуальный приоритет, психологическое значение, система ценностей, студентки, развитие личности, самостоятельность, самопознание.*

THE PSYCHOLOGICAL SIGNIFICANCE OF INDIVIDUAL PRIORITY IN THE FORMATION OF FEMALE STUDENTS' SELF-CONCEPT

Abstract*: This article analyzes the psychological significance of "individual priority" values in the process of forming the self-concept among female university students. In modern society, qualities such as independent thinking, autonomous decision-making, and striving toward personal goals are essential factors for young women's social adaptation and professional growth. The study examines the influence of individual priority on the structural components of the self-concept, its role in the process of self-awareness, and its contribution to the development of psychological resilience. Furthermore, the article highlights the relevance of harmonizing individual priority values with national and moral-spiritual values.*

Keywords: *self-concept, individual priority, psychological significance, value system, female students, personality development, independence, self-awareness.*

Kirish. Hozirgi globallashuv va raqamli transformatsiya davrida shaxsning o'zini anglash jarayoni va o'z-o'zini baholash darajasi insonning ijtimoiy hayotda muvaffaqiyatli faoliyat yuritishi uchun muhim psixologik omillardan biri hisoblanadi. Xususan, yosh avlod, ayniqsa talaba qizlarda shaxsiy identifikatsiya jarayonining markaziy komponenti bo'lgan **"Men" konsepsiyasi** ularning ijtimoiy moslashuvi, kasbiy o'sishi va psixologik barqarorligida hal qiluvchi rol o'ynaydi.

BMTning "Barqaror rivojlanish maqsadlari" (SDG) doirasida belgilangan 5-maqsad - **gender tenglikni ta'minlash va xotin-qizlarning imkoniyatlarini kengaytirish** - bevosita shaxsning ichki psixologik resurslarini rivojlantirish bilan uzviy bog'liq. Shu nuqtai nazardan, talaba qizlarda "Men" konsepsiyasi shakllanishida individual ustuvorlikning psixologik ahamiyatini o'rganish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham dolzarb hisoblanadi. Bu masala yuqori malakali, o'z fikrini mustaqil ifodalay oladigan, jamiyatda faol pozitsiyaga ega bo'lgan yosh ayollarni tarbiyalashga xizmat qiladi.

Shu sababdan biz o'z tadqiqotimiz orqali talaba qizlar "men" konsepsiyasiga individual ustuvorliklar qadriyatalarining ta'sirini o'rganganimizda quydagi natijalarni qo'lga kiritdik.

1-jadval

Shvarsning "Qadriyatlarni aniqlash" so'rovnomasidagi individual ustuvorliklar shkalalari va «Men kimman?» metodikasi ko'rsatgichlari orasidagi korrelyatsion munosabatlar (Spirman mezoni)

Individual ustuvorliklar	Ijtimoiy Men	Kommunikativ Men	Moddiy Men	Jismoniy Men	Faol Men	Istiqboldagi Men	Refleksiv Men
Konformizm	0,076**	-0,047*	-0,035	-0,024	0,043	0,022	0,071**
An'analar	0,073**	0,02	-0,112**	-0,017	0,048*	-0,003	0,021
Mehribonlik	0,054*	-0,024	-0,086**	0,017	-0,01	0,024	0,056*
Universalizm	0,035	0,022	-0,005	0,012	0,130**	0,001	-0,031
Mustaqillik	0,091**	-0,058*	-0,009	0,093**	0,001	0,076**	-0,057*
Rag'batlantirish	0,037	-0,120**	-0,013	0,116**	-0,011	0,079**	-0,042
Gedonizm	0,023	-0,057*	0,102**	0,112**	-0,089**	-0,009	-0,095**
Yutuqlarga erishish	-0,061**	-0,03	0,066**	0,091**	0,100**	0,041	-0,114**
Ustunlik qilish	-0,003	-0,039	0,157**	0,118**	-0,033	-0,050*	-0,123**
Xavfsizlik	0,046*	-0,052*	-0,025	0,021	0,059**	0,064**	-0,017

Izoh: * - $p<0,05$; ** - $p<0,01$

Konformizm, ya'ni ijtimoiy qoidalarga rioya qilish, shaxsning ijtimoiy rollarni bajarishi bilan bog'liq bo'ladi. Bu shaxslar jamiyat talablariga moslashib, ijtimoiy rollarini jiddiy qabul qilishadi, bu esa ularning jamiyatda o'z o'rnini mustahkamlashga yordam beradi. Konformizm va Kommunikativ Men qadriyati tahlilida ishonch darajasidagi manfiy korrelyatsion bog'liqlik kuzatildi ($r=-0,047$; $p<0,05$). Manfiy bog'liqlik konformizm va Kommunikativ Men o'rtasida muayyan qarama-qarshilik mavjudligini ko'rsatadi. Konformizmga intiluvchi shaxslar ko'pincha boshqalar bilan mustaqil muloqot qilishda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin, chunki ular ijtimoiy qoidalarga moslashishni ustun qo'yadilar. Konformizm va Refleksiv Men qadriyati tahlilida ishonch darajasidagi musbat korrelyatsion bog'liqlik kuzatildi ($r=0,071$; $p<0,05$). Bu shaxslar jamiyat talablarini anglash va o'z xatti-harakatlarini tahlil qilishga moyildir. An'analar va Ijtimoiy Men qadriyati tahlilida ishonch da-

rajasidagi musbat korrelyatsion bog'liqlik kuzatildi (r=0,073; p<0,01). An'anaviy qadriyatlarni qadrlovchi shaxslar o'z ijtimoiy rollariga jiddiy qarashadi va An'analar asosida o'z xatti-harakatlarini belgilashadi. An'analar va Moddiy Men qadriyati tahlilida ishonch darajasidagi manfiy korrelyatsion bog'liqlik kuzatildi (r=-0,112; p<0,01). An'anaviy qadriyatlarni qadrlovchi shaxslar moddiy jihatlarni ikkinchi darajali deb hisoblashadi, chunki ular uchun an'anaviy qadriyatlar moddiy boylikdan ko'ra muhimroqdir. An'analar va Faol Men qadriyati tahlilida ishonch darajasidagi musbat korrelyatsion bog'liqlik kuzatildi (r=0,048; p<0,05). An'analarni qadrlovchilar odatda o'zlarini jamoaning bir qismi sifatida his qilishadi. Ular ijtimoiy me'yorlar va qadriyatlarga hurmat bilan qarashadi, shuning uchun ularning «Ijtimoiy Men» konsepti kuchliroq bo'ladi. Bu shaxslar o'z faoliyatini An'analar asosida shakllantirishga intilishadi. Mehribonlik va Ijtimoiy Men qadriyati tahlilida ishonch darajasidagi musbat korrelyatsion bog'liqlik kuzatildi (r=0,054; p<0,05). Musbat bog'liqlik shaxsning mehribonlik va ijtimoiy munosabatlarga intilishi o'rtasidagi aloqani bildiradi. Mehribonlikni qadrlovchi shaxslar ijtimoiy munosabatlarda o'zlarini yaxshi namoyon qilishadi va boshqalar bilan iliq munosabatlar o'rnatishga intilishadi. Mehribonlik va Moddiy Men qadriyati tahlilida ishonch darajasidagi manfiy korrelyatsion bog'liqlik kuzatildi (r=-0,086; p<0,01). Mehribonlik qadriyatlarini yuqori baholaydigan shaxslar ko'pincha moddiy jihatlarga kamroq e'tibor berib, insoniy munosabatlarni ustun qo'yadilar. Bu shaxslar moddiy boylikdan ko'ra insoniy qadriyatlarga ko'proq ahamiyat berishadi va bu esa ularning Moddiy Men ko'rsatkichining past bo'lishiga sabab bo'ladi. Mehribonlik va Refleksiv Men qadriyati tahlilida ishonch darajasidagi musbat korrelyatsion bog'liqlik kuzatildi (r=0,056; p<0,05). Bu shaxslar boshqalarga qanday yordam berishlarini o'ylash va o'z harakatlarini tahlil qilishga moyil bo'ladilar. Universalizm va Faol Men qadriyati tahlilida ishonch darajasidagi musbat korrelyatsion bog'liqlik kuzatildi (r=0,130; p<0,01). Musbat bog'liqlik shaxsning faoliyatga nisbatan o'z munosabati va universal qadriyatlarni uyg'unlashtirishga intilishiga bog'liq. Universalizm qadriyatlarini yuqori baholagan shaxslar o'z faoliyatlarini barcha insonlarning manfaatlari uchun ishlatishga intiladilar, bu esa Faol Men ko'rsatkichida yuqori baholarga olib keladi. Bu shaxslar jamoat manfaatlarini ham inobatga olishga moyil bo'lib, o'z faoliyatini ijobiy yo'nalishda rivojlantiradilar. Mustaqillik va Ijtimoiy Men qadriyati tahlilida ishonch darajasidagi musbat korrelyatsion bog'liqlik kuzatildi (r=0,091; p<0,01). Musbat bog'liqlik shaxsning mustaqillik va ijtimoiy rollarni bajarishiga bog'liqdir. Mustaqil bo'lishga intilgan shaxslar jamiyatda o'z o'rnini aniqlashga va mustahkamlashga moyil bo'ladilar. Bu shaxslar jamiyatdagi ijtimoiy rollarni bajarish uchun o'zlarining mustaqilligini saqlab qolish va o'z qobiliyatlarini namoyish qilishga intiladilar. Manfiy bog'liqlik mustaqillik va muloqotmandlik o'rtasidagi qarama-qarshilikni bildiradi. Mustaqil shaxslar boshqalar bilan kamroq muloqot qilishni afzal ko'rishlari mumkin. Mustaqillik va kommunikativ men qadriyati tahlilida ishonch darajasidagi manfiy korrelyatsion bog'liqlik kuzatildi (r=-0,058; p<0,05). Mustaqillik qadriyatiga ega bo'lganlar o'zlarini ifoda etishda kamroq kommunikativ bo'lishi mumkin, chunki ular ko'pincha o'z qarorlarini mustaqil ravishda qabul qilishga intilishadi. Mustaqillik va Jismoniy Men qadriyati tahlilida ishonch darajasidagi musbat korrelyatsion bog'liqlik kuzatildi (r=0,093; p<0,01). Jismoniy Men va mustaqillik o'rtasidagi musbat bog'liqlik shaxsning jismoniy jihatdan mustahkam bo'lishi va mustaqil harakat qilish qobiliyatini ko'rsatadi. Jismoniy jihatdan yaxshi holatda bo'lgan shaxslar o'z hayotlarini mustaqil ravishda boshqarish va o'zlari uchun qaror qabul qilishga moyil bo'ladilar. Bu ularga o'zlarini mustaqil shaxs sifatida his qilish imkonini beradi. Mustaqillik va Istiqboldagi men qadriyati tahlilida ishonch darajasidagi musbat korrelyatsion bog'liqlik kuzatildi (r=0,076; p<0,01). Musbat bog'liqlik mustaqillik va kelajakka nisbatan umidlar o'rtasidagi bog'liqlikni bildiradi. Mustaqil bo'lish shaxsga kelajakdagi rejalari uchun o'ziga ishonch hissini oshiradi. Mustaqillik va refleksiv men qadriyati tahlilida ishonch darajasidagi manfiy korrelyatsion bog'liqlik kuzatildi (r=-0,057; p<0,01). Mustaqillikni qadrlash ko'pincha o'z-o'zini chuqur tahlil qilishni cheklashi mumkin. Ya'ni inson o'zini- o'zi doimiy ravishda nazorat qilsa mustaqil qaror qabul qilishga qiynalishi mumkin. Rag'batlantirish va Kommunikativ men qadriyati

o'rtasida teskari korrelyatsion bog'liqlik kuzatildi (r=-0,120; p<0,01). Manfiy bog'liqlik rag'batlantirish qadriyatlari va muloqotmandlik o'rtasidagi qarama-qarshilikni bildiradi. Rag'batlantirish qadriyatlarini yuqori baholagan shaxslar ko'pincha o'z maqsadlariga erishishga qaratilgan va boshqalar bilan muloqot qilishni ikkinchi darajali deb hisoblashlari mumkin. Rag'batlantirish va Jismoniy men jihatlar o'rtasidagi ijobiy aloqani bildiradi (r=0,116; p<0,01). Rag'batlantirish qadriyatlarini qadrlaydigan shaxslar jismoniy jihatdan ham o'zlarini namoyon qilishga intilishadi. Rag'batlantirish va Istiqboldagi Men (r=0,079; p<0,01). Musbat bog'liqlik rag'batlantirish qadriyatlari va kelajakka bo'lgan umidlar o'rtasidagi aloqani bildiradi. Bu shaxslar o'z kelajaklarini rag'batlantirish, imkoniyatlarni qo'lga kiritish orqali o'zlarining muvaffaqiyatlarini oshirishga intilishadi. Gedonizm va Kommunikativ men (r=-0,057; p<0,05) o'zaro manfiy aloqadorlik kuzatshimiz mumkin. bunga sabab gedonistik qadriyatlar ko'pincha shaxsiy manfaatlar va muloqotda o'z ehtiyojlariga ko'proq e'tibor berishga olib keladi. Gedonizm va Moddiy Men (r=0,102; p<0,01). Musbat bog'liqlik gedonizm qadriyati va moddiy jihatlarni qadrlash o'rtasidagi bog'liqlikni bildiradi. Hayotdan zavqlanishni qadrlaydigan shaxslar moddiy resurslarni ham yuqori baholashadi. Gedonizm va Jismoniy Men (r=0,112; p<0,01). Musbat bog'liqlik gedonizm va jismoniy jihatlar o'rtasidagi bog'liqlikni bildiradi. Gedonizm qadriyatlarini qadrlovchilar o'z jismoniy qiyofalariga ham katta e'tibor berib, bu orqali hayotdan zavq olishni kuchaytirishadi. Gedonizm va Faol Men (r=-0,089; p<0,01). Manfiy bog'liqlik shaxsning gedonizm va faoliyatdagi qatnashuvi o'rtasidagi qarama-qarshilikni bildiradi. Bu shaxslar hayotdan ko'proq zavq olishga e'tibor qaratib, faoliyatda kamroq qatnashishlari mumkin. Gedonizm va Refleksiv Men (r=-0,095; p<0,01). Manfiy bog'liqlik gedonizm va o'z-o'zini anglash o'rtasidagi qarama-qarshilikni ko'rsatadi. Bu shaxslar ko'proq zavq olishga e'tibor qaratib, o'z harakatlarini tahlil qilishga kamroq e'tibor berishadi. Yutuqlarga erishish va Ijtimoiy Men (r=-0,061; p<0,01). Manfiy bog'liqlik yutuqlarga erishish va ijtimoiy rollar o'rtasidagi qarama-qarshilikni bildiradi. Bu shaxslar ko'proq o'z yutuqlariga e'tibor berishadi va ijtimoiy rollarni ikkinchi darajali deb hisoblashadi. Yutuqlarga erishish va Moddiy Men (r=0,066; p<0,01). Musbat bog'liqlik yutuqlarga erishish qadriyatlari va moddiy jihatlar o'rtasidagi aloqani bildiradi. Yutuqlarga erishishni qadrlaydigan shaxslar moddiy resurslarni ham yuqori baholashadi. Yutuqlarga erishish va Jismoniy Men (r=0,091; p<0,01). Musbat bog'liqlik yutuqlarga erishish va jismoniy jihatlar o'rtasidagi bog'liqlikni bildiradi. Bu shaxslar o'z yutuqlarini namoyon qilish uchun jismoniy qiyofalariga ham katta e'tibor berishadi. Yutuqlarga erishish va Faol Men (r=0,100; p<0,01). Musbat bog'liqlik yutuqlarga erishish va faoliyatdagi qatnashish o'rtasidagi bog'liqlikni bildiradi. Bu shaxslar faoliyatga faol jalb etilib, yutuqlariga erishishni ta'minlashadi. Yutuqlarga erishish va Refleksiv Men (r=-0,114; p<0,01). Manfiy bog'liqlik yutuqlarga erishish va o'z-o'zini anglash o'rtasidagi qarama-qarshilikni bildiradi. Bu shaxslar ko'proq o'z maqsadlariga erishishga qaratilgan va o'z harakatlarini kamroq tahlil qilishlari mumkin. Ustunlik qilish va Moddiy Men (r=0,157; p<0,01). Musbat bog'liqlik ustunlik qilish qadriyati va moddiy jihatlar o'rtasidagi ijobiy bog'liqlikni bildiradi. Ustunlik qilishni qadrlaydigan shaxslar moddiy resurslarni ham yuqori baholashadi, bu ularga boshqalar ustidan ustunlikni ta'minlash imkonini beradi. Ustunlik qilish va Jismoniy Men (r=0,118; p<0,01). Musbat bog'liqlik ustunlik qilish va jismoniy jihatlar o'rtasidagi bog'liqlikni bildiradi. Ustunlikka intiluvchi shaxslar jismoniy qiyofalariga ham katta e'tibor qaratishadi. Ustunlik qilish va Faol Men (r=-0,050; p<0,05). Manfiy bog'liqlik shaxsning ustunlik qilish va faoliyatdagi qatnashuvi o'rtasidagi qarama-qarshilikni bildiradi. Ustunlik qilish va Refleksiv Men (r= -0,123; p<0,01). Manfiy bog'liqlik ustunlik qilish va o'z-o'zini anglash o'rtasidagi qarama-qarshilikni bildiradi. Xavfsizlik va Ijtimoiy men o'rtasida musbat (r= 0,046; p<0,05). zaif bog'liqlik mavjud. Bu shaxslar jamiyat me'yorlariga moslashishga moyil bo'lib, xavfsizlikni ijtimoiy barqarorlik va qo'llab-quvvatlash orqali ta'minlaydi. Ijtimoiy bog'liqlik ularga xavfsizlikni his qilishda muhim ahamiyatga ega. Xavfsizlik va Kommunikativ Men o'rtasida (r= −0.052; p<0,05) Salbiy, zaif bog'liqlik kuzatiladi. Bu shaxslar xavfsizlikni kamroq ustuvor deb bilishi mumkin, chunki ular uchun asosiy ahamiyat muloqot va o'zini ifoda qilishdir. Boshqalar bilan erkin muloqot qilish xavfsizlikdan ko'ra muhimroq bo'lishi ehtimol. Xavfsizlik va Faol Men o'rtasida

(r= 0,059; p<0,01) Ijobiy va sezilarli bog'liqlik mavjud. Bu shaxslar xavfsizlikni faol harakatlari orqali ta'minlashga intiladi. Ular xavfsizlikni o'z maqsadlarini amalga oshirish bilan bog'liq deb biladi. Xavfsizlik va Istiqboldagi Men o'rtasida (r= 0,064; p<0,01) Ijobiy va sezilarli bog'liqlik mavjud. Bu shaxslar xavfsizlikni kelajakdagi barqarorlik va uzoq muddatli rejalari orqali ta'minlashga intiladi. Xavfsizlik ular uchun kelajakni rejalashtirishda muhim qadriyatdir.

Xulosa qiladigan bo'lsak jadvaldagi sezilarli farq chiqgan bog'liqliklar shaxsning turli qadriyatlar va «Men kimman?» metodikasi bo'yicha o'z-o'zini idrok etish darajasi o'rtasidagi murakkab munosabatlarni ko'rsatadi. Musbat bog'liqliklar qadriyatlar va o'z-o'zini anglash darajasi o'rtasidagi uyg'unlikni, manfiy bog'liqliklar esa qarama-qarshilikni bildiradi. An'analar, mehribonlik, universalizm kabi qadriyatlar o'z-o'zini anglash va ijtimoiy rollarni muvaffaqiyatli bajarishga yordam bersa, moddiy qadriyatlarga haddan tashqari intilish va ustunlikka intilish, bu jihatlarning rivojlanishiga to'siq bo'lishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Markus, H., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224–253. https://doi.org/10.1037/0033-295X.98.2.224
2. Schwartz, S. H. (2012). An overview of the Schwartz theory of basic values. *Online Readings in Psychology and Culture*, 2(1), 1–20. https://doi.org/10.9707/2307-0919.1116
3. Leary, M. R., & Tangney, J. P. (Eds.). (2012). *Handbook of self and identity* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
4. Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships: As developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A study of a science* (Vol. 3, pp. 184–256). New York: McGraw-Hill.
5. Wylie, R. C. (1974). *The self-concept: A review of methodological considerations and measuring instruments*. Lincoln: University of Nebraska Press.
6. Келли, Дж. (2000). Психология личности: теория личностных конструктов. СПб.: Речь.
7. Абдуллаева, Н. Х. (2019). Шахс ривожланишида ижтимоий қадриятларнинг аҳамияти. *Психология ва ижтимоий ҳаёт*, 4(2), 45–52.
8. Karimova, V. (2014). *Shaxs psixologiyasi*. Toshkent: O'zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti.
9. Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2010). *The narcissism epidemic: Living in the age of entitlement*. New York: Free Press.
10. Triandis, H. C. (1995). *Individualism and collectivism*. Boulder, CO: Westview Press.

Nabiyeva Mexribon Rabbimkulovna
Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti mustaqil izlanuvchisi
E-mail: mehanabiyeva@gmail.com

LIDER PSIXOLOGIYASIGA GENDER VA ETNIK FAKTORLARNING TA'SIRI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada XXI asrda liderlik fenomeniga gender va etnik omillar nuqtai nazaridan multidisiplinar yondashuv asosida ilmiy tahlil berilgan. Psixologik, sotsiologik va madaniy omillar asosida lider shaxsining shakllanishi, ijtimoiy stereotiplarga qarshi kurashish salohiyati, jamoa bilan muloqot uslubi va qaror qabul qilishdagi farqlar o'rganilgan. Gender stereotiplari, "soxta liderlik sindromi" va "double bind" kabi psixologik holatlar, shuningdek, etnik ozchilik vakillarining "ko'rinmas to'siqlar" va "mo'rt lavozim" holatlariga duch kelishi statistik va empirik misollar orqali yoritilgan. O'zbekiston kontekstida ayollar va etnik guruh vakillarining rahbarlikka chiqishdagi to'siqlari tahlil qilinib, muammoni bartaraf etish bo'yicha amaliy tavsiyalar berilgan.*

Kalit so'zlar: *liderlik psixologiyasi, gender stereotiplari, etnik faktorlar, transformatsion liderlik, shaxsiy fazilatlar, ko'rinmas to'siq, mo'rt lavozim, imposter sindromi, jamiyatdagi tenglik, O'zbekiston tajribasi*

ВЛИЯНИЕ ГЕНДЕРНЫХ И ЭТНИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ НА ПСИХОЛОГИЮ ЛИДЕРСТВА

Аннотация. *В данной статье феномен лидерства в XXI веке рассматривается через призму гендерных и этнических факторов на основе мультидисциплинарного подхода. Анализируются психологические, социокультурные и организационные аспекты формирования личности лидера, а также влияние социальных стереотипов на процесс принятия решений и стиль общения в коллективе. Поднимаются вопросы гендерных барьеров, синдрома самозванца, двойных стандартов, а также проблем, с которыми сталкиваются представители этнических меньшинств на пути к лидерству. На примере Узбекистана выявлены культурные и институциональные преграды, препятствующие равному доступу к руководящим позициям. В завершение представлены практические рекомендации по преодолению указанных проблем.*

Ключевые слова: *психология лидерства, гендерные стереотипы, этнические факторы, трансформационное лидерство, личностные качества, стеклянный потолок, хрупкая должность, синдром самозванца, социальное равенство, опыт Узбекистана*

THE IMPACT OF GENDER AND ETHNIC FACTORS ON LEADERSHIP PSYCHOLOGY

Annotation. *This article explores the phenomenon of leadership in the 21st century through a multidisciplinary lens, focusing on the impact of gender and ethnic factors. It analyzes how social, psychological, and cultural dynamics influence leadership identity, decision-making processes, and interpersonal communication styles. The study examines challenges such as gender stereotypes, the impostor syndrome, and the double bind effect, as well as the "glass ceiling" and "glass cliff" experienced by ethnic minorities. Using the context of Uzbekistan, the article identifies cultural and institutional barriers faced by women and ethnic groups in attaining leadership positions. Practical recommendations are offered to promote inclusive and equitable leadership opportunities in society.*

Keywords: *leadership psychology, gender stereotypes, ethnic factors, transformational leadership, personal traits, glass ceiling, glass cliff, impostor syndrome, social equity, Uzbekistan context*

XXI asrda rahbarlik (liderlik) fenomeni tobora ko'proq multidisiplinar yondashuv orqali o'rganilmoqda. Liderlik faqat boshqaruv yoki tashkilotshunoslik masalasi emas, balki chuqur psixologik, sotsiologik, madaniy va antropologik ildizlarga ega murakkab hodisa sifatida qaralmoqda.

Ayniqsa, globalizatsiya, madaniy xilma-xillik va jamiyatlarda ijtimoiy tenglik masalalarining keskin dolzarblashuvi rahbar shaxsining shakllanishi, qaror qabul qilish jarayonlari, jamoa bilan muloqot uslubi va ijtimoiy qabul qilinishida **gender va etnik faktorlarning** o'rni va ta'sirini o'rganishni zarur deb biladi.

Psixologiya fanida liderlik – bu nafaqat shaxsiy fazilatlar yig'indisi, balki shaxsning atrof-muhit bilan o'zaro ta'siri, ijtimoiy stereotiplarga qarshi turish salohiyati, ijtimoiy rolga kirish qobiliyati va o'zlikni identifikatsiya qilish darajasiga ham bevosita bog'liq. Shu nuqtai nazardan, **gender** (ya'ni, biologik jins emas, balki jamiyat tomonidan belgilangan ijtimoiy rollar va kutilmalar) va **etnik mansublik** kabi faktorlar lider shaxsiyatini shakllanishida muhim determinantlardan biri hisoblanadi. Masalan, patriarxal madaniyatlarda erkaklar rahbarlik lavozimiga ko'proq mos ko'rilgan bo'lsa, egalitar (tenglikka asoslangan) jamiyatlarda ayollar ham liderlik pozitsiyalarida faol ishtirok etmoqda. Shuningdek, etnik guruhlarga mansub bo'lgan shaxslar o'zlarining ijtimoiy stigma, kamsitish, yoki stereotipik qarashlarga duch kelishi ularning liderlik salohiyatiga psixologik jihatdan ta'sir qilishi mumkin.

Zamonaviy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, genderga asoslangan noaniq kutilmalar (masalan, ayol rahbar hissiyotlarga beriluvchan deb taxmin qilish) yoki etnik stereotiplar (masalan, muayyan etnik guruhlar faqat ijrochi lavozimlarga mos deb hisoblash) ko'plab iste'dodli liderlarning o'z salohiyatini to'liq namoyon etishiga to'sqinlik qilmoqda. Natijada, psixologiyada "ko'rinmas to'siqlar" (glass ceiling), "ijtimoiy stigma", "o'z-o'zini anglashdagi ziddiyatlar" kabi tushunchalar aynan mana shu gender va etnik kontekstda alohida tahlil qilinmoqda.

Ushbu maqolada lider psixologiyasini gender va etnik omillar nuqtai nazaridan har tomonlama tahlil qilish, ularning o'zaro bog'liqligi, liderlik kompetensiyalariga ta'siri, shuningdek, madaniy va sotsiopsixologik kontekstda bu faktorlarning qanday ifodalanishini ilmiy asosda tahlil qilish maqsad qilinadi. Shu bilan birga, mavjud empirik tadqiqotlar, psixologik modellar hamda real hayotdagi misollar orqali ushbu masalaga chuqur yondashuv amalga oshiriladi.

Liderlik psixologiyasi insonning boshqalarga ta'sir ko'rsatish qobiliyatini, jamoani boshqarish va ilhomlantirish mexanizmlarini o'rganuvchi muhim sohalardan biridir. Bu yo'nalishdagi tadqiqotlar turli nazariy maktablar doirasida shakllangan bo'lib, har biri liderlik fenomenining muayyan jihatini tushuntirib beradi.

Liderlik bo'yicha dastlabki yondashuvlardan biri bu **xususiyatlar nazariyasi** bo'lib, unga ko'ra liderlar tug'ma sifatlar asosida boshqalardan ajralib turadi. Ushbu nazariyaga ko'ra, yuqori darajadagi aql, jasorat, o'ziga ishonch, tashabbuskorlik, ijtimoiy faollik kabi fazilatlar liderlikning muhim komponentlari hisoblanadi.[1]

Mening fikrimcha, xususiyatlar nazariyasi liderlik tabiatini tushunishda muhim boshlang'ich asos bo'lib xizmat qiladi. Chunki ko'plab yetakchi shaxslarning faoliyatini kuzatar ekanmiz, ular haqiqatdan ham yuqori aql, ijtimoiy faollik, mustahkam iroda, o'ziga ishonch kabi xususiyatlarga ega bo'lganligini ko'ramiz. Bu xususiyatlar ularning lider sifatida ajralib chiqishiga zamin yaratgan. Shu ma'noda, mazkur nazariya inson shaxsiyati va tabiiy fazilatlarining liderlikdagi o'rnini chuqur tahlil qilish imkonini beradi.

Biroq, men bu yondashuvni mutlaq to'g'ri deb hisoblamay olmayman. Chunki liderlik faqat tug'ma fazilatlargagina asoslanib qolmaydi. Aksincha, ijtimoiy muhit, ta'lim, hayotiy tajriba, madaniy kontekst ham liderlik qobiliyatini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Ayniqsa, hozirgi zamonda gender va etnik xilma-xillik sharoitida liderlikni faqat biologik yoki shaxsiy sifatlar bilan cheklash to'liq manzara bera olmaydi. Shu boisdan, xususiyatlar nazariyasini boshqa yondashuvlar, xususan, kontekstual va transformatsion liderlik nazariyalari bilan uyg'unlashtirish zarur, deb o'ylayman.

Biroq keyingi tadqiqotlar bu yondashuvning cheklanganligini ko'rsatdi, ya'ni liderlik faqat tug'ma emas, balki o'rganiladigan va kontekstual holatga bog'liq jarayondir.

[1] Stogdill, 1948, *Personal factors associated with leadership: A survey of the literature*.

1950–60-yillarda e'tibor shaxsiy sifatlardan liderning **xatti-harakatlariga** qaratildi. Bu yondashuv liderning qanday uslubda boshqarayotgani – masalan, avtoritar, demokratik yoki laissez-faire (aralashmaydigan) – samaradorlikka qanday ta'sir ko'rsatishini tahlil qiladi.[1]

Shaxsiy fikrimcha, 1950–60-yillardagi bu yondashuv liderlikni faqat ichki fazilatlar orqali emas, balki amaliy harakatlar va boshqaruv uslubi orqali baholashga o'tganligi bilan muhim ahamiyatga ega. Chunki liderning qanday fikrlashi emas, balki qanday harakat qilishi va boshqalar bilan qanday munosabatda bo'lishi ko'proq natija beradi. Ayniqsa, demokratik yondashuvning samaradorlikka ijobiy ta'siri borligi ko'plab tajribalarda isbotlangan. Shu bois, liderlikni o'rganishda faqat shaxsiy fazilatlar emas, balki ularning real xatti-harakatdagi namoyon bo'lish shakllarini ham hisobga olish zarur, deb hisoblayman.

Fiedler (1967) tomonidan taklif etilgan **vaziyatli liderlik nazariyasi** shuni ta'kidlaydiki, liderlikning samaradorligi liderning shaxsiyati emas, balki u faoliyat yuritayotgan vaziyatga qanday moslashishiga bog'liq.[2]

Fiedlerning vaziyatli liderlik nazariyasi liderlik tushunchasiga ancha real va moslashuvchan yondashuv olib kiradi. Har bir vaziyat o'ziga xos bo'lgani sababli, bitta uslub yoki shaxsiy fazilat hamma holatlarda samarali bo'lmasligi tabiiy. Shu nuqtai nazardan, liderning muvaffaqiyati uning qanday inson ekanligidan ko'ra, mavjud sharoitni to'g'ri baholab, unga mos tarzda harakat qilish qobiliyatiga ko'proq bog'liq, deb hisoblayman. Ayniqsa, murakkab va o'zgaruvchan muhitlarda moslashuvchan liderlar doim ustunlikka ega bo'ladi.

Zamonaviy psixologiyada **transformatsion liderlik** alohida ahamiyatga ega. Ushbu yondashuv liderning ilhomlantiruvchi, innovatsion va o'zgarishlarga yo'naltirilgan uslubini ta'riflaydi. Transformatsion liderlar jamoa qadriyatlarini shakllantirish, maqsadni aniq belgilash, shaxsiy o'sishga turtki berish orqali ajralib turadi.[3]

Transformatsion liderlik bugungi tez o'zgaruvchan, innovatsiyaga asoslangan jamiyatda ayni dolzarb yondashuv hisoblanadi. Chunki bu turdagi liderlar nafaqat boshqaradi, balki odamlarni ruhlantiradi, ularning ichki salohiyatini uyg'otadi va umumiy maqsad sari safarbar etadi. Ayniqsa, jamoa ichida ishonch muhitini yaratish va har bir a'zoning o'sishiga ko'maklashish transformatsion liderning eng muhim jihatlaridan biridir. Menimcha, bunday liderlik modeli nafaqat samaradorlikni oshiradi, balki insoniy qadriyatlarga asoslangan boshqaruv madaniyatini ham shakllantiradi.

Liderlik turli nazariyalar orqali turlicha talqin qilingan bo'lsa-da, ularni birlashtiruvchi asosiy jihat – bu liderning insonlar bilan qanday munosabatda bo'lishi va vaziyatga moslashish qobiliyatidir. Xususiyatlar nazariyasi liderning tug'ma fazilatlariga urg'u bersa, xatti-harakat yondashuvi uning boshqaruv uslubini tahlil qiladi. Fiedlerning vaziyatli yondashuvi esa liderlik muvaffaqiyatini sharoitga moslashuvda deb biladi. Transformatsion liderlik esa bugungi kunda eng muhim yondashuv bo'lib, insonlarni ruhlantirish, maqsad sari safarbar etish va o'zgarishga ilhom berish bilan ajralib turadi. Nazariyalar turlicha bo'lsa-da, samarali liderlik - bu shaxsiy fazilat, to'g'ri uslub va moslashuvchanlik uyg'unligidir.

Liderlik psixologiyasini real ijtimoiy hayot misolida o'rganar ekanmiz, gender va etnik omillar ushbu jarayonda qanday darajada muhim rol o'ynashini ko'rsatadigan aniq empirik dalillarga duch kelamiz. Tahlilimizni avvalo gender omilidan boshlaymiz.

Gender omilining liderlikka ta'siri

Amaliy tajribalar shuni ko'rsatadiki, ayollar rahbarlik lavozimlarida faol bo'lishiga qaramay, hali ham ularga nisbatan jamiyatda muayyan stereotiplar mavjud. Tadqiqotlarga ko'ra, ayollar ko'proq demokratik va jamoaga yo'naltirilgan liderlik uslubidan foydalanadilar, erkaklar esa ko'proq buyruq beruvchi va avtoritar uslublarga moyil bo'ladilar. Bu psixologik tafovutlar jamiyat tomonidan yuklangan gender rollari asosida shakllanadi.

Biroq rahbarlik pozitsiyalarida faoliyat yuritayotgan ayollar ko'pincha ikkiyoqlama stereotipga duch keladilar: agar ular qat'iyatli bo'lishsa, "agressiv", aks holda "zaif" deb baholanadi. Bu holat "double bind" sindromi deb yuritiladi va ayol liderlarda psixologik bosimni kuchaytiradi.

[1] Lewin, Lippitt & White, 1939, *Patterns of aggressive behavior in experimentally created social climates*
[2] Fiedler, 1967, *A Theory of Leadership Effectiveness*
[3] Bass & Avolio, 1994, *Improving Organizational Effectiveness through Transformational Leadership*

Yana bir muhim jihat – “soxta liderlik sindromi” (imposter syndrome). Bu holatda ayol rahbarlar o’z yutuqlarini o’z mehnatlari emas, balki "tashqi omillar" deb baholab, o’z salohiyatiga ishonmaydilar. Clance va Imes (1978) ayollarning yuqori lavozimlarda o’zini “haqiqiy rahbar” emasdek his qilishlari ularning ruhiy barqarorligiga salbiy ta’sir ko’rsatishini ta’kidlaydi.

Statistik ma’lumotlarga ko’ra, 2024-yil holatiga ko’ra, Fortune 500 kompaniyalarida ayol CEO’lar soni atigi 8.8 % ni tashkil etgan bo’lsa, umumiy rahbarlik pozitsiyalarida ayollar ulushi global miqyosda 28 % atrofida (keevee.com, 2025). Bundan tashqari, ayol rahbarlar erkaklarga qaraganda 45 % ko’proq ishdan bo’shatilish xavfiga ega (MarketWatch, 2024).

Etnik faktor va rahbarlikdagi cheklovlar

Etnik mansublik ham liderlik faoliyatiga bevosita ta’sir ko’rsatadigan omillardandir. Etnik ozchilik vakillari rahbarlik pozitsiyalarida ko’pincha “ko’rinmas to’siqlar” (glass ceiling) va “mo’rt lavozim” (glass cliff) holatlariga duch keladilar. Cook va Glass (2015) tadqiqotida aniqlanishicha, ozchilik guruh vakillari og’ir holatdagi tashkilotlarga rahbarlikka tayinlanadi, ammo ularning muvaffaqiyatga erishish imkoniyatlari cheklangan bo’ladi.

Bundan tashqari, Steele va Aronson (1995) tomonidan ishlab chiqilgan “stereotip tahdidi” nazariyasiga ko’ra, odamlar o’z etnik guruhlariga nisbatan mavjud salbiy stereotiplar tasdig’ini oldini olish maqsadida haddan tashqari ehtiyotkor yoki shubhali harakat qilishadi, bu esa ularning psixologik holatiga va liderlik qobiliyatlariga salbiy ta’sir ko’rsatadi.

Statistik ma’lumotlarga qaraganda, HSBC banki 2025-yilga kelib qora tanli liderlar ulushini ikki baravarga oshirishni rejalashtirgan bo’lsa-da, bu ko’rsatkich hanuzgacha 3 % atrofida qolmoqda.[1] Bu esa etnik xilma-xillik yetarli darajada targ’ib qilinmayotganini ko’rsatadi.

Mahalliy kontekst – O’zbekiston tajribasi

O’zbekistonda gender va etnik faktorlar hanuz liderlikka chiqishda muhim sotsiomadaniy to’siq bo’lib qolmoqda. Xususan, patriarxal qadriyatlar ustuvor bo’lgan hududlarda ayollar rahbarlik lavozimlariga tayinlanishida ijtimoiy qarshilik, madaniy bosim va gender stereotiplari hali ham kuchli. 2023-yilda O’zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi Senatining xotin-qizlar masalalariga oid hisobotida qayd etilishicha:

“Aholining 48 foizini tashkil etuvchi ayollar jami rahbar lavozimlarining atigi 14 foizini egallagan”.[2]

Bu raqamlar ayollar liderlik salohiyatining to’laqonli namoyon bo’lishiga tashkiliy va ijtimoiy to’siqlar mavjudligini anglatadi. Ayollar orasida keng tarqalgan fikrlardan biri shuki, ularga qaror qabul qilishda o’zini isbotlash uchun erkaklarga nisbatan ko’proq mehnat qilishga to’g’ri keladi. O’zbekiston Xotin-qizlar qo’mitasi huzuridagi so’rov natijalariga ko’ra:

“Ayol rahbarlarning 62 foizi o’zini erkak rahbarlarga qaraganda ikki baravar ko’proq mehnat qilishga majbur deb hisoblaydi”.[3]

Etnik nuqtai nazardan qaralganda, qoraqalpoq, qozoq, tojik kabi ozchilik etnik guruhlarga mansub fuqarolarning davlat boshqaruvidagi yuqori lavozimlarda ishtiroki nisbatan past. Bu holat ko’pincha etnik kvotalarning yo’qligi, institutsional vakillik tizimining sustligi va ijtimoiy identifikatsiya muammolari bilan izohlanadi. O’zbekiston Fanlar akademiyasining 2022-yilgi ilmiy-tahliliy hisobotida bu borada quyidagicha fikr berilgan:

“Etnik ozchilik vakillarining rahbarlik pog’onalarida ko’rinmasligi ular uchun nafaqat siyosiy, balki psixologik ijtimoiy cheklovlar mavjudligini ko’rsatadi”.

Ushbu muammolarni bartaraf etish uchun institutsional darajada imkoniyatlar tengligini kuchaytiruvchi islohotlar zarur bo’lib qolmoqda.

Ushbu maqola orqali liderlik psixologiyasiga gender va etnik omillarning qanday ta’sir qilishi keng yoritildi. O’rganilgan manbalar va amaliy tahlillar asosida shuni aytish mumkinki, jamiyatda liderlik faqat shaxsiy qobiliyatlar yoki bilimga emas, balki odamning jinsi va etnik kelib chiqishiga qarab ham baholanmoqda.

---

[1] HSBC set to miss own target for doubling Black senior leaders. (2024). *FNLondon.*

[2] O’zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi Senati. (2023). *Xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini oshirish bo’yicha monitoring hisobotlari*. Toshkent.

[3] O’zbekiston Respublikasi Xotin-qizlar qo’mitasi, 2023, ichki monitoring hisobotidan

Ayollar ko'pincha jamiyatdagi an'anaviy qarashlar, stereotiplar va ijtimoiy bosimlar sababli rahbarlik lavozimlariga chiqishda qiyinchilikka duch kelishmoqda. Ular erkaklarga nisbatan ikki baravar ko'p harakat qilsa ham, ayrim hollarda jiddiy qabul qilinmaydi yoki baholanishda adolatsizlikka uchraydi. Bu esa ularning o'ziga bo'lgan ishonchiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Etnik ozchilik vakillari – masalan, qoraqalpoq, tojik, qozoq yoki boshqa guruhlarga mansub fuqarolar esa ko'proq "ko'rinmas" bo'lib qolmoqda. Ularning davlat yoki yirik tashkilotlardagi rahbarlik pozitsiyalarida ishtiroki juda kam. Bu holat ularning imkoniyatlari cheklanganidan, balki jamiyatda tenglikka to'liq erishilmaganidan dalolat beradi.

Mazkur muammolarni bartaraf etish, jamiyatda adolatli va inklyuziv rahbarlik tizimini shakllantirish uchun quyidagi tavsiyalarni beraman:

Ayollar uchun imkoniyatlar kengaytirilsin. Rahbarlikka qiziqqan ayollar uchun treninglar, yetakchilik maktablari va psixologik tayyorlov kurslari tashkil etilishi zarur. Ularning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirish uchun mentorlik dasturlari yo'lga qo'yilishi foydali bo'ladi.

1. Etnik xilma-xillik inobatga olinsin. Rahbarlik lavozimlariga tanlovda barcha fuqarolarga, shu jumladan ozchilik etnik guruh vakillariga ham teng sharoit yaratilishi kerak. Bu ijtimoiy adolatni ta'minlaydi va jamiyatda ishonchni oshiradi.

2. Stereotiplarga qarshi ishlash davom ettirilsin. Ayollar yoki etnik guruhlarga nisbatan mavjud noto'g'ri qarashlarni kamaytirish uchun ommaviy axborot vositalarida ijobiy misollar ko'rsatilishi, o'quv muassasalarida tarbiyaviy suhbatlar o'tkazilishi kerak.

3. Rasmiy statistik ma'lumotlar ochiq bo'lsin. Har yili ayollar va ozchilik vakillarining rahbarlikdagi ishtiroki bo'yicha ochiq hisobotlar tayyorlanib, jamoatchilikka e'lon qilinishi foydali bo'ladi. Bu orqali muammo aniq ko'rinadi va yechim izlash osonlashadi.

4. Hududiy yondashuv kuchaytirilsin. O'zbekistonning turli hududlarida, ayniqsa qishloq joylarda, ayollar va yoshlar uchun liderlik markazlari tashkil etilishi lozim. Ular bu yerda bilim oladi, o'z fikrini erkin ayta oladi va tajriba orttiradi.

Umuman olganda, liderlik salohiyatiga ega bo'lgan har bir inson – u ayol bo'ladimi, ozchilik etnik guruh vakili bo'ladimi – jamiyatda o'z o'rniga ega bo'lishi, imkoniyatdan foydalana olishi kerak. Bunday yondashuv faqat shaxsiy muvaffaqiyat emas, balki jamiyat taraqqiyoti uchun ham muhim hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Bass, B. M., & Bass, R. (2008). The Bass Handbook of Leadership: Theory, Research, and Managerial Applications (4th ed.). Free Press.

2. Eagly, A. H., & Carli, L. L. (2007). Through the Labyrinth: The Truth about How Women Become Leaders. Harvard Business Review Press.

3. Tajfel, H., & Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behavior. In Worchel, S., & Austin, W. G. (Eds.), Psychology of intergroup relations (pp. 7–24). Nelson-Hall.

4. Hofstede, G. (2001). Culture's Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions and Organizations across Nations (2nd ed.). Sage Publications.

5. O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi Senati. (2023). Xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini oshirish bo'yicha monitoring hisobotlari. Toshkent.

6. O'zbekiston Respublikasi Xotin-qizlar qo'mitasi. (2023). Xotin-qizlar rahbarlik faoliyati bo'yicha ichki tahliliy ma'lumot. Toshkent.

7. O'zbekiston Respublikasi Fanlar akademiyasi. (2022). Etnik ozchiliklarning ijtimoiy integratsiyasi va rahbarlik faoliyatidagi ishtiroki. Toshkent: Ijtimoiy fanlar instituti.

8. Northouse, P. G. (2021). Leadership: Theory and Practice (9th ed.). Sage Publications.

9. Ridgeway, C. L. (2011). Framed by Gender: How Gender Inequality Persists in the Modern World. Oxford University Press.

10. World Bank. (2023). Women, Business and the Law 2023. Retrieved from https://wbl.worldbank.org/

11. United Nations Development Programme (UNDP). (2022). Gender Equality Strategy 2022–2025. Retrieved from https://www.undp.org/gender

Nasimdjanova Maxsuma Majidovna
O'zbekiston xalqaro islomshunoslik akademiyasi
Din psixologiyasi va pedagogika kafedrasi dotsenti PhD

MADANIY SHOK VA UNING SHAXSGA TA'SIRI

Annotatsiya. *O'z milliy madaniyati doirasidan tashqariga chiqadigan boshqa dunyoqarash va idrok bilan qarama-qarshilik ko'pincha muloqot ishtirokchilarida noqulaylik tuyg'usini keltirib chiqaradi. "Tillararo va madaniyatlararo muloqot muammolarining barcha nozik tomonlari va chuqurligi, ayniqsa, chet tillarni o'z ona tili bilan, begona madaniyatni o'z ona, tanish til bilan solishtirganda, ayniqsa, aniq va ba'zan oddiy tushunarli bo'lib ko'rinadi". Odamlar boshqa xalqning milliy madaniyati bilan to'qnash kelganda madaniy shok holatini boshdan kechiradilar, bu "ikki xalqning moddiy yoki ma'naviy madaniyatidagi keskin tafovutni anglash, boshqa madaniyat vakillari bilan shaxsiy bevosita aloqada bo'lish sharoitida namoyon bo'ladigan va bir xil tushunish, noto'g'ri talqin qilish yoki chet el madaniyatini to'g'ridan-to'g'ri rad etish bilan birga keladi.*

Kalit so'zlar: *madaniyat, madaniy shok, shaxs, moslashuv, o'rganish, inqiroz, bezovtalik, dushmanlik, assimilyatsiya.*

КУЛЬТУРНЫЙ ШОК И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ЛИЧНОСТЬ

Аннотация. *Столкновение с иным мировоззрением и восприятием, выходящим за рамки собственной национальной культуры, часто вызывает у участников диалога чувство дискомфорта. «Вся тонкость и глубина проблем межъязыковой и межкультурной коммуникации проявляются особенно отчётливо, а порой и просто понятны при сравнении иностранных языков с родным языком, чужой культуры с родным, привычным языком». При столкновении с национальной культурой другого народа человек переживает состояние культурного шока, которое представляет собой «осознание резкого различия в материальной или духовной культуре двух народов, проявляющееся в условиях личного непосредственного контакта с представителями другой культуры и сопровождающееся аналогичным непониманием, неверной интерпретацией или полным отторжением чужой культуры».*

Ключевые слова: *культура, культурный шок, личность, адаптация, обучение, кризис, тревожность, враждебность, ассимиляция.*

CULTURAL SHOCK AND ITS IMPACT ON THE PERSONALITY

Abstract. *Confrontation with a different worldview and perception that goes beyond the framework of one's own national culture often causes a feeling of discomfort in the participants of the dialogue. "All the subtlety and depth of the problems of interlingual and intercultural communication are especially clearly manifested, and sometimes simply understandable, when comparing foreign languages with the native language, a foreign culture with the native, familiar language." When confronted with the national culture of another people, a person experiences a state of culture shock, which is "awareness of a sharp difference in the material or spiritual culture of two peoples, manifested in conditions of personal direct contact with representatives of another culture and accompanied by a similar misunderstanding, misinterpretation or complete rejection of a foreign culture."*

Key words: *culture, culture shock, personality, adaptation, learning, crisis, anxiety, hostility, assimilation.*

Madaniy shok - bu shaxsning boshqa madaniy muhitga kirishi, boshqa madaniyat, notanish joy bilan uchrashishi natijasida yuzaga keladigan hissiy yoki jismoniy noqulaylik, disorientatsiya [2]. Yangi muhitga ko'nikish hayajonli, stressli, umidlarni aldashi, kulgili yoki shunchaki chalkash bo'lishi mumkin. Ushbu atama birinchi marta 1954 yilda Kalervo Oberg tomonidan qo'llanilgan. Ba'zida "madaniy shok" tushunchasi, inson ilgari o'rganilgan madaniy qadriyatlar va xatti-harakatlar

namunalari ishlamaydigan yangi tartibga moslashishga majbur bo'lgan umumiy vaziyatni bildirish uchun ishlatiladi. Uning konsepsiyasiga ko'ra, insonning begona madaniyatga kirishining bir necha bosqichlari mavjud bo'lib, ular orqali u kerakli moslashish darajasiga etadi. Uning tadqiqotlari asosida U shaklidagi moslashuv egri chizig'i taklif qilindi, unda hozirgi vaqtda madaniy shok va moslashishning 5 bosqichi ajratilgan. Chet el madaniy makonida o'zini topib, madaniyatlararo moslashish bosqichlaridan o'tayotgan chet ellik shaxs o'z ona va yangi madaniyatlarining to'qnashuvi natijasida madaniy shokni boshdan kechiradi. Shaxs madaniyatlararo o'zaro ta'sir davomida madaniy shokning quyidagi bosqichlaridan o'tadi:

1-bosqich. "Asal oyi". Ushbu bosqichda chet ellik talabalar ko'proq kuzatuvchi sifatida harakat qilishadi va yangi hayot sharoitlariga moslashishni va ko'nikishni boshlaydilar. Atrofdagi voqelik ijobiy munosabat va hatto biron bir eyforiya va har qanday yangi narsaga qiziqish bilan qabul qilinadi. Avvalo, shaxs tildagi aniq farqlarni, ba'zi ochiq madaniy jihatlarni va o'qitish usullarini sezadi. Biroq, bu omillarning ravshanligi tufayli u ularga juda tez ko'nikadi. Qoidaga ko'ra, chet ellik talabalar ta'lim muassasasidan birlamchi yordam oladilar, bu esa talabaning yangi muhitni dastlabki ijobiy baholashiga ta'sir qiladi.

2-bosqich. Bezovtalik va dushmanlik. Mamlakatda bir necha hafta yoki oy o'tgach, talabalar, qoida tariqasida, allaqachon jamiyatning kundalik hayotida faol ishtirok etmoqdalar, shuning uchun madaniyatlararo muloqotning zaruriy bilimlari yoki amaliyotining yetishmasligi tufayli faoliyatning turli sohalarida (o'qish, kundalik hayot) muloqot bilan bog'liq muammolar paydo bo'ladi. Notanish muhit va hayotning kundalik jihatlaridagi farqlar noaniqlik va stressni keltirib chiqaradi. Atrof-muhit va madaniyat sezilarli psixologik bosim o'tkaza boshlaydi. Bir qator kundalik muammolar yuzaga keladi, ularning yechimi stressga aylanishi mumkin. Mahalliy va yangi madaniyatlar o'rtasidagi farqlar solishtiriladi va qarama-qarshi qo'yiladi, buning natijasida yangi madaniy muhitga salbiy baho berish rivojlanishi mumkin. Talabalar bu farqlarga moslashishlari va kerakli xulq-atvor namunalarini qabul qilishlari kerakligini tushunishadi.

3-bosqich. Inqiroz. Madaniy zarba aniq ifodalangan va maksimal darajaga yetgan bir lahza keladi. Bu bosqichda asosan madaniy shok belgilari paydo bo'ladi. Salbiy his-tuyg'ular psixikaga katta bosim o'tkazadi. Jismoniy va psixologik holatning yomonlashuvi mavjud. Talabalar ruhiy tushkunlik, asabiylashishni his qilishadi, o'zlariga chekinishni xohlashadi va uyni juda sog'inadilar. Haddan tashqari stress somatik kasalliklarning rivojlanishiga asos bo'lib, o'z navbatida, shaxsning moslashish jarayonini murakkablashtiribgina qolmay, balki uning mehnat qobiliyatiga va o'quv faoliyatiga ham ta'sir qiladi. Bunda ko'p narsa shaxsning motivatsiyasi va psixologik munosabatiga bog'liq. Muammoni bilish va uni hal qilish yo'llarini topish inqirozdan chiqishning asosiy jihati hisoblanadi. Agar talabalar yangi madaniyatni yaxshiroq bilishga va uni qabul qilishga tayyor bo'lsalar, ular bu bosqichni yengib o'tishlari mumkin.

4-bosqich. O'rganish (tiklanish). Yangi turmush tarzini qabul qilish jarayonida faol akkulturatsiya bosqichi kuzatiladi. Shaxs atrof-muhitni va atrofidagi odamlarni adekvat idrok etadi, qaror qabul qiladi va mustaqil ravishda harakat qiladi. Psixologik munosabatda o'zgarish sodir bo'ladi va talaba ba'zi madaniy jihatlar va xatti-harakatlar strategiyalarini qabul qila boshlaydi. Umumiy psixologik holat yaxshilanadi va inson muloqotga intiladi. Mahalliy aholi tomonidan qo'llab-quvvatlanayotgani jamiyatga integratsiyalashuv jarayonini tezlashtirishga yordam beradi.

5-bosqich. Moslashuv ("Bikulturalizm"). Shaxs yangi madaniyatda o'zini qulay his qiladi va noqulaylik yoki begonalashish hissini boshdan kechirmasdan hayotiy faoliyatni to'liq amalga oshirishga qodir. U yangi muhitda samarali muloqot qilish uchun zarur bo'lgan xatti-harakatlar, madaniy qadriyatlar va boshqa jihatlar haqida to'liq tushunchaga ega [4].

Agar biz insonning psixologik holatiga qarab moslashishning taqdim etilgan bosqichlarini grafik tarzda tasvirlasak, biz U shaklidagi egri chiziqni olamiz. Qizig'i shundaki, moslashishning barcha bosqichlarini bosib o'tgan odam o'z vataniga qaytib kelgach, o'z ona muhitiga moslashishga, ya'ni o'z madaniyatiga teskari moslashishga majbur bo'ladi. Bunday vaziyatlarda zamonaviy fan odatda W shaklidagi egri chizig'i haqida gapiradi, bu ko'p jihatdan U shaklidagi egri bosqichlarini takrorlaydi. Madaniy shokni yengish va madaniyatni shakllantirish jarayonida qo'llab-quvvatlash va yordam ko'rsatish moslashishning eng muhim jihatlaridan biridir. Shuni ham ta'kidlash kerakki, bu

jihatga har tomonlama puxta yondashish xorijiy madaniy muhitga moslashish jarayoniga va madaniy shokning inson ruhiyatiga ta'sir darajasiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Moslashuv strategiyalari, migrantlarni qo'llab-quvvatlash yo'llari, shuningdek, madaniy shokni bartaraf etish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqishning asosiy jihatlarini tahlil qilish va ko'rib chiqish madaniyatlararo moslashuvdan o'tayotgan odamlarni qo'llab-quvvatlash bo'yicha chora-tadbirlar kompleksini ishlab chiqish va yaratish uchun asos bo'lib xizmat qilishi mumkin.

Ayni paytda turli sohalarda, jumladan, ta'lim sohasida ham xalqaro aloqalar faol rivojlanmoqda. Ushbu haqiqatni hisobga olgan holda, madaniyatlararo muloqotning odamlar bilan samarali muloqot qilish va tushunmovchiliklar tufayli yuzaga keladigan nizolarning oldini olish vositasi sifatida ahamiyati ortib bormoqda. Biroq, begona madaniy muhitda bo'lgan odam madaniy shokga duch keladi. Atrof-muhit o'zgarishining inson ruhiyatiga kuchli salbiy ta'sirini oldini olish uchun institutlar muassasa siyosati va migrantlar maqsadlariga mos keladigan madaniyat shoklarini bartaraf etish bo'yicha moslashuv strategiyalari, usullari va tavsiyalarini ishlab chiqishga harakat qilmoqda. Ehtimol, "madaniy shok"ni tavsiflashning eng mashhur metaforalaridan biri aysberg tushunchasidir.

Bu shuni anglatadiki, madaniyat nafaqat biz ko'rgan va eshitgan narsalardan (til, tasviriy san'at, adabiyot, me'morchilik, klassik musiqa, estrada musiqasi, raqs, oshxona, milliy liboslar va boshqalar), balki bizning dastlabki idrokimizdan tashqarida joylashgan narsalardan (go'zallikni idrok etish, bolalarni tarbiyalash ideallari, oqsoqollarga munosabat, gunoh tushunchasi, adolat, ko'z bilan aloqa qilish, nutq muammolarini hal qilish, ko'z bilan aloqa qilish muammolari, odamlarning ishiga yondashuvlar, yuzlar bilan aloqa qilish muammolari, odamlarning yuzlari bilan aloqa qilish muammolari, odamlarning ishiga yondashuvlar) iborat. Konsepsiyaning mohiyati shundan iboratki, madaniyatni aysberg sifatida tasavvur qilish mumkin, bu yerda madaniyatning faqat kichik ko'rinadigan qismi suv yuzasida joylashgan va suv qirg'og'ida sezilarli darajada ko'rinmaydigan qismi mavjud bo'lib, u ko'rinmaydi, ammo bu butun madaniyatni idrok etishimizga katta ta'sir ko'rsatadi. Aysbergning yashirin, suv osti qismiga (madaniyat) duch kelganda, madaniy shok ko'pincha sodir bo'ladi [1].

Amerikalik tadqiqotchi R. Uiver madaniy shokni ikki aysbergning uchrashuviga qiyoslaydi: bu "suv ostida", qadriyatlar va mentalitetlarning asosiy to'qnashuvi "aniq bo'lmagan" darajasida sodir bo'ladi. Uning ta'kidlashicha, ikkita madaniy aysberg to'qnashganda, madaniy idrokning ilgari ongsiz bo'lgan qismi ong darajasiga keladi va inson o'zining ham, chet el madaniyatiga ham ko'proq e'tibor bera boshlaydi. Shaxs xulq-atvorni boshqaradigan me'yorlar va qadriyatlarning yashirin tizimi mavjudligini faqat boshqa madaniyat bilan aloqada bo'lgan vaziyatda anglab hayratda qoladi. Natijada psixologik va ko'pincha jismoniy noqulaylik - madaniy zarba [3].

Asosan, inson o'zini yashayotgan mamlakatdan boshqa mamlakatda topsa, madaniy shokni boshdan kechiradi, garchi ijtimoiy muhit to'satdan o'zgarganda, o'z mamlakatida ham xuddi shunday his-tuyg'ularni boshdan kechirishi mumkin.

Inson eski va yangi madaniy me'yorlar va yo'nalishlar o'rtasidagi ziddiyatni boshdan kechiradi - ular o'rgangan eskilari va yangi jamiyatni tavsiflovchi yangilari. Bu ikki madaniyat o'rtasidagi o'z ongi darajasidagi ziddiyatdir. Madaniyat zarbasi insonning jamiyatga moslashishiga yordam bergan tanish psixologik omillar yo'qolganda va uning o'rniga boshqa madaniy muhitdan kelgan noma'lum va tushunarsiz omillar paydo bo'lganda yuzaga keladi.

Yangi madaniyatning bunday tajribasi yoqimsiz. O'z madaniyati doirasida dunyoga, turmush tarziga, mentalitetiga va hokazolarga yagona mumkin bo'lgan va eng muhimi, yagona maqbul bo'lgan o'z qarashlaridan doimiy illyuziya yaratiladi. Aksariyat odamlar o'zlarini alohida madaniyatning mahsuli sifatida tan olmaydilar, hattoki kamdan-kam hollarda, ular boshqa madaniyat vakillarining xatti-harakati aslida ularning madaniyati bilan belgilanishini tushunishadi. O'z madaniyati chegarasidan tashqariga chiqish, ya'ni boshqa dunyoqarash va hokazolarga duch kelish orqaligina inson o'z ijtimoiy ongining o'ziga xos xususiyatlarini tushunishi, madaniyatlar o'rtasidagi farqlarni ko'rishi mumkin. Odamlar madaniy shokni turlicha boshdan kechiradilar va uning ta'sirining jiddiyligini boshqacha qabul qiladilar. Bu ularning individual xususiyatlariga, madaniyatlarning o'xshashlik yoki

moslik darajasiga bog'liq. Bu iqlim, kiyim-kechak, oziq-ovqat, til, din, ta'lim darajasi, moddiy farovonlik, oila tuzilishi, urf-odatlar va boshqalarni o'z ichiga olgan bir qator omillarni o'z ichiga olishi mumkin.

Madaniy shokning namoyon bo'lish kuchi va madaniyatlararo moslashuv davomiyligi bir qator omillarga bog'liq bo'lib, ularni ikki guruhga bo'lish mumkin: ichki (individual) va tashqi (guruh). Tadqiqotchilarning fikricha, insonning yoshi boshqa madaniyatga moslashishning asosiy va muhim elementidir. Yoshi bilan inson yangi madaniy tizimga qo'shilishni qiyinlashtiradi, kuchliroq va uzoqroq madaniy zarbani boshdan kechiradi va yangi madaniyatning qadriyatlari va xatti-harakatlarini sekinroq idrok etadi. Moslashuv jarayonida insonning ta'lim darajasi ham muhimdir: u qanchalik baland bo'lsa, moslashuv shunchalik muvaffaqiyatli bo'ladi. Buning sababi shundaki, ta'lim insonning ichki imkoniyatlarini kengaytiradi, uning atrof-muhitni idrok etishini murakkablashtiradi, shuning uchun uni o'zgarish va yangilanishlarga nisbatan toqatli qiladi.

Biz boshqa madaniyatda hayotga tayyorlanayotgan odamning istalgan xususiyatlarining universal ro'yxati haqida gapirishimiz mumkin. Bunday xususiyatlar kasbiy kompetentsiya, yuqori darajadagi o'zini o'zi qadrlash, ochiqlik, ekstraversiya, turli fikr va nuqtai nazarlarga ochiqlik, atrof-muhit va odamlarga qiziqish, hamkorlik qilish qobiliyati, ichki o'zini tuta bilish, jasorat va qat'iyatni o'z ichiga oladi.

Moslashishning murakkabligi va madaniyat shokining davomiyligini belgilovchi ichki omillar guruhiga, jumladan, insonning hayotiy tajribasi, uning harakatga bo'lgan motivatsiyasi, boshqa madaniyatda qolishning mavjud tajribasi; mahalliy aholi orasida do'stlarning mavjudligi [5].

Tashqi omillar guruhiga madaniy masofa kiradi, bu "o'z" va "begona" madaniyat o'rtasidagi farq darajasi sifatida tushuniladi. Moslashuvga madaniy masofaning o'zi emas, balki insonning u haqidagi tasavvuri ta'sir qilishini tushunish kerak, bu ko'plab omillarga bog'liq: urushlarning mavjudligi yoki yo'qligi, hozirgi va o'tmishdagi nizolar, chet tili va madaniyatini bilish va boshqalar.

Moslashish jarayonini bilvosita belgilovchi bir qator tashqi omillarni ham ta'kidlash joiz: mezbon mamlakat sharoiti, mahalliy aholining yangi kelganlarga nisbatan do'stona munosabati, ularga yordam berishga tayyorligi, ular bilan muloqot qilish istagi; qabul qiluvchi mamlakatda iqtisodiy va siyosiy barqarorlik; jinoyat darajasi; boshqa madaniyat vakillari bilan muloqot qilish imkoniyati va mavjudligi[5].

Amerikalik antropolog F.Bokning fikricha, madaniy shok paytida yuzaga keladigan konfliktni hal qilishning to'rtta usuli mavjud.

Birinchi usulni gettoizatsiya deb atash mumkin (getto so'zidan). Bu inson o'zini boshqa jamiyatda topsa, lekin (til, dinni bilmaslik yoki boshqa sabablarga ko'ra) begona madaniyat bilan aloqa qilmaslikka harakat qilgan yoki majburlangan holatlarda amalga oshiriladi. Bunday holda, u o'zining madaniy muhitini - vatandoshlar muhitini yaratishga harakat qiladi, bu muhit bilan o'zini begona madaniy muhit ta'siridan chetlab o'tadi.

Madaniyatlar mojarosini hal qilishning ikkinchi usuli - assimilyatsiya. Assimilyatsiya holatida shaxs, aksincha, o'z madaniyatini butunlay rad etadi va hayot uchun zarur bo'lgan boshqa madaniyatning madaniy me'yorlarini to'liq o'zlashtirishga intiladi. Albatta, bu har doim ham muvaffaqiyatli emas. Muvaffaqiyatsizlik sababi yoki shaxsning yangi madaniyatga moslashish qobiliyatining yetarli emasligi yoki u a'zo bo'lishni niyat qilgan madaniy muhitning qarshiligi bo'lishi mumkin.

Madaniy ziddiyatni hal qilishning uchinchi usuli - madaniy almashinuv va o'zaro ta'sirdan iborat oraliq. Ayirboshlash foydali bo'lishi va ikkala tomonni boyitishi uchun har ikki tomonda ham ochiqlik kerak, bu hayotda juda kam uchraydi, ayniqsa tomonlar dastlab teng bo'lmagan bo'lsa. Bunday o'zaro ta'sirning natijalari har doim ham boshida aniq bo'lmaydi. Ular ko'p vaqt o'tgandan keyingina ko'rinadigan va ahamiyatli bo'ladi. To'rtinchi usul - qisman assimilyatsiya, agar shaxs o'z madaniyatini qisman begona madaniy muhit foydasiga qurbon qilsa, ya'ni hayot sohalaridan birida: masalan, ishda u boshqa madaniyatning normalari va talablariga, oilada, diniy hayotda - an'anaviy madaniyat me'yorlariga amal qiladi [6].

Madaniy shokning eng muhim sabablaridan biri inson uchun eng maqbul bo'lgan hayot tarzi, o'z madaniyati doirasida dunyoni yagona to'g'ri tushunishga kuchli ishonch hosil qilishdir. Madaniy shok holatidagi ma'nolarning asosiy qarama-qarshiligi tanish madaniy me'yorlar va "birovniki -

boshqasiniki" antagonizmida ifodalangan yangi, notanish normalar o'rtasidagi ziddiyat sifatida tavsiflanishi mumkin. Yangi madaniyat bilan tanishish tajribasi hayratlanarli, chunki bu o'z madaniyatini salbiy qayta ko'rib chiqishga olib kelishi mumkin. Madaniy zarba madaniyatlar to'qnashuvini ochib beradi. Inson o'z madaniyatining o'ziga xos xususiyatlarini to'liq darajada tushuna oladi, faqat boshqa dunyoqarash, idrok va turmush tarzini o'z ichiga olgan boshqa madaniy dunyolar bilan to'qnash keladi. Madaniy shokni yengish uchun insonning bag'rikenglik tamoyillarini, uning empatiya va madaniyatlararo muloqotni amalga oshirish qobiliyatini rivojlantirish kerak. Madaniy shok asosan salbiy oqibatlarga olib kelishiga qaramay, bu insonning o'zini o'zi rivojlantirishi va shaxsiy o'sishida muhim ahamiyatga ega. Bizning fikrimizcha, madaniy shok hodisasining o'rganilmagan salohiyati keyingi ilmiy tadqiqotlar uchun istiqbolli yo'nalishdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Питерова А. Ю. Культурный шок: особенности и пути преодоления. - Наука. Общество. Государство. № 4/2014. Дата обращения: 30 ноября 2016. Архивировано 1 декабря 2016 года.
2. Психологическая энциклопедия / под редакцией Р. Корсини, А. Ауэрбаха. - СПб., 2006.- 1096с.
3. Садохин, А. П. Культурология. Теория культуры / А. П. Садохин, Т. Г. Грушевицкая. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2004.
4. Стефаненко Т. Г. Этнопсихология: учебник для вузов. - М.: Институт психологии РАН; «Академический проект», 1999.
5. Игнатова И. Б., Бурыкина В. Г. Культурный шок и пути его преодоления иностранными студентами - Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия Гуманитарные науки: Педагогика. Психология. Социальная работа. Акмеология. Ювенология. Социокинетика. №4/том 16/2010. Дата обращения: 30 ноября 2016. Архивировано1 декабря 2016 года.
6. Bock Ph. K. (Ed.). Culture Shock. A Reader in Modern Cultural Anthropology. - N.Y., 1970.

Omonova Sevara Mamirjonovna
Senior Lecturer, Department of Psychology,
Kokand State Pedagogical University (PhD)

MODERN PSYCHOLOGICAL WAYS TO PROTECT TEENAGERS FROM THE INFLUENCE OF THE VIRTUAL NETWORK

Abstract. *The article is devoted to modern psychological methods of protecting teenagers from the influence of the virtual network. The article examines the concepts of the virtual world, Internet addiction, adolescence and its characteristics, tools of the virtual world, technogenic methods of influencing the human psyche, skills of working with young people. An analysis of scientific concepts and approaches to the problem of dependence on the virtual world is presented.*

Key words: *Virtual world, psychology, consequences, addiction, teenagers, computerization, technogenic factors, information protection, vulnerability, person, artificial environment, media world, values, goals, computer, method, correction.*

СОВРЕМЕННЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СПОСОБЫ ЗАЩИТЫ ПОДРОСТКОВ ОТ ВЛИЯНИЯ ВИРТУАЛЬНОЙ СЕТИ

Аннотация. *Статья посвящена современным психологическим методам защиты подростков от влияния виртуальной сети. В статье рассматриваются понятия виртуального мира, интернет-зависимости, подросткового возраста и его особенностей, инструментов виртуального мира, техногенных методов воздействия на психику человека, навыков работы с молодёжью. Представлен анализ научных концепций и подходов к проблеме зависимости от виртуального мира.*

Ключевые слова: *Виртуальный мир, психология, последствия, зависимость, подростки, компьютеризация, техногенные факторы, защита информации, уязвимость, человек, искусственная среда, медиамир, ценности, цели, компьютер, метод, коррекция.*

O'SMIRLARNI VIRTUAL TARMOQ TA'SIRIDAN HIMOYA QILISHNING ZAMONAVIY PSIXOLOGIK YO'LLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqola o'smirlarni virtual tarmoq ta'siridan himoya qilishning zamonaviy psixologik usullari mavzusiga bag'ishlangan. Shuningdek, maqola mazmunida virtual olam tushunchasi, internetga qaramlik, o'smirlik davri va uning xususiyatlari, virtual olam vositalari, inson ongiga ta'sir etishning texnogen usullari, yoshlar bilan ishlash ko'nikmalari, ma'lumotlar, shuningdek, virtual dunyoga bog'liqlik haqidagi ilmiy tushunchalar va yondashuvlar tahlili batafsil yoritilgan.*

Kalit so'zlar: *Virtual dunyo, psixologiya, ta'sirlar, qaramlik, o'smirlar, kompyuterlashtirish, texnogen omillar, axborotdan himoya, zaiflik, inson, sun'iy muhit, mideamir, qadriyatlar, maqsadlar, kompyuter, usul, tuzatish.*

Introduction. It is known that although the protection of adolescents from the influence of the virtual world is widely studied by many specialists in this field, including psychologists, educators, sociologists and philosophical researchers, this issue is still considered the main goal of interdisciplinary research. Because most of the studies conducted were conducted in control groups, which many researchers objected to, that is, control groups were not considered sufficient objects to solve this problem. In addition, this issue cannot be fully studied only through surveys or interviews. Psychologist O.N. Arestova said that in order to scientifically substantiate whether a person has a low or high level of dependence on the virtual environment, it is advisable to repeat the study of subjects in large laboratories [1,14-20]. Therefore, the identification of the problem of virtual protection of adolescents is determined not only by tests, but also by laboratory examination reflecting some practical actions. B.A. Burova in her scientific article entitled "Mechanisms of Internet Addiction"

explains the problem as follows: "Before conducting research on the issue of Internet addiction, the researcher must first observe with his own eyes the activities of individuals with this behavior [2,290-294]. Because many psychological factors are determined that lead to this method. For example, a game, the Internet, time, age, social status, etc. According to these views, the impact of the virtual world can be determined not only with the help of psychodiagnostic tools, but also through observation. The issue of the influence of the virtual world was also widely studied by A.E. Voiskunsky, and the author suggests specific areas for studying the problem. According to the author, these areas should include [3,81]:

- An approach aimed at studying changes in the activities of individuals in a virtual environment;
- An approach aimed at a separate study of the factors causing Internet addiction and the stages of its development;
- An approach aimed at developing a model of dependence on the virtual environment;
– Addiction to the virtual environment and its other aspects are aimed at training, pedagogical, sociological, legal, etc. In fact, Internet addiction is not only a psychological problem, it is very important to study it on a large scale, that is, in a complex of studies.

Literature review. The problem of the risk of virtual networks is not only a question of scientific psychology, but also a strategic issue for the entire society and the state. In this issue, among the researchers A.A. Rean, I.S. Protiv. A.E. Voyskunsky, V.A. Loskutova, L.O. Perezhogin, A.Yu. Egorov, H.D.I. Bochkareva, A.E. Zhichkina, L.G. Leonova, N.A. Nosov, Yu.V. Fomicheva, A.F. Shaydullina, S.A. Such scientists as Shapkin, I. Shevchenko, A. G. Shmelev, Yu. D. Babaeva, T. N. Dudko, K. E. Yurenkov published unique scientific books and monographs. Among other things, according to A. V. Benediktova, the concept of addiction to the virtual environment should not be considered as pathological behavior, that is, extensive use of the Internet enriches a person. According to A. A. Chernova, cyber addiction is a complex process, and a specialist studying it should be aware of not only the achievements of psychology, but also computer technologies. Thanks to these factors, you can learn more about the influence of Internet information on a person's personality [4,228-230]. Because most cybernetic data is monetization or business data. Research Methodology. In general, as a theoretical and methodological basis for our study, in foreign psychology Internet addiction and its consequences, psychoprophylaxis of Internet addiction elimination, information environment and youth, information attacks and its modern manifestations, virtual world and its perception, teenagers computer skills N.A. Shapira, H.J. Shaffer, N.S. Endler, J.D. Parker, O.Yu. Yokoyama, T.N. Neverie, G. Gigerenzer, R.O. Anker, J.L.B. Rech, D.S. Weiss, K.R. Marble, T.J. Metzler, The advanced ideas of H.M. Ronfeldt were taken as a basis. A special place among psychological studies of the virtual world and the reasons for the impact on it is occupied by the studies of B.A. Barabanshchikova. The author says that addiction to the virtual environment is often observed in young children, as a result of which the process of self-awareness is disrupted. Children exposed to network information often develop the self-esteem characteristic "I am above" [5,232]. Or applying lipstick to the virtual world will end with an overestimation of time. V. V. Selivanov and L. N. Selivanova, among others, conducted a study of the psychological problems of using a virtual network, in which the authors highlight the following reasons. According to the authors, unlike others, subjects of the virtual environment are characterized by aggressiveness, hostility and cynicism. They are also often distinguished as people who live with a feeling of disappointment or severe anxiety [6,378]. Also, A. V. Zakhrapina, having conducted a study of the psychological factors of Internet addiction in adolescents, has developed a unique proposal to solve the problem. That is, according to the scientist, the only way to prevent addiction to the virtual environment is to create a national committee to control it. This committee implements measures aimed at eliminating addiction, developing legal documents and preventive programs. The essence of this proposal is that addiction to the virtual network is not only a science, but also an organization that controls it and prevents data.

The trilogy called "Cyberspace" was published in 2011, in connection with the publication of his first novel "Neuromancer". It describes the virtual space in which electronic data circulates on all the computers of the world. So, there are main reasons for the emergence of everything in life. Nothing happens without a reason. One of our main shortcomings as humans is that if a crime occurs

in society, we first punish the criminal. That is, we often deal more with the consequences of the crime. True, punishment for crime is inevitable. But the causes of the occurrence of crime remain on the sidelines. If we find the causes, factors, that is, the roots of the crime, we will prevent many types of crimes. In addition, a number of social and psychological reasons for the addiction of adolescents to the virtual world are also highlighted. According to researcher L.P. Shipovskaya, these causes and consequences are reflected in the following:

– The lack of a healthy psychological environment in the family, that is, the existence of a gap in child upbringing;

– Due to the inattention of parents to their children, insufficient affection for them, and complete lack of interest in their interests, adolescents are often forced to look for a person in the virtual world who would be their sympathizer and confidant;

– The virtual world is a point of disruption in the environment of relations between generations, that is, between adults and youth;

– The situation in which young people perceive the world as a virtual world or as a set of rules, goals, and new virtual relationships that differ from real life. Therefore, adolescents choose the most interesting and appropriate forms of behavior in the rules of this new environment that they consider important for them. Like any activity, it has its own motivational basis. Among the researchers who studied the motivation of a person's connection to the virtual network, the works of A. Ye. Voyskunsky and O. V. Mitina, A.A. Arestova can be especially noted. According to the authors K.V.Boyarova, they try to distinguish the following motives for connecting to the virtual world [7,41-46]:

– Business motive. For most consumers, working on the Internet is a structured part of a professional service aimed at achieving a specific goal, that is, a result. This is the search for specific information, establishing and communicating with a specific person, organizing the work of a specific department, etc. In this case, a business oriented towards specific business results serves as an indicator of motivation;

– Cognitive motives. These motives are motives associated with the acquisition of new knowledge. Depending on the direction of the cognitive capabilities of information consumers, they acquire different characteristics. Cognitive communication objects in a computer network are new service opportunities, various hypertext information, new people, new ideas and thoughts, visual and auditory images;

– Communication motive (communicative motive). It is characterized by the search for new acquaintances, people close to one's interests, and the exchange of ideas. Such motives consist of specific forms of knowledge, thoughts, and emotions that are inextricably linked with the natural needs of a person;

– Cooperation motive. The most common type or structure of services to people is services of a social nature. In the process of working on the Internet, the attitude of customers to cooperation with others serves as an indicator of cooperation motives;

– Self-discovery motive. Such motives are based on deep psychological phenomena and phenomenological content. That is, self-esteem, level of achievement, motivation for success, etc. Human activity is very often successful, but a person must be able to prove his worth to himself and others. This group of motives is implemented in various types of activity, depending on the type of personal values of the subject;

– The motive of recreation and the motive of play. As a rule, play and recreation play an important role in the life of every person. The motives of games and recreation, in addition to normalizing the ability to work, are also inextricably linked to situations such as mastering new types of activity, training and testing one's abilities, and competition. In the virtual space, each person can find the type of game that is most suitable and interesting for him;

– The motive of affiliation. These motives reflect the social content of human activity and his behavior. This is reflected in the fact that a person belongs to a certain group, accepts and adheres to its values, and takes his place in the group;

– Motives aimed at self-development. The vast majority of consumers of the virtual network understand the beneficial aspects of it well.

Methods. A number of methodologies and questionnaires were selected for the study. In particular, the "Virtual World Addiction" test developed by G.V. Lozovaya, the "Character Accentuation Assessment" questionnaire by K. Leongard and G. Smeshek, the "Incomplete Sentences" methodology by A.I. Shepilova, and the "Overcoming Behavior" questionnaire created by A.A. Lugoviskaya were used. Also, mathematical and statistical criteria, namely K. Pearson correlation coefficient, percentage analysis, and factor analysis, were used.

Results. It is known that the virtual world opens up a lot of opportunities for a person. Anonymity on the Internet, access from different parts of the world, communication with any user (regardless of gender, age, nationality, religion), self-realization, lack of moral rules in life on the Internet, avoidance of responsibility increase the above. mentioned risks. The virtual world manipulates people. According to experts, in the virtual world, a person's time perception system is disrupted, social activity decreases. The worst thing is that in this process the negative impact of virtual tools is not limited to spiritual and moral decline, but also causes many diseases. From this point of view, the research work we are studying is considered one of the most relevant and topical topics, given today's difficult conditions. Therefore, as an object of research, we chose district teenagers living in cities and villages, which form the basis of the Internet flow. In the above-mentioned part of the study, we got acquainted with their average results. Now let's try to determine the significant and insignificant scales of questionnaires according to the criteria of factor analysis.

Table 1

FACTORIZATION OF QUESTIONNAIRES ON PROTECTION FROM THE VIRTUAL WORLD

Scales	Factors	
Internet and computer addiction	**1**	**2**
Computer game addiction		0,586
TV addiction		0,768
Addiction to destructive religious information	0,589	
General tendency to addiction		0,557
Constructive reception of information on the Internet		0,624
Perception of time	0,507	
Understanding the positive features of the Internet	0,556	
Understand the negative sides of the Internet		0,529
Understanding information on the Internet	0,625	
Resilience		0,523
Smart move	0,775	
Overcoming reality		0,604
Change yourself	0721	
Positive thinking		0,713
Control of emotions		0,683

The obtained results of the study showed the following results: the main factors determining the socio-psychological mechanisms of protection of rural adolescents from the influence of the virtual world in the Navoi region (Table1). The accents included in the first factor: dependence on television, constructive perception of information on the Internet, perception of time, awareness of the negative features of the Internet, persistence, overcoming reality and self-change of scales. We conditionally called this factor (according to the considerations included in the factor): self-control on the Internet. The following considerations were taken from the second factor: addiction to the Internet and computer, addiction to computer games, addiction to destructive religious information, general tendency to addiction, awareness of the positive features of the Internet, understanding of information on the Internet, rational action, positive thinking and control of emotions.

Table 2

FACTORIZATION OF THE QUESTIONNAIRE FOR DETERMINING CHARACTER ACCENTUATION

Scales	Factors	
	1	2
Hyperthymic		0,754
Anxious	0,634	
Dysthymic	0,583	
Formal		0,576
Excitable	0,606	
Emotional	0,524	
Rigid	0,544	
Demonstrative		0,551
Cycloid		0,597
Exalted	0,706	

Using factor analysis, which is one of the mathematical and statistical criteria, the main scales determining character accentuation were divided into the first and second scales. The first factor included the following accentuations: anxious, dysthymic, excitable, emotive, rigid and exalted scales. We conditionally called this factor (according to the considerations included in the factor): excitable type.

The second factor included the following considerations: hyperthymic, formal, demonstrative and cycloid. We found it necessary to conditionally call this factor (according to the considerations included in the factor): emotional conditioned type scale.

Discussion. In general, based on the theoretical and practical analyses conducted during the study, it can be said that exposure to the virtual world is high during adolescence. Firstly, this is due to age characteristics, and secondly, adolescents are often left out of the attention of their parents and teachers.

Conclusion. In order to prevent the risk of information and psychological safety of teenagers on the Internet, it is necessary to continue and intensify scientific research on this issue, as well as to develop programs for the formation and development of safe behavior skills in students on the Internet, and in the personal sphere of children and teenagers, it is necessary to develop and implement programs for the psychological correction of the disorder.

References.

1. Arestova O. N. Communication in computer networks: psychological determinants and consequences Text. / O. N. Arestova, L. N. Babanin, A. E. Voiskunsky // Vestn. Mosk. Un-ta. Psychology. 1996. - No. 4. - P. 14-20.

2. Burova V. A. Mechanisms of formation of Internet addiction Text. / V. A. Burov, V. I. Esaulov // Proceedings of the XIII Congress of Psychiatrists of Russia. - M., 2000. - P. 290-291.

3. Voiskunsky A. E. Internet is a new area of research in psychological science Text. / A. E. Voiskunsky // Scientific notes of the Department of General Psychology of Moscow State University. - 2002. - No. 1. - P. 81-101.

4. Benediktova // Psychological Science and Education. 2007. - No. 5. - P. 228 - 236.

5. Chernov A. A. Formation of the Global Information Society: Problems and Prospects Text. / A. A. Chernov. Moscow: Publishing and Trading Corporation. Dashkov I. K, 2003. - 232 p.

6. Selivanov V. V., Selivanova L. N. Virtual Reality as a Method and Means of Teaching // Educational Technology & Society (International Electronic Journal). 2014. Vol. 17. No. 3. P. 378 - 391.

7. Boyarova K. V. Cyber-addiction: another type of dependence // Bulletin of Kharkov National University. - Kharkov: Psychology, 2006. - P. 41-46.

Qurbanova Ozoda Abdurashidovna
Surxondaryo viloyati Ijtimoiy himoya milliy agentligi,
Jarqo'rg'on tumani " Inson" ijtimoiy xizmatlar markazi bosh mutaxassis psixologi

YETIM BOLALAR VA OTA-ONA QARAMOG'IDAN MAHRUM BO'LGAN BOLALARNING IJTIMOIY MOSLASHUV JARAYONINING PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI

Annotatsiya. *Maqolada o'zbek jamiyatida yetim bolalar va ota-ona qaramog'idan mahrum bo'lgan bolalarning ijtimoiy moslashuvi milliy mentalitet, mahalla institutlari va qarindoshlik rishtalari bilan bog'liq holda tahlil qilinadi. Vasiy oilalarda va mehribonlik uylarida tarbiyalanishning afzalliklari hamda kamchiliklari solishtiriladi. Mehribonlik uylaridagi avtoritar boshqaruv, qat'iy intizom va bolalarning tashabbuskorligini cheklovchi omillar ularning mustaqil hayotga tayyorgarligiga qanday ta'sir ko'rsatishi ochib beriladi. Shuningdek, bolalarning shaxsiy tashabbusini rag'batlantirish, mustaqillik va hayotiy ko'nikmalarini rivojlantirish, emotsional qo'llab-quvvatlash muhitini yaratish zarurligi asoslab beriladi.*

Kalit so'zlar: *yetim bolalar, ota-ona qaramog'idan mahrum bo'lgan bolalar, ijtimoiy moslashuv, psixologik determinantlar, vasiy oilalar, mehribonlik uylari, o'zbek mentaliteti, ijtimoiy integratsiya, psixologik reabilitatsiya, tarbiya tizimi.*

PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF THE PROCESS OF SOCIAL ADAPTATION OF ORCHID CHILDREN AND CHILDREN DEPRIVED OF PARENTAL CARE

Abstract. *The article examines the process of social adaptation of orphans and children deprived of parental care in Uzbek society, considering the national mentality, the mahalla institution, and family ties. The advantages and disadvantages of upbringing in guardian families and orphanages are compared. The study reveals how authoritarian management, strict discipline, and factors limiting children's initiative affect their preparation for independent life. It also substantiates the need to encourage children's personal initiative, develop their independence and life skills, and create an emotionally supportive environment.*

Keywords: *orphans, children deprived of parental care, social adaptation, psychological determinants, guardian families, orphanages, Uzbek mentality, social integration, psychological rehabilitation, upbringing system.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ПРОЦЕССА СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ-СИРОТ И ДЕТЕЙ, ЛИШЕННЫХ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБРАЩЕННОСТИ

Аннотация. *В статье рассматривается процесс социальной адаптации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в узбекском обществе с учетом национального менталитета, института махалли и родственных связей. Сравниваются преимущества и недостатки воспитания в опекунских семьях и в домах милосердия. Раскрывается, как авторитарное управление, строгая дисциплина и факторы, ограничивающие инициативность детей, влияют на их подготовку к самостоятельной жизни. Также обосновывается необходимость стимулирования личной инициативы детей, развития их самостоятельности и жизненных навыков, создания эмоционально поддерживающей среды.*

Ключевые слова: *дети-сироты, дети, оставшиеся без попечения родителей, социальная адаптация, психологические детерминанты, опекунские семьи, дома милосердия, узбекский менталитет, социальная интеграция, психологическая реабилитация, система воспитания.*

Kirish. O'zbek jamiyatida oila - nafaqat tarbiya va moddiy ta'minot manbai, balki shaxsning ijtimoiy, axloqiy va madaniy shakllanishida eng asosiy institutdir. Shuning uchun bolalarning ota-

onasiz qolishi nafaqat ularning ruhiy olamida chuqur iz qoldiradi, balki butun hayot yo'liga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Milliy mentalitetda yetim bolani davlat mehribonlik uyiga topshirish qarindoshlar uchun ma'lum darajada uyat yoki ijtimoiy bosim manbai sifatida idrok qilinadi. Shu bois, bunday bolalarning katta qismi qarindoshlari yoki yaqin tanishlari vasiyligida tarbiyalanadi.

Vasiy oilada tarbiyalanish bolaning milliy qadriyatlar, ona tili, urf-odatlar va diniy an'analarni saqlab qolishiga yordam beradi. Shu bilan birga, bunday sharoit har doim ham bola uchun yetarli psixologik qo'llab-quvvatlash va shaxsiy rivojlanish imkoniyatlarini ta'minlay olmaydi. Ayrim hollarda bola oilaviy muhitda "majburiyat" sifatida qabul qilinishi, uning shaxsiy ehtiyojlari va emotsional farovonligi ikkinchi planga tushib qolishi mumkin.

Mehribonlik uylari esa davlat tomonidan moliyalashtiriladigan, yetim bolalar va ota-ona qaramog'idan mahrum bo'lgan bolalarga yashash, ta'lim olish hamda parvarishlanish sharoitlarini yaratib beruvchi muassasalardir. Ammo amaliyot shuni ko'rsatadiki, mehribonlik uylarida ham ijtimoiy moslashuv jarayoni murakkab kechadi. Avtoritar boshqaruv, qat'iy intizom, bolalarning mustaqil qaror qabul qilish imkoniyatlarining cheklanishi ularning tashabbuskorligi va hayotga moslashuvchanligini pasaytiradi. Natijada, bunday muassasalarni bitirgan yoshlar mustaqil hayotda ko'proq ijtimoiy va psixologik qiyinchiliklarga duch keladi.

Globallashuv, ijtimoiy-iqtisodiy o'zgarishlar, migratsiya jarayonlari va zamonaviy madaniy ta'sirlar yetim va ota-ona qaramog'idan mahrum bo'lgan bolalarning ijtimoiy moslashuv jarayoniga yangi chaqiriqlar yaratmoqda. Shu bois, bu jarayonni muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun psixologik determinantlarni chuqur tahlil qilish, milliy qadriyatlarni hisobga olgan holda kompleks qo'llab-quvvatlash strategiyalarini ishlab chiqish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Metodologiya. "Ijtimoiylashuv" tushunchasini birinchilardan bo'lib pedagogika fanlari terminologiyasiga fransuz sotsiologi va pedagogi Emil Dyurkgeym kiritgan bo'lib, u tarbiya jarayonini "yosh avlodning rejali ijtimoiylashuvi" sifatida ko'rib chiqqan. Ko'p yillardan buyon xorijiy ijtimoiylashuv konsepsiyalariga bir-birini to'ldiruvchi va ijtimoiylashuvning muayyan jihatlarini ishlab chiqishga yo'naltirilgan bir necha maktab vakillari asosiy ta'sir ko'rsatib kelmoqda[1, 69 b].

Ijtimoiylashuv - individ tomonidan ijtimoiy tajribani, ijtimoiy aloqalar va munosabatlar tizimini o'zlashtirish jarayoni. Ijtimoiylashuv jarayonida inson ijtimoiy mavjudot sifatida shakllanadi. Muvaffaqiyatli ijtimoiylashuv quyidagi vazifalarni hal qilishni nazarda tutadi:

- insonning jamiyatga samarali moslashuvi;

- insonning shaxs sifatida rivojlanishi va amalga oshishiga to'sqinlik qiluvchi ijtimoiy tendensiyalarni yengib o'tish qobiliyatini shakllantirish.

Ijtimoiy moslashuv, psixologlarning fikriga ko'ra, insonning jamiyatga integratsiyasi bo'lib, uning natijasida shaxs, uning o'zini o'zi anglashi va rolli xulq-atvori, o'zini o'zi boshqarish qobiliyati shakllanadi. Ijtimoiy moslashuv o'zaro moslashuvchi ikki tizim - shaxs va ijtimoiy muhitning o'zaro ta'siridir. Bu ikkala tizim o'zaro murakkab munosabatda bo'ladi: shaxs ijtimoiy muhitni o'ziga moslashtiradi, ijtimoiy muhit esa shaxsni o'ziga ma'lum darajada moslashtiradi.

An'anaga ko'ra, ijtimoiylashuv jarayoni yoshlarni asosiy ijtimoiy, davlat, mafkuraviy, ijtimoiy va axloqiy yo'nalishlar, qadriyatlar, me'yorlar, e'tiqodlar, tasavvurlar, e'tiqodlar va motivlar dunyosiga integratsiya qilish, shuningdek, jamiyat fuqarosining ijtimoiy rollarini bajarishga tayyorlash, shu jumladan psixologik jihatdan tayyorlashdan iborat[1, 125 b].

Bu tayyorgarlik albatta amaliy va kompleks bo'lishi kerak.

Ijtimoiylashuv murakkab jarayonlar - mavjud ijtimoiy sharoitlarga moslashish, ijtimoiy axborotlarni o'zlashtirish va olingan ijtimoiy tajribani amalga oshirish, o'z ijtimoiy muhitini ijodiy o'zgartirish va rivojlantirish birligini ifodalaydi. Bir tomondan, ijtimoiylashuv shaxsga muayyan bilim, ko'nikma, malakalarni singdirish uchun jamiyatning maqsadli tarbiyaviy ta'sirini, ikkinchi tomondan, uning ijtimoiy faoliyatini o'z ichiga oladi. Shunday qilib, ijtimoiy moslashuv - bu ijtimoiylashuv mexanizmlaridan biri bo'lib, shaxsga vaziyatni standartlashtirish orqali ijtimoiy muhit tuzilmasiga faol qo'shilish imkonini beradi, bu esa muvaffaqiyatli rivojlanish, mehnatda imkon qadar ishtirok etish, jamiyatning ijtimoiy va madaniy hayotiga qo'shilish imkonini beradi.

Adaptatsiya tushunchasi ba'zi biologik xususiyatlarni saqlab qolgan holda ijtimoiy mazmunga ega. Inson hayoti davomida ko'plab turli xil moslashuvchan vaziyatlar (maktabga, oliy o'quv yurtiga

kirish, yashash joyini o'zgartirish, pensiyaga chiqish va boshqalar) ga duch keladi, ular ijtimoiy muhitning o'zgarishi yoki shaxsning bir ijtimoiy muhitdan boshqasiga o'tishi bilan tavsiflanadi. Yangi muhitda odatiy stereotiplar va xulq-atvor qoliplari, fikrlash, idrok etish, etalonlar, ustanovkalar va shaxsning yo'nalishi kam samarali, ba'zan esa imkonsiz bo'lib qoladi. Adaptatsiya (adaptatio - moslashish) tushunchasi dastlab organizmlarning atrof-muhitga moslashishi kabi hodisani ifodalash uchun kiritilgan. Keyinchalik u boshqa jarayonni - insonning ijtimoiy hayot sharoitlariga moslashishini ifodalash uchun ishlatila boshlandi[2, 76 b].

"Shaxs - ijtimoiy muhit" o'zaro ta'sirida moslashuvning biologik turi ijtimoiy tur bilan almashadi, bu ongli va ijodiy xarakterga ega. Bu jarayonda eng muhim jihatlarni ajratib ko'rsatish lozim:

- inson ongli ravishda ijtimoiy moslashuv subyekti sifatida namoyon bo'ladi, vaziyatlar ta'sirida o'z qarashlari, munosabatlari, qadriyat yo'nalishlarini o'zgartiradi;
- faqat inson tarbiya vositalaridan foydalangan holda yosh avlodni ijtimoiy moslashuv jarayoniga ongli ravishda tayyorlashga qodir;
- faqat inson uning mazkur muhitga moslashish jarayonini yengillashtiruvchi maxsus moslamalar (muayyan ijtimoiy institutlar, me'yorlar, an'analar) ni yaratadi.

Bugungi kunda oilaviy, maktab va ijtimoiy dezadaptatsiya kabi hodisalar ijtimoiy ahamiyatga molik muammoga aylandi. Adaptatsiya buzilishlarining ko'payishini ko'plab olimlar stressli vaziyatlarning keskin ko'payishi, ijtimoiy-iqtisodiy muammolarning og'irligi, o'sib kelayotgan avlod salomatligining pasayishi bilan bog'lashadi.

Buzilgan adaptatsiya yoki dezadaptatsiya - bu bolaning uning rivojlanishi, shaxsiy faoliyati uchun mos bo'lmagan hayot sharoitlariga javobidir.

Oilaviy dezadaptatsiya bola uchun eng salbiy oqibatlarga ega, chunki aynan oila uning hayotini ta'minlaydigan tabiiy muhitdir.

Psixologlar, ijtimoiy pedagoglar bolalar yoshligidan ota-onalarining nojo'ya xatti-harakatlariga guvoh bo'ladigan oilalarga alohida e'tibor berishlari kerak. Bunday oilalarda hatto qisqa muddat yashagan bolalarda, odatda, ijtimoiy moslashuvning buzilishi kuzatiladi.

Ijtimoiy dezadaptatsiya axloq va huquq me'yorlarining buzilishida, xulq-atvorning g'ayriijtimoiy shakllarida va ichki tartibga solish tizimining deformatsiyasida, qadriyat yo'nalishlarida, ijtimoiy munosabatlarda namoyon bo'ladi.

Ijtimoiylashuv jarayonining deformatsiyalanish darajasi va chuqurligiga qarab ijtimoiy dezadaptatsiyaning ikki bosqichini ajratish mumkin.

Maktab ijtimoiy dezadaptatsiyasi bosqichi pedagogik qarovsiz o'quvchilarda kuzatiladi. Qoida tariqasida, ular qator maktab fanlaridan surunkali orqada qolish, pedagogik ta'sirlarga qarshilik ko'rsatish, o'qituvchilarga nisbatan qo'pollik, turli xil g'ayriijtimoiy ko'rinishlar (so'kinish, chekish, bezorilik, darslarni qoldirish) bilan tavsiflangan bolalar uylari tarbiyalanuvchilarini o'z ichiga oladi.

Ijtimoiy dezadaptatsiyaning chuqurroq bosqichi ijtimoiy qarovsiz o'smirlar uchun xosdir. Ijtimoiy qarovsizlik o'smirlarning ijtimoiylashuvning asosiy institutlari bo'lgan oila va maktabdan chuqur begonalashuvida namoyon bo'ladi.

Ularning shakllanishi, asosan, asotsial va kriminogen guruhlar ta'sirida kechadi, ularga qadriyatli-me'yoriy sohaning chuqur deformatsiyasi (darbadarlik, giyohvandlik, ichkilikbozlik, tamagirlik) xosdir.Ijtimoiy qarovsiz o'smirlar, odatda, kasbga yo'naltirilmagan, mehnatga salbiy munosabatda bo'ladilar va parazit yashash ustanovkasiga ega bo'ladilar.

Bizning fikrimizcha, muvaffaqiyatli ijtimoiy moslashuvning ko'rsatkichlari quyidagilardir: shaxsning yangi ijtimoiy muhitdagi yuqori ijtimoiy mavqeyi va undan psixologik qoniqishi (masalan, mehribonlik uyidagi yashash sharoitlaridan qoniqish).

Past ijtimoiy moslashuvning ko'rsatkichlari shaxsning boshqa ijtimoiy muhitga ko'chishi (masalan, bolalar muassasalaridan qochish, daydilik), deviant xulq-atvor hisoblanadi. Ijtimoiy moslashuvning muvaffaqiyati ijtimoiy muhitning xususiyatlariga (ya'ni uning qanchalik murakkab va o'zgaruvchanligiga), shuningdek, shaxsning xususiyatlariga bog'liq. Shaxsning ijtimoiy moslashuvi uchun uning ma'lumoti va yoshi eng katta ahamiyatga ega.

Ijtimoiy pedagogik reabilitatsiya - ijtimoiylashuv institutlari (oila, maktab, tengdoshlar muloqoti va boshqalar) funksiyalarini bajaruvchi ijtimoiy, pedagogik qo'llab-quvvatlash chora-tadbirlari majmui.

Ijtimoiy reabilitatsion psixologik faoliyat bolalarning normal, to'laqonli hayot kechirishi, ta'lim olishi va rivojlanishi uchun shart-sharoitlar yaratishga qaratilgan. U ijtimoiy-maishiy reabilitatsiyadan boshlanadi, bunda bolalarni vannaxonadan foydalanishga, issiq ovqat yeyishga, to'shakda choyshabda uxlashga va hokazolarga o'rgatiladi. Keyin tibbiy-ijtimoiy reabilitatsiya - bolalarni davolashadi, ijtimoiy kasalliklardan, masalan, pedikulyozdan xalos qilishadi[3, 176 b].

Psixoemotsional reabilitatsiya - bu qulay yashash sharoitlarini yaratish, xodimlar va tarbiyachilarning xayrixohligi, shuningdek, maxsus psixoterapevtik usullar: o'yin terapiyasi, ertak terapiyasi, psixoterapevtik teatr va boshqalar.

Ilmiy tadqiqotlar va amaliyot shuni ko'rsatadiki, ota-ona qaramog'idan mahrum bo'lgan bolalarning ruhiy rivojlanishida, hissiy sohada, o'z-o'zini anglashda ko'plab nuqsonlar mavjud. Ular muloqot qilishni bilmaydilar, bu esa noadekvat sodiqlik yoki tajovuzkorlik kabi himoyaviy xulq-atvorning ustunligiga olib keladi (masalan, atrofdagilarni ayblashga intilish, o'z aybini tan olishni bilmaslik va istamaslik va boshqalar). Ularda ixtiyoriy faoliyat va xulq-atvorni o'z-o'zini boshqarishning jiddiy buzilishlari kuzatiladi. Odatda, yetim bolalar o'z harakatlarini mustaqil rejalashtirish va nazorat qilishni bilmaydilar[3, 180 b]..

Mehribonlik uylari bitiruvchilari voyaga yetgan mustaqil hayotlarida ham barcha odamlarga ishonchsizlikni his qilishda davom etadilar, boshqalarga qaram yoki haddan tashqari tanqidiy munosabatda bo'ladilar, nonko'r, atrofdagilarning doimiy yondashuvini kutadilar, ko'pincha oila qurishni xohlasalar ham muvaffaqiyatsizlikka uchraydilar.

Ko'pgina yetimlar uchun hayotga iste'molchilik munosabati, psixologik infantilizm xosdir. Mustaqillikning yetarli emasligi, guruhga qaramlik, ishonuvchanlik, nozik his-tuyg'ular, bo'ysunuvchanlik ularni ba'zan ijtimoiy xavf guruhlariga itaradi.

Shunday qilib, ijtimoiy-psixologik moslashuvning buzilishi shaxsning ijtimoiy muhit bilan munosabatlarining nomutanosibligiga olib keladi. Bu mehribonlik uylari tarbiyalanuvchilarining jamiyatdan ajralib qolishi, hayotga moslashmaganligi, maktabga moslashmaganligi va ko'pincha deviant xulq-atvorida namoyon bo'ladi.

Mehribonlik uylari ish amaliyotining tahlili shuni ko'rsatadiki, mehribonlik uylaridagi bolalarni tarbiyalash tizimi ularni mustaqil hayotga tayyorlamaydi va tarbiyalanuvchilar mehribonlik uylaridan chiqqanlaridan so'ng atrof-muhitga moslashishda global qiyinchiliklarni boshdan kechiradilar.

Bunda mehribonlik uyining bir nafar tarbiyalanuvchisi uchun vasiylikka yoki oilaga tarbiyaga olingan bolaga qaraganda 10-15 baravar ko'p mablag' ajratiladi.

Shunga qaramay, na moddiy farovonlik, na mehribonlik uylarining turli tadbirlar bilan to'ldirilganligi mehribonlik uylari tarbiyalanuvchilarining muvaffaqiyatli ijtimoiylashuvini ta'minlamaydi.

Mehribonlik uylaridagi ish tajribasi shuni ko'rsatadiki, bugungi kunda moddiy emas, balki ijtimoiy va psixologik muammolar birinchi o'ringa chiqmoqda. Mehribonlik uylarida yashaydigan bolalar, afsuski, kelajakdagi hayotlarida har kuni ko'radigan modelni takrorlaydilar - bo'ysunishga asoslangan aloqalar, kattalarga qaramlikning qat'iy vertikalligi, avtoritar tizimning hukmronligi.

Bu o'rinda biz mehribonlik uylarida savodsiz, mehrsiz odamlar ishlaydi, demoqchi emasmiz. Yo'q, ko'pincha tarbiyachilar bolalarni yaxshi ko'rishadi, ularga oilaning o'rnini bosishga, mamlakatning to'laqonli fuqarolari bo'lishiga yordam berishga harakat qilishadi. Afsuski, ular ishining mavjud tizimining o'zi tarbiyalanuvchilarni mutlaq intizomga, kattalarning talablariga bo'ysunish va bajarishga yo'naltiradi. Bolalarning faolligi esa ko'pincha aks-sado bermaydi, chunki uni qo'llab-quvvatlash uchun sharoitlar yo'q. O'z faoliyati uchun maqtovning yo'qligi mehribonlik uyi tarbiyalanuvchilarida hissiyotni shakllantiradi, xulq-atvorni doimiy nazorat qilish esa ularni hamma narsani kerakli, kattalar talab qilganidek qilishga majbur qiladi. Bu "sovuqlik," rasmiyatchilik muhitini yaratadi, xavotir, qo'rquv, tajovuzkorlik hissini uyg'otadi[7, 146 b].

Bugungi kunda yetim bolaning ijtimoiy moslashuvi, reabilitatsiyasi, ijtimoiylashuvi va shaxsning har tomonlama rivojlanishi nuqtai nazaridan uning oldida turgan qiyinchiliklar va muammolarni bartaraf etishga qaratilgan chora-tadbirlar tizimini ishlab chiqish mehribonlik uyida ishlaydigan kuzatib borish xizmati mutaxassislarining asosiy vazifalaridan biridir.

Hamrohlik xizmatlari yetim bolalarning ehtiyojlarini qondirish uchun tashkil etiladi. Bunday xizmatlar Mehribonlik uylari tarbiyalanuvchilarini kelgusida mustaqil hayotga tayyorlash, ota-onasi bor tengdoshlari jamiyatiga, normal rivojlanayotgan bolalar muhitiga integratsiyalash bo'yicha aniq chora-tadbirlarni amalga oshirishni nazarda tutadi.

Xulosa. O'zbek jamiyatida yetim bolalar va ota-ona qaramog'idan mahrum bo'lgan bolalarning ijtimoiy moslashuvi o'ziga xos xususiyatlarga ega. Milliy qadriyatlar, mahalla institutlari va qarindoshlik rishtalari tufayli bunday bolalarning aksariyati mehribonlik uylari o'rniga vasiy oilalarda tarbiyalanadi. Bu, bir tomondan, bolaning o'ziga tanish muhitda voyaga yetishini ta'minlasa-da, boshqa tomondan, ayrim hollarda psixologik qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi yoki tarbiya jarayonida shaxsiy rivojlanish imkoniyatlarining cheklanishi kabi muammolarni keltirib chiqaradi.

Mehribonlik uylarida tarbiyalanayotgan bolalar esa, odatda, intizom va rasmiy tartib ustuvor bo'lgan muhitda voyaga yetadi. Bu ularning mustaqil hayot ko'nikmalarini, tashabbuskorligini va ijtimoiy moslashuvchanligini rivojlantirishda cheklovlar yaratadi. Statistik ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, mehribonlik uyidan chiqqan bitiruvchilar hayotga moslashishda, oila qurishda va kasbiy faoliyatda qiyinchiliklarga ko'proq duch keladi.

Shunday ekan, yetim bolalarning ijtimoiy moslashuvini ta'minlash uchun davlat siyosati, mahalla qo'llab-quvvatlashi va psixologik reabilitatsiya tizimi o'zaro uyg'un ishlashi zarur. Vasiy oilalarda ham, mehribonlik uylarida ham bolaning shaxsiy tashabbusini rag'batlantirish, mustaqillik va hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirish, emotsional qo'llab-quvvatlash muhitini yaratish asosiy vazifalardan biri bo'lishi lozim. Faqatgina kompleks, milliy an'analarga mos va psixologik jihatdan asoslangan yondashuvgina yetim bolalarning jamiyatga muvaffaqiyatli integratsiyasini ta'minlay oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Abdullaeva N. Ijtimoiy moslashuv va shaxs rivojlanishi. - Toshkent: Fan va texnologiya, 2018. - 212 b.
2. Masten, A.S., & Reed, M.G.J. Resilience in Development. In: Snyder, C.R., Lopez, S.J. (eds). Handbook of Positive Psychology. - Oxford: Oxford University Press, 2002. - pp. 74–88.
3. Qodirova, D. Mehribonlik uylari tarbiyalanuvchilarining ijtimoiy moslashuvi. - Toshkent: O'zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti, 2021. - 198 b.
4. UNICEF. The State of the World's Children 2023. - New York: UNICEF, 2023. - 210 p.
5. Бронфенбреннер У. Экология развития человека. - М.: Прогресс, 1986. - 360 с.
6. Дюркгейм Э. Социология образования. - М.: Педагогика, 1996. - 320 с.
7. Воробьёва И.В. Социально-психологическая адаптация детей-сирот. - М.: Академия, 2015. - 184 с.

Rasulov Abdimumin Ibragimovich
Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy universiteti
Psixologiya kafedrasi professori, psixologiya fanlari doktori (DSc)

SHAXS PSIXODIAGNOSTIKASI METODIKALARINING ILMIY-AMALIY ASOSLARI VA MAHALLIY MUHITGA MOSLASHTIRISH MUAMMOLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada shaxs psixodiagnostikasi sohasida qo'llanilayotgan metodikalarning ilmiy va amaliy jihatdan asoslanganligi, ularning zamonaviy psixometrik talablarga qanchalik mos kelishi atroflicha tahlil qilingan. Shu bilan birga, mazkur metodikalarni mahalliy – ya'ni O'zbekistondagi ijtimoiy-madaniy muhitga moslashtirishda yuzaga kelayotgan uslubiy va amaliy muammolar ochib berilgan. Tadqiqot doirasida O'zbekistondagi turli bosqichdagi psixolog kadrlarining kasbiy tayyorgarlik darajalari va ularning amalda psixodiagnostik vositalardan foydalanish ko'nikmalari empirik asosda o'rganildi. Tadqiqot natijalari mahalliy sharoitda xalqaro metodikalarni tatbiq etishda e'tibor qaratilishi lozim bo'lgan jihatlarni aniqlash imkonini berdi. Xususan, madaniy moslashtirishda tarjima sifati, normalashtirish jarayoni va baholash mezonlariga oid muammolar aniqlandi. Ushbu tahlillar asosida amaldagi muammolarni hal etish va psixologlarning kasbiy tayyorgarligini takomillashtirishga qaratilgan takliflar ilgari surildi.*

Kalit so'zlar: *psixodiagnostika, psixometrik mezonlar, madaniy moslashtirish, psixolog tayyorgarligi, metodika bahosi*

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ МЕТОДИК ПСИХОДИАГНОСТИКИ ЛИЧНОСТИ И ПРОБЛЕМЫ ИХ АДАПТАЦИИ К МЕСТНОЙ СРЕДЕ

Аннотация. *В данной статье рассматриваются научно-практические основы использования методик в области психодиагностики личности, а также их соответствие современным психометрическим критериям. Особое внимание уделено проблемам адаптации зарубежных диагностических методик к социокультурной среде Узбекистана. В рамках исследования эмпирически изучены уровни профессиональной подготовки психологов на разных этапах их карьеры и их навыки применения психодиагностических инструментов на практике. В процессе анализа выявлены методические и практические трудности, возникающие при культурной адаптации опросников, включая вопросы перевода, нормализации и интерпретации результатов. Полученные данные позволили предложить конкретные рекомендации по совершенствованию профессиональной подготовки специалистов в области психологии и более эффективному внедрению диагностических инструментов в местную практику.*

Ключевые слова: *психодиагностика, психометрия, культурная адаптация, профессиональная подготовка, оценка методик*

SCIENTIFIC AND PRACTICAL FOUNDATIONS OF PERSONALITY PSYCHODIAGNOSTIC METHODS AND CHALLENGES OF THEIR ADAPTATION TO THE LOCAL CONTEXT

Abstract. *This article analyzes the scientific and practical foundations of personality psychodiagnostic methods and evaluates their compliance with modern psychometric standards. Particular emphasis is placed on the methodological and practical challenges associated with adapting these methods to the socio-cultural context of Uzbekistan. Within the scope of the study, the professional training levels of psychologists at various stages and their practical skills in using psychodiagnostic tools were empirically assessed. The research identifies key difficulties in the cultural adaptation process of questionnaires, including translation quality, normalization procedures, and interpretation criteria. Based on the findings, practical recommendations are*

proposed to enhance the professional training of psychologists and improve the applicability of diagnostic tools in local settings.

Keywords: *psychodiagnostics, psychometric criteria, cultural adaptation, psychologist training, method evaluation.*

Kirish. Bugungi kunda dunyoda psixologik testlar shaxsni baholashning muhim vositasiga aylangan bo'lsa-da, psixodiagnostika sohasi tizimli inqirozni boshdan kechirmoqda. Bunga sabab - Texnologiyalarni xalqaro baholash markazi (ACT International), Xalqaro test markazi (ITC), Amerika psixologlar assotsiatsiyasi (APA), Britaniya psixologlar jamiyati (BPS), Yevropaning psixologlar federatsiyasi (EFPA) kabi nufuzli tashkilotlar tomonidan ishlab chiqilgan standartlarga mos testlarning yetarlicha ishlab chiqilmayotganligidir. Bu holat shaxs psixodiagnostikasini yanada takomillashtirish, zamonaviy ilmiy yondashuvlar va test metodikalarini joriy etishga ehtiyoj ortib borayotganidan dalolat beradi. Shaxs psixodiagnostikasi yo'nalishidagi tadqiqotlarda shaxs so'rovnomalarini yaratish texnologiyalari, ularning psixometrik mezonlari, shaxs psixodiagnostikasining tushunchalar apparati va tadqiqot metodlari, davlat xizmati xodimlarini diagnostikasining akmeologik konsepsiyasi, shaxs psixodiagnostikasi va psixosemantikasi, psixologik test usuli va ularni takomillashtirish masalalari bo'yicha izlanishlar olib borilmoqda. Shaxs psixodiagnostikasi metodikalarining mahalliy muhitga moslashtirishda, testlarning natijalarini qayta ishlash tizimini unifikatsiyalashda mutaxassislar kasbiy tayyorgarlik darajasining rolini oshirish va ularning faoliyati samaradorligi mezonlarini aniqlash, alohida tadqiqot muammosi sanaladi.

II.Tadqiqot maqsadi. Psixologlarning kasbiy tayyorgarlik darajasiga ko'ra shaxs psixodiagnostikasi metodikalarining ilmiy-amaliy asoslarini ta'minlash usullari, tamoyillari va talablari bo'yicha bilim, ko'nikma va malakalarini empirik jihatdan asoslash hamda shaxs so'rovnomalarini mahalliy muhitda tadbiq etish istiqbollari yuzasidan tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

III. Metodologiya. Jahon psixologiyasida shaxsni psixologik baholash yuzasidan o'ziga xos bir tizim shakllangan bo'lib, mazkur tizim tarkibiga kiruvchi metodikalar esa psixologiya fanida yetarlicha nufuzga ega. Mumtoz shaxs psixodiagnostikasi metodikalarining tarixiy ildizi masalasi psixologik tadqiqotlarda alohida tizimga ega. Shaxs psixodiagnostikasi muammolarini tadqiq etish holatini ikki jihatdan ajratib ko'rsatish mumkin bo'ladi. Birinchisi, shaxs psixodiagnostikasiga doir izlanishlar olib borilganligi. Bunga ilk shaxslilik so'rovnomalarining yaratilishi bilan bog'liq izlanishlarni kiritish mumkin (E.Krepelin (1892), K.Yung (1906), G.Kent va A.Rozanovlar (1910) tomonidan takomillashtirilgan), ilk shaxs so'rovnomasining R.S.Vudvorts (1917), L.Marston (1924) tomonidan yaratilganligini izohlab o'tish mumkin [7, 8, 9, 13].

Ikkinchisi, shaxs psixodiagnostikasiga doir tadqiqotlar va yaratilgan adabiyotlarning bir yo'nalishi xorijiy psixologiyada shakllantirilgan metodikalarning tafsilotiga bag'ishlangan bo'lib, ular salmog'i quyidagi metodikalarning mavjudligi bilan xarakterlanadi (S.Lunin; Ye.E.Mironova, M.P.Miroshnikov, Ye.D.Sokolova) [7]. Bu borada MMRI (Minnesota Multiphase Personality Inventory) va uning modifikatsiyalari, shaxs individual psixologik xususiyatlarini tadqiq etishga mo'ljallangan L.N.Sobchikning "Shaxsni tadqiq etishning standartlashtirilgan metodikasi (SMIL)" [24, 25, 26], M.P.Miroshnikov, Ye.D.Sokolov va F.B.Berezinlarning shaxsni atroflicha o'rganish metodikasi (MMIL) [7], G.Ayzenkning shaxsni tadqiq etish metodikalari (EPI, EPQ, PEN) [2, 10, 11], katta yoshdagilar bilan ishlashga mo'ljallangan ko'p omilli shaxs so'rovnomasi (Dj.Gouxning "Kaliforniya psixologik so'rovnomasi" (CPI)), I.Farenbergning "Shaxsni o'rganishning Frayburg so'rovnomasi" (FRI), L.N.Sobchikning "Individual-psixologik so'rovnomasi" (ITOL), Mayers-Briggsning "K.Yung tipologiyasi bo'yicha shaxslarning tasniflash uchun shaxs tipologik indikatorini tadqiq etish so'rovnomasi" (MVTI), shaxslararo munosabat xususiyatlarining o'rganish bo'yicha T.Liri, R.L.Laforje, R.F.Sucheklarning "Shaxslararo munosabatni diagnoz qilish so'rovnomasi", shaxsdagi aksentuatsiyalarning diagnostika qilish metodikasi (K.Leongard), aksentuatsiya tiplarini

yoritish uchun Shmishek so'rovnomasi (K.Leongard bo'yicha), A.E.Lichkoning "O'spirinlardagi aksentuatsiya tiplarini tadqiq etish so'rovnomasi" mavjudligi belgilab beradi[2, 3, 4, 5, 6, 11, 12].

Bir qator tadqiqotlar esa shaxs psixodiagnostikasining ilmiy apparatini shakllantirish masalalariga bag'ishlangan (A.Anastazi, S. Urbina, L.F.Burlachuk, A.G.Shmelev) [27, 28, 29, 30], ikkinchi yo'nalishda esa, bola shaxsi diagnostikasiga doir metodikalar tafsiloti aks etgan (A.L.Venger, D.Dileo) [10]. Shaxs psixodiagnostikasining alohida bir tarmog'i esa, proektiv metodikalarni tatbiqiga bag'ishlangan (M.Lyusher, K.Maxover) [18, 19, 20]. Rus olimlari shaxs psixodiagnostikasining muhim jihatlarini o'rganishga e'tibor qaratganlar: individual tafovutlar nazariyasi va psixodiagnostikasi (L.N.Sobchik, 1999) [23, 24, 25], hayot yo'lining sub'ektiv timsoli psixologik tadqiqoti, diagnostikasi va korreksiyasi predmeti sifatida (A.A.Kronik, 1995) [15], shaxs psixodiagnostikasi va psixosemantikasi (A.G.Shmelev, 1994) [27, 28, 29. 30], aqliy qobiliyatlar diagnostikasining nazariy asoslari (V.N.Drujinin, 1991) [11, 12], shaxs psixodiagnostikasining tushunchalar apparati va tadqiqot metodlari (L.F.Burlachuk, 1989) [8, 9, 10].

O'zbekistonlik olimlar tomonidan shaxs psixodiagnostikasi masalasiga bag'ishlangan izlanishlari salmog'i kam. O'zbek psixologiyasining yetakchi olimlari E.G'.G'oziev [33], "Shaxsning fidoiylik xususiyatlarini o'rganish" so'rovnomasi, "Iqtidorli bolalarning birlamchi tanlovi metodikalari" (B.R.Qodirov) [31], G'.B.Shoumarov, V.M.Karimovalar diagnostikaning ijtimoiy psixologik jabhalarini o'rganishga [14, 26], Z.T.Nishonovaning ishlari shaxs psixodiagnostikasiga doir metodikalarni psixologik tadqiqotlarda qo'llash xususiyatlariga bag'ishlangan [21, 22]. Shuningdek, kasbiy tashxis metodikalarini mahalliy muhitga moslashtirish yo'nalishida B.R.Qodirov va K.B.Qodirovlarning izlanishlari ahamiyatlidir [33].

Tadqiqotlar natijalari tahlili shuni ko'rsatadiki, shaxs psixodiagnostikasi metodikalarining ilmiy-amaliy asoslarini tadqiq etishda, metodikalarni moslashtirishda mutaxassislarning kasbiy tayyorgarlik darajasi, psixometrik mezonlardan xabardorlik darajasi, metodikalar natijalarini qayta ishlash tizimini unifikatsiyalash ko'nikmalarini aniqlash yondashuvi nisbatan kam o'rganilgan.

IV.Metodlar. Tadqiqotda shaxs psixodiagnostik metodikalarining mahalliy tadqiqotlarda tatbiq qilinganlik holatini aniqlashda, faktologik tahlil usuli, psixologlarning shaxs psixodiagnostikasi metodikalarining ilmiyligini ta'minlash bo'yicha kasbiy tayyorgarlik darajalarini aniqlashda "Psixologlarning shaxs psixodiagnostikasi metodikalarini tatbiq etishga tayyorlik holatini baholash" shkalasidan; tadqiqotdan olingan natijalarni qayta ishlashda va xulosalarning ishonchliligini matematik-statistik jihatdan ifodalovchi, ya'ni o'zaro bog'liq bo'lmagan tanlanmalar orasidagi tafovutlarning ahamiyatini student t-mezoni, Kruskal-Uollis N-mezonlaridan foydalanildi.

Tadqiqotda O'zbekiston Milliy universiteti, Toshkent davlat pedagogika universiteti va O'zbekiston xalqaro islom akademiyasining "Psixologiya" ta'lim yo'nalishi talabalaridan iborat 334 nafar, O'zbekiston Milliy universitet huzurida Pedagogik kadrlarni qayta tayyorlash mintaqaviy markazining "Psixologiya" yo'nalishi tinglovchilaridan iborat 49 nafar, ta'lim muassasalari psixologlaridan iborat 67 nafar jami 565 nafar respondentlar jalb etildilar.

VI.Natijalar tahlili. Tadqiqotda shaxs psixodiagnostikasining muhim jihatlari, shaxs to'g'risida ma'lumot olish usullari va tadqiqot maqsadlarida qo'llanilayotgan metodikalarning tasniflash mezonlari, shaxs psixodiagnostikasi metodikalarining psixometrik tamoyillari, mezonlari va ularning aniqlash holatida kasbiy tayyorgarlik jarayonining ahamiyati masalalari, psixodiagnostika metodikalarning o'zaro aloqadorlikda qo'llash xususiyatlarini belgilash masalasi tahlil etilgan.

Tadqiqotda shaxs psixodiagnostikasi metodikalarini amaliyotda qo'llashda mutaxassislarning kasbiy tayyorgarligida psixometrik tamoyillarga tayanishi, ulardan xabardor bo'lishi va ta'minlash imkoniyatlarining belgilashlari, psixodiagnostika metodikalarini ilmiy-amaliy jihatlari asosida shaxs haqida ma'lumot olishi hamda psixologlarning test va so'rovnomalar bilan ishlash kasbiy ko'nikma va malakalarini ajralmas qismi ekanligini asoslagan (1-jadval).

1-jadval.

Shasx to'g'risida ma'lumot olish usullari bo'yicha psixologlarning kasbiy tayyorgarlik bosqichlari ko'rsatkichlari

№	Mezonlar	"Psixologiya" ta'lim yo'nalishi talabalari (N=334)	t	Ta'lim muassasa-lari psixolog-lari (N=67)	t	"Psixologiya" yo'nalishi tinglov-chilari (N=49)	t
1	L-ma'lumot olish usuli	3,56	1,58	2,89	4,41***	4,86	2,37*
2	Q-ma'lumot olish usuli	3,14	1,32	2,72	3,54**	4,25	2,13*
3	T-ma'lumot olish usuli	2,37	1,62	1,66	4,35***	3,46	2,22*

Izoh: * p≤0,05; ** p≤0,01; *** p≤0,001.

Jadvalda shaxs psixodiagnostikasida qo'llanilayotgan ma'lumot olish usullarini tasniflashda ma'lumot olish usullarining ahamiyatlilik darajasi "Psixologiya" ta'lim yo'nalishi talabalarining kasbiy tayyorgarlik jarayonida ma'lumotlanishi hamda "Psixologiya" ta'lim yo'nalishida faoliyat olib borayotgan professor-o'qituvchilari va umumta'lim maktablari psixologlari faoliyatida foydalanish holati tadqiq etildi.

Buning uchun tadqiqot respondentlarning faoliyati uchta komponent asosida tahlil qilindi. Buning uchun ularning: 1) shaxs to'g'risida ma'lumot olish usullari; 2) shaxsni o'rganish so'rovnomalari tasnifi va 3) psixodiagnostik metodikalarning psixometrik mezonlarining bilishi va amaliyotga qo'llash qoidalaridan xabardorligi tadqiq etildi. Shunga asosan respondentlarning kasbiy tayyorgarlik bosqichlariga ko'ra reytingi aniqlandi.

Tadqiqot respondentlarining kasbiy tayyorgarlik darajasiga ko'ra shaxs to'g'risida ma'lumot olish usullaridan xabardorlik ko'rsatkichlari bo'yicha tafovutlar kuzatildi. "Psixologiya" yo'nalishi tinglovchilari "L-ma'lumot olish usuli" bo'yicha kasbiy tayyorgarlik darajalari (4,86) psixologiya ta'lim yo'nalishi talabalaridan (3,56; r≤0,05) va ta'lim muassasasi psixologlaridan (2,89; r≤0,001) tafovutlanishi kuzatildi. Bu esa barcha yo'nalish tinglovchilari ma'lumot olish usulini tushunishi, bilishi va qo'llash mumkinligidan dalolat bermoqda. "Psixologiya" ta'lim yo'nalishi tinglovchilari shaxsni tadqiq etishda "L-ma'lumot olish usuli"ni tahlil qilish va natijalarni sintezlash darajasiga o'sib o'tganlar.

"Q-ma'lumot olish usuli" bo'yicha olingan natijalar ham "Psixologiya" yo'nalishi tinglovchilari "Q-ma'lumot olish usuli" bo'yicha kasbiy tayyorgarlik darajalari (4,25) psixologiya ta'lim yo'nalishi talabalaridan (3,14; r≤0,05) va ta'lim muassasasi psixologlaridan (2,72; r≤0,001) tafovutlanishi aniqlandi. Ammo tadqiqot usulini natijalarini baholash bo'yicha respondentlarning yetarlicha tajribaga ega emasligi kuzatildi.

Ularning kasbiy tayyorgarligida "T-ma'lumot olish usuli" oldingi ikki usuldagi singari respondentlarning ko'rsatkichlarida tafovutlanish mavjud. "T-ma'lumot olish usuli" bo'yicha har uchala toifa respondentlarda ham pasayish kuzatilishi, ularning usul haqida bilishlari, uni tushunishlari va foydalanish bilan cheklanishlarini ko'rsatmoqda. Ular shaxsni psixodiagnostikasiga doir metodikalardan foydalanadilar, ammo ularning baholash indikatorlarini shakllantirish va mazmunan baholashga tayyor emasliklarini anglatadi.

Shuningdek, tajribada respondentlarning shaxs so'rovnomalarini tasnifi bo'yicha kasbiy tayyorgarlikda xabardorligi va bilishlari darajasini ifodalab beriladi (2-jadval).

2-jadval.

Shaxs so'rovnomalari tasniflaridan xabardorligini psixologlarning kasbiy tayyorgarlik bosqichlari bo'yicha ko'rsatkichlari

№	Ko'rsatkichlar	"Psixologiya" ta'lim yo'nalishi talabalari (N=334)	t	Ta'lim muassasalari psixologlari (N=67)	t	"Psixologiya" yo'nalishi tinglov-chilari (N=49)	t
1	Shaxs qirralarining o'rganish so'rovnomalari	2,52±1,02	2,18*	1,77±0,73	2,57	3,98±1,41	2,65**
2	Qadriyatlarning o'rganish so'rovnomalari	2,11±0,98	2,23*	1,61±0,53	1,55	3,18±1,27	3,37***
3	Qiziqishlarning o'rganish so'rovnomalari	2,67±1,07	0,45	2,53±0,88	2,33*	3,55±1,01	2,07*
4	Ustanovkalarning o'rganish so'rovnomalri	0,72±0,38	0,50	0,61±0,41	0,62	1,05±0,87	0,98
5	Motivatsiyaning o'rganish so'rovnomalari	3,09±1,07	1,54	2,36±0,97	1,45	3,36±1,33	1,38

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

Respondentlarning kasbiy faoliyat bosqichiga ko'ra shaxs so'rovnomalarini tasnifi bo'yicha olingan empirik ko'rsatkichlar "Psixologiya" yo'nalishi tinglovchilari talabalar va ta'lim muassasasi psixologlariga nisbatan ustuvor ko'rsatkichni aks ettirgan. Ammo ko'rsatkichlarning bir jihati esa ularning ham shaxs so'rovnomlari tasnifi bo'yicha xabardorligi "Shaxs qirralarining o'rganish so'rovnomasi" bo'yicha boshqa tip so'rovnomalariga qaraganda yuqoriroq natija olgan (3,98; $r \leq 0,001$). Ko'rsatkich yuqori bo'lganligi bilan respondentlarning so'rovnomalarni tasnifi bo'yicha kasbiy tayorgarlik darajalari bilish, tushunish va qo'llash darajalari bilan cheklanmoqda. "Ustanovkalarning o'rganish so'rovnomalari" bo'yicha ko'rsatkichlari respondentlarning barcha toifalari uchun past ekanligini guvohi bo'lindi: talabalar (0,72), ta'lim muassasasi psixologlari (0,61) va tinglovchilar ko'rsatkichlari (1,05) bilish darajasi bilan cheklangan. Ayrim tinglovchilar "Ustanovkaning o'rganish so'rovnomalari" haqida xabardor bo'lsalar-da, ammo ularni qo'llash xususida aniq ma'lumotlarga ega emasliklarini anglatadi.

Tadqiqotning o'ziga xos jihatidan biri respondentlarlarni shaxs psixodiagnostikasi metodikalarining ilmiyligini ta'minlashda psixometrik mezonlar bo'yicha tayyorgarlik darajalarini o'rganishga e'tibor qaratilgan. Natijada tinglovchilarning psixodiagnostik metodikalarning psixometrik mezonlarini bilishi yuzasidan o'tkazilgan tajriba-sinov natijasiga ko'ra quyidagi ko'rinishdagi natijalar qo'lga kiritildi (3-jadval).

Ushbu o'rinda psixologik kasbiy tayyorgarlikning qaysi bosqichidan qat'iy nazar psixodiagnostika metodikalari ilmiyligi mezonlari bo'yicha bilimlarni o'zlashtirganlik mutaxassislar o'rtasida hech qanday tafovut hosil qilmaydi degan farazni ilgari surdik. Ushbu farazni tekshirishdagi statistik mezonlar esa farazning isbotlamaganligini ko'rsatdi. Psixologlarning psixodiagnostik metodikalarning ilmiyligini ta'minlovchi mezonlari bo'yicha kasbiy tayyorgarlik darajalari "shart-sharoitlarni standartlashtirish", "ishonchlilik", "validlik", reprezentativlik shkalalari ko'rsatkichlarida har uchala yo'nalish respondentlari o'rtasida ($U=35,89$, $p<0,01$) tafovut mavjudligi aniqlandi.

3-jadval.

Psixologlarning kasbiy tayyorgarlik darajasiga ko'ra psixodiagnostika metodikalari ilmiyligini ta'minlovchi psixometrika mezonlaridan foydalanish darajalari bo'yicha ko'rsatkichlari

№	Ko'rsatkichlar	Kasbiy tayyorgarlik darajasi bo'yicha o'rtacha rang			Kraskel–Uollis mezoni	Ahamiyatlilik darajasi (p)
		"Psixologiya" ta'lim yo'nalishi talabasi N=334	Ta'lim muassassi psixologi N=67	"Psixologiya" yo'nalishi tinglovchisi N=49		
1	Shart-sharoit va natijalarni standartlashtirish	232,51	154,96	293,53	35,89	0,000 **
2	Ishonchlilik	293,53	178,78	252,50	12,73	0,002**
3	Validlik	252,50	167,93	269,83	21,84	0,000**
4	Reprezentativlik	234,96	143,41	292,19	44,37	0,000**

Izoh: **-p≤0,01.

Aslida kasbiy tayyorgarlikning barcha bosqichlari uchun psixometrik mezonlar yordamida metodikalar ilmiyligini ta'minlash tadbirlari amalga oshira olish kerak. Ammo kasbiy tayyorgarlikdan so'ngra metodikalar ilmiyligini ta'minlash bo'yicha yetarlicha tadbirlarda ishtirok etmaslik mavjud bilim, ko'nikma va malakalarning susayishiga sabab bo'lar ekan.

Respondentlarning "shart-sharoitlar va natijalarni standartlashtirish" singari psixodiagnostik metodikalarning "ishonchliligi"ni (U=12,73, p<0,01); "validligi"ni (U=21,84, p<0,01) va "reprezentativ tanlanmalar"ni (K=44,37, p<0,01) ta'minlashdan ham "Psixologiya" ta'lim yo'nalishi tinglovchilari bu borada o'z tajribalari jihatidan talabalar va ta'lim muassasasi psixologlaridan ustuvor ekanliklari aniqlandi. Bu esa "Psixologiya" ta'lim yo'nalishi tinglovchilari ilmiy tadqiqot ishlari ishtiroki hamda shu yo'nalishda o'quv mashg'ulotlar olib borishlari metodikalarning ilmiyligini ta'minlash bo'yicha tadbirlarni yuqoriroq o'zlashtirganliklaridandir. Tayyorgarlikni dastlabki bosqichidayoq metodikalar bilan ishlash ko'nikmalarini shakllantirishga erishganliklaridan dalolat bermoqda. Respondentlarning so'rovnomalar bilan ishlash ko'nikmalari maksimal darajada namoyon bo'lmadi. Ko'nikmalar respondentlar (talabalar) kasbiy kamolotning keyingi bosqichlarida va metodikalarni amaliyotda qo'llashga to'liq kirishgan vaqtidagina yaxshiroq ko'rinish olishi mumkin.

Talabalarning so'rovnomalar bilan ishlash ko'nikmalarining eng past ko'rsatkichi "shaxs so'rovnomalarining qo'llash va ularning natijalarini talqin etish" mezoni bo'yicha kuzatildi. Bu holatga "Umumiy psixodiagnostika" fani bo'yicha belgilangan amaliy mashg'ulotlarda talabalar tomonidan bajarilgan amaliy ishlarning natijalarini talqin etishdagi xulosalarida ham ko'p bora duch kelingan. Bundan ko'rinadiki, shaxsning o'rganish so'rovnomalarini amaliyotda qo'llash va uni natijalarini psixologik talqin etish uchun talabalar shaxs nazariyalari, metodikalarning konseptual asoslarini ifodalovchi bilimlarni chuqurroq o'zlashtirishlari lozim ekan.

Tadqiqotda shaxsni o'rganish so'rovnomlarining bir madaniy muhitdan boshqa madaniy muhitga moslashtirishga doir izlanish olib borilgan. Natijada R.B.Kettellning 16RG' so'rovnomasining 13RG' so'rovnoma shakli, R.Mak-Kray va P.Kostalarning "Katta beshlik (Big 5)" so'rovnomasi, V.M.Melnikov va L.T.Yampolskiyning "Psixodiagnostik test"ining va boshqa so'rovnomalarning moslashtirish yuzasidan dastlabki bosqich izlanishlar bo'yicha ma'lumotlar bayon etilgan. Tadqiqotning ushbu bosqichida respondentlarning metodikalarni moslashtirish bosqichlarini tahlil qilish xususiyatlari "yuqori", "o'rta" va "quyi" darajalar bo'yicha tahlil qilish ko'nikmalari o'rganilgan. So'ngra ularning ishtirokida shaxs so'rovnomalarining moslashtirish bo'yicha ishlar amalga oshirilgan. Tajribada ishtirok etgan respondentlarning psixodiagnostik

metodikalari (shaxsni o'rganish so'rovnomalari) bo'yicha moslashtirish ko'rsatkichlari 4-jadvalda taqdim etilgan.

Psixologlar faoliyat yo'nalishining turli bosqichlarida psixodiagnostik metodikalardan foydalanishda boshqa madaniy muhitdagi metodikalarni (shaxslilik so'rovnomalari) milliy muhitga moslashtirish masalasi yuqori darajali ilmiy-tadqiqotchilik ko'nikma va malakalarini taqozo etadi. Tadqiqot natijalariga ko'ra respondentlarning "Metodikalarning tarjima qilish" mezoni bo'yicha "Psixologiya" ta'lim yo'nalishi talabalari (U=84,29), ta'lim muassasasi psixologi (U=85,94), "Psixologiya" yo'nalishi tinglovchisi (U=121,08; p<0,05); "Metodikaning tarjimalari o'rtasidagi ekvivalentlikni ta'minlash" mezoni bo'yicha "Psixologiya" ta'lim yo'nalishi talabalari (U=94,33), ta'lim muassasi psixologi (U=57,04), "Psixologiya" yo'nalishi tinglovchisi (U=124,0; p<0,05) o'rtasida ahamiyatli farqlar aniqlandi; "Metodikaning

4-jadval.

Respondentlarning shaxs psixodiagnostikasi metodikalarini moslashtirish bosqichlaridan xabardorlik darajalari ko'rsatkichlari

№	Ko'rsatkichlar	Kasbiy tayyorgarlik darajasi bo'yicha o'rtacha rang:			Kraskel–Uollis mezoni	Ahamiyat-lilik darajasi (p)
		"Psixologiya" ta'lim yo'nalishi talabasi N=102	Ta'lim muassassi psixologi N=40	"Psixologiya" yo'nalishi tinglovchisi N=42		
1	Metodikani tarjima qilish	90,36	88,50	121,08	37,33	0,000 **
2	Metodikaning tarjimalari o'rtasidagi moslikni ta'minlash	94,33	57,04	124,00	16,68	0,000**
3	Metodikalarning asli bilan eksperimental tajribasidagi shkalalarni ekvivalentligini tekshirish	60,38	50,21	61,0	7,96,	0,427
4	Yangi shkalalarni o'rnatish va mahalliy tanlanmalar bo'yicha mos me'yorlarni to'plash	60,29	48,55	65,07	16,04	0,521

Izoh: ****** – p<0,001.

Asli bilan eksperimental tajribasidagi shkalalarining ekvivalentligini tekshirish" mezoniga ko'ra psixologiya ta'lim yo'nalishi talabalari (U=60,38), ta'lim muassasi psixologi (U=50,21), psixologiya yo'nalishi tinglovchisi (U=61,0); "Yangi shkalalarni o'rnatish va mahalliy tanlanmalar bo'yicha mos me'yorlarni to'plash" mezoni bo'yicha ham psixologiya ta'lim yo'nalishi talabalari (U=60,29), ta'lim muassasi psixologi (U=48,55), psixologiya yo'nalishi tinglovchisi (U=65,07) o'rtasida tafovut kuzatilmadi.

Tajriba-sinov natijalari respondentlarda so'rovnomalarning moslashtirish mezonlarini ta'minlash darajasini o'sishiga qarab ko'nikmalarini amaliy ahamiyati susayotganligi ko'rsatmoqda. Bu esa jahon psixologiyasi tajribalarida ko'rsatilgan holatdagi singari psixodiagnostika metodikalarini ishlab chiquvchi, ularning madaniy muhit doirasida yoki bir madaniy muhitdan boshqa bir madaniy muhit chegarasida moslashtirishni yuksak kasbiy tayyorgarlik darajasida amalga oshiruvchilar yo'q ekanligining bir amaliy holati sifatida tasdiqlaydi.

Tajribadagi o'ziga xos empirik ko'rsatkichlardan biri so'rovnomalarning moslashtirishda tasdiq-mulohaza va savollarining ichki muvofiqligini ta'minlash tadbirini amalga oshirilganligida o'z aksini topgan. Ushbu tadbirda respondentlarning tajriba-sinovga jalb etish orqali R.B.Kettellning

13RG' so'rovnomasining o'zbek muhiti uchun moslashtirilgan shaklidagi savolnomasining ishonchlilik va ichki muvofiqlik darajasi sinovdan o'tkazildi. Buning uchun ishonchlilikni aniqlashning retest qoidasi va Kronbax koeffitsienti bo'yicha so'rovnoma omillarining ichki muvofiqlik darajasini ta'minlash tadbiri amalga oshirildi (5-jadval).

5-jadval

13 RG' so'rovnomasining ishonchlilik darajasini aniqlash natijalari

№	Omillar		Retest natijalari (r)
1	B	Intellektuallik	0,671**
2	C	Emotsional barqarorlik	0,793**
3	E	Dominantlik	0,596**
4	H	Sotsial munosabatlarga kirishimlilik	0,692**
5	G	Axloqiy me'yorlarga bo'ysunuvchanlik	0,763**
6	I	Xissiy sezgirlik	0,772**
7	L	Shubxalanuvchanlik	0,596**
8	N	Diplomatik yondashuvchanlik	0,589**
9	O	Xavotirlanish	0,770**
10	Q_1	Yangilikka sezgirlik	0,787**
11	Q_2	Mustaqillik	0,793**
12	Q_3	O'zini tartibga solish	0,693**
13	Q_4	Zo'riqqanlik	0,595**

Izoh:**-r≤0,01

So'rovnomani moslashtirishning retest qoidasi bo'yicha natijalar quyidagi 7-jadvalda keltirilgan bo'lib, retest bir yarim oylik vaqt oralig'ida o'tkazilgan so'rovnomaning ko'rsatkichlari o'rtasidagi korrelyasiya koeffitsientlari quyidagicha: intellektuallik (V) 0,671; emotsional barqarorlik (S) 0,793; dominantlik (D) 0,596; sotsial munosabatlarga kirishimlilik (E) 0,692; axloqiy me'yorlarga bo'ysuvchanlik (G) 0,763; hissiy sezgirlik (I) 0,772; shubhalanuvchanlik (L) 0,589; diplomatik yondashuvchanlik (N) 0,589; xavotirlanish (O) 0,770. Ushbu ko'rsatkichlar metodikani moslashtirishning psixometrik talablarini dastlabki bosqich holatini qoniqtiradi.

So'rovnoma omillari topshiriqlarining ichki muvofiqligi tekshirishda Kronbax koeffitsientiga tayanib, ko'rsatkichlarning xolisligi psixometrika talablari asosida ta'minlandi. Ichki muvofiqlikni ifodalovchi ko'rsatkichlarning ayrimlarini inobatga olmaganda ko'pchilik qiymatlar yuqori ahamiyatlilik koeffitsientlariga ega bo'ldi. Natijalar quyida (6-jadvalda) keltirilgan.

So'rovnomaning moslashtirish jarayonidagi olingan ijobiy ko'rsatkichlar amalga oshirilgan ishning to'laqonli va yakunlangan degan xulosani bermaydi. So'rovnomani birinchi navbatda pilot tadqiqotlar o'tkazish maqsadida tatbiq qilish, ikkinchidan esa psixodiagnostik muammolarni yechish uchun foydalanish muhimdir. So'rovnomani moslashtirish jarayonida erishilgan natijalar kelgusida tadqiqot maqsadida foydalanayotganda uning ahamiyatini ko'rsata olish lozim bo'ladi. Shunday bo'lsa-da, so'rovnomani foydalanish jarayonida uchrashi mumkin bo'lgan eng asosiy kamchiligi javoblarni falsifikatsiyalashdan xoli emasligini unutmaslik lozim.

Ushbu tahlilda Kronbax alfa koeffisienti asosida so'rovnomaning har bir faktori bo'yicha ichki muvofiqlik darajasi baholandi. Kronbax alfa koeffisienti 0,70 yoki undan yuqori bo'lsa - yuqori ishonchlilik, 0,60-0,69 orasida - qoniqarli ishonchlilik, 0,50-0,59 - past ishonchlilik, 0,50 dan past bo'lsa - juda past ishonchlilik sifatida baholanadi.

6-jadval.

13 RG' so'rovnomasi omillarining ichki muvofiqligini tekshirish natijalari

№	Kronbax koeffitsienti bo'yicha so'rovnoma omillarining ichki muvofiqlik darajasi		
	Omillar		O'zbek tili versiyasi
1	B	Intellektuallik	0,714**
2	C	Emotsional barqarorlik	0,531*
3	E	Dominantlik	0,501*
4	H	Sotsial munosabatlarga kirishimlilik	0,678**
5	G	Axloqiy me'yorlarga bo'ysunuvchanlik	0,645*
6	I	Xissiy sezgirlik	0,647*
7	L	Shubhalanuvchanlik	0,700**
8	N	Diplomatik yondashuvchanlik	0,517*
9	O	Xavotirlanish	0,668**
10	Q_1	Yangilikka sezgirlik	0,642**
11	Q_2	Mustaqillik	0,722**
12	Q_3	O'zini tartibga solish	0,579*
13	Q_4	Zo'riqqanlik	0,447*

Izoh: *r≤0,01; **r≤0,01.

1. Intellektuallik (B faktor). Ushbu faktor bo'yicha Kronbax α = 0,714 ko'rsatkichni aks ettirdiyu Bu ko'rsatkich yuqori ishonchlilikni ifoda etadi. So'rovnomaning mazkur bo'limi o'zbek tiliga yaxshi moslashgan va respondentlar tomonidan bir xil tushunilgan. Savollar o'rtasidagi muvofiqlik yuqori.

2. Emotsional barqarorlik (C faktor). Faktorning Kronbax α = 0,531 bo'yicha indeksga ega bo'ldi. Bu past ishonchlilik darajasini ko'rsatadi. Savollar o'zaro bir xil emotsional holatni baholashda muvaffaqiyatli emasligi mumkin. Mazkur faktor qayta ko'rib chiqilishi, savollar tahrirlanishi yoki kontekstual yangilanishi maqsadga muvofiq.

3. Dominantlik (E faktor) (Kronbax α = 0,501). Bu ham past ishonchlilik ko'rsatkichi bo'lib, dominantlik bilan bog'liq savollar o'zaro yetarlicha mos kelmayotganini anglatadi. Mazmun va tarjima nuqtai nazaridan qayta ishlash talab qilinadi.

4. Sotsial munosabatlarga kirishimlilik (H faktor) (Kronbax α = 0,678). Natija qoniqarli ishonchlilik darajasida. Bu faktordagi savollar nisbatan mos, biroq savollar o'rtasidagi munosabatni yanada yaxshilash maqsadida ayrim savollar tahrir etilishi mumkin.

5. Axloqiy me'yorlarga bo'ysunuvchanlik (G faktor) (Kronbax α = 0,645). Qoniqarli darajada. Respondentlar tomonidan umumiy axloqiy tushunchalar bir xil qabul qilingan bo'lsa-da, ayrim savollar turlicha talqin qilingan bo'lishi mumkin. Savollarning aniqligini oshirish kerak.

6. Hissiy sezgirlik (I faktor) (Kronbax α = 0,647). Natija qoniqarli ishonchlilik darajasida. Savollar hissiy holatlarga bog'liq bo'lganligi uchun sub'ektiv yondashuvlar bo'lishi mumkin. Biroz yaxshilash lozim.

7. Shubhalanuvchanlik (L faktor) (Kronbax α = 0,700). Bu yuqori ishonchlilik. Faktor so'rovnomada yaxshi moslashgan. Savollar o'zaro mustahkam muvofiqlikka ega.

8. Diplomatik yondashuvchanlik (N faktor) (Kronbax α = 0,517). Past ishonchlilik. Bu faktor so'rovnomada yaxshi namoyon bo'lmagan. Savollar mazmunida noaniqlik yoki madaniy mos kelmaslik bo'lishi mumkin.

9. Xavotirlanish (O faktor) (Kronbax α = 0,668).Qoniqarli darajada. Xavotirga oid savollar respondentlarda turlicha his-tuyg'ular uyg'otishi mumkin, shuning uchun ba'zi savollar qayta tahrir etilishi mumkin.

10. Yangilikka sezgirlik (Q1 faktor) (Kronbax α = 0,642). Statistik mezon bo'yicha qoniqarli ishonchlilik darajasi. Respondentlarning yangilikka munosabatini baholashda muayyan darajada mos kelgan.

11. Mustaqillik (Q2 faktor) (Kronbax α = 0,722). Ushbu faktorning ichki muvofiqlik ko'rsatkichi yuqori ishonchlilik darajasida. Mazkur faktor savollari yaxshi tarjima qilingan va aholi tomonidan bir xil qabul qilingan. Metodika ishonchli deb baholanishi mumkin.

12. O'zini tartibga solish (Q3 faktor) (Kronbax α = 0,579). Natija past ishonchlilik darajasida. Savollar o'rtasida muvofiqlik yetarli emas. Mazmuniy tahrir yoki qayta tarjima qilish talab qilinadi.

13. Zo'riqqanlik (Q4 faktor). (Kronbax α = 0,447). Ko'rsatkich eng past ishonchlilikda. Bu faktor mutlaqo qayta ishlashni talab qiladi. Savollar mazmuni tushunarsiz bo'lishi mumkin yoki madaniy jihatdan to'g'ri ifoda etilmagan.

VII. Xulosalar va tavsiyalar

1. Psixodiagnostika metodikalarining mahalliy muhitga moslashuvi yetarli emas. O'zbekistonda qo'llanilayotgan ko'pgina test va so'rovnomalar madaniy moslashtirish, tarjima, normalashtirish va interpretatsiya jihatidan to'liq adaptatsiya qilinmagan.

2. Psixologlarning kasbiy tayyorgarlik darajasi turlicha va noteng. Tadqiqotda respondentlar orasida testlar bilan ishlash, psixometrik mezonlardan foydalanish va natijalarni baholash borasida sezilarli tafovutlar mavjudligi aniqlangan.

3. Psixometrik mezonlardan xabardorlik past darajada. Ishonchlilik, validlik, reprezentativlik va standartlashtirish kabi asosiy ilmiy mezonlardan foydalanish ko'nikmalari yetarli darajada shakllanmagan.

4. Talabalarda amaliyot bilan bog'liq ko'nikmalar yetarli emas. Talabalar test natijalarini talqin qilish va so'rovnomalarni amaliy sharhlash borasida sust ko'nikmalarga ega.

5. O'quv jarayonida nazariyaga qaraganda amaliyotga kam e'tibor qaratilgan. Respondentlarning bilish darajasi past, lekin bunday bilimlar amaliyotga qo'llashda yanada kamroq namoyon bo'lgan.

6. Eng samarali natijalar tinglovchilar guruhida kuzatilgan. Ikkinchi ma'lumotga ega bo'lgan "Psixologiya" yo'nalishi tinglovchilari test va so'rovnomalar bilan ishlashda yuqori ko'nikmalarga ega ekanligi aniqlangan.

Shaxs psixodiagnostikasi metodikalarining ilmiy-amaliy asoslari va mahalliy muhitga moslashtirish muammolarini yechimini topish yuzasidan quyidagi tavsiyalarni amalga oshirish maqsadli:

– metodikalarni to'liq madaniy moslashtirishni tashkil etishda xalqaro testlarni o'zbek jamiyatining sotsiomadaniy xususiyatlariga moslashtirilishi lozim hamda bu jarayonda mahalliy mutaxassislar ishtirokini ta'minlash zarur;

– psixologlar uchun muntazam qayta tayyorlov kurslarini tashkil etish, amaliy ko'nikmalarni shakllantirish, psixometrik mezonlardan foydalanishni o'rgatish maqsadida ta'lim muassasalari va amaliyotchi psixologlar uchun maxsus kurslar joriy qilinishi kerak;

– test natijalarini talqin qilish bo'yicha maxsus fanlar joriy etish, psixodiagnostika fanlari doirasida "test natijalarini psixologik tahlil qilish"ga bag'ishlangan alohida amaliy mashg'ulotlar joriy etilishi kerak;

– O'zbekiston sharoitiga mos milliy testlar va so'rovnomalar yaratish, mavjud chet el metodikalari o'rniga milliy til va mentalitetga mos yangi testlar ishlab chiqish – istiqbolli yo'nalish hisoblanadi;

– psixometrik bilimlarni baholash bo'yicha attestatsiya tizimini joriy etish, psixologlar doimiy ravishda o'z bilim va ko'nikmalarini tekshirishlari va tasdiqlashlari uchun maxsus attestatsiya tizimi ishlab chiqilishi maqsadga muvofiq;

– universitetlarda amaliyotga yo'naltirilgan ta'limni kuchaytirish, nazariy bilimlar bilan bir qatorda, talabalarda testlarni tuzish, qo'llash va natijalarni interpretatsiya qilish bo'yicha amaliy malakalarni shakllantirishga qaratilgan fan va mashg'ulotlar soni oshirilishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Айзенк, Г. Исследования человеческой психики / Г. Айзенк, М. Айзенк. – М.: Изд-во

ЭКСМО-Пресс, 2001. – 480 с.

2. Айзенк, Г., Вильсон Г. Как измерить личность. – М.: Когито-Центр, 2000. – 284 с.

3. Акимова М.К., Козлова В.Т. Диагностика умственного развития детей. – С-Петербург: Питер, 2006. – 240 с.

4. Акимова, М.К. Психологическая диагностика: Учебник для вузов / М.К. Акимова, К.М. Гуревич. – СПб.: Питер, 2003. – 652 с.

5. Батаршев А.В. - «Тестирование. Основной инструментарий практического психолога». .- М.: Изд-во Института Психотерапия,2004.-82с.

6. Батурин Н.А. Выбощик И.В. Психология оценивания и оценки: теоретические и прикладные аспекты: монография.-Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2011.-243 с.

7. Березин Ф. Б., Мирошников М. П., Соколова Е. Д., Методика многостороннего исследования личности (ММИЛ): структура, основы интерпретации, некоторые области применения. 3-е издание. Издательство «Березин Феликс Борисович», 2011-320 с.

8. Бурлачук, Л.Ф. Психодиагностика: учебник для вузов / Л.Ф. Бурлачук. – СПб.: Питер, 2006. – 351 с.

9. Бурлачук, Л.Ф., Морозов С. М. Словарь-справочник по психодиагностике. – СПб.: Питер, 2007. – 688 с.

10.Венгер А. Л. Психологическое консультирование и диагностика. Практическое руководство. Часть 1. - М.: Генезис, 2001. - 160 с.

11.Дружинин В.Н. Когнитивные способности: структура, диагностика, развитие. – Москва: ПЕРСЭ; С-Петербург: ИМАТОН, 2001. – 224 с.

12.Дружинин В.Н. Теоретические основы диагностики познавательных способностей: Автореферат дис. ... доктора психологических наук . -М., 1993.-37 с.

13.Капустина, Т.В. Психодиагностика личностных характеристик с помощью методики К. Пирсон и Х. Марр «12 архетипов» / Т.В. Капустина // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2016. – № 2. – С. 93-101.

14.Каримова В.М., Суннатова Р.И., Тожибаева Р.Н. Мустақил фикрлаш. – Тошкент: Шарқ, 2000. – 111 б.

15. Кроник А.А. Субъективная картина жизненного пути как предмет психологического исследования, диагностики и коррекции// Диссертация доктора психолог. наук. -СПб., 2003.-218 с.

16.Куликова В.Н. Как узнать человека. Лучшая книга тестов.-М.:2004.-271 с.

17. Лунин А.С. «Психодиагностика. Конспект лекций »: Эксмо; Москва; 2008.- 94 с.

18.Люшер, М. Какого цвета ваша жизнь. Закон гармонии в нас. Практическое руководство. – М.: Институт консультирования и системных решений, 2008. – 252 с.

19. Люшер, М. Сигналы личности: ролевые игры и их мотивы. – Воронеж: НПО «МОДЭК» 1995. – 176 с.

20.Майкл К Фер., Верн Р Бакарак. Психометрика. Введение.-Челябиниск: Издательский центр ЮУрГУ, 2010.-445 с.

21.Нишонова З., Курбонова З., Абдиев С. Психодиагностика ва экспериментал психология.-Тошкент. “Тафаккур бўстони”, 2011.-275 б.

22.Нишонова З.Т. Қаршиева Д.С. Экспериментал психология.-Тошкент., “Фан ва технологиялар” , 2007. – 92 б.

23.Собчик, Л.Н. Диагностика индивидуально-типологических свойств и межличностных отношений. – СПб.: Речь, 2003. – 96 с.

24.Собчик Л.Н. Диагностика межличностных отношений. Практическое руководство к традиционному и компьютерному вариантам теста. - Боргес, 2010. - 52 с.

25.Собчик, Л.Н. Искусство психодиагностики.–СПб.: Речь,2014.–160 с.

26.Шаумаров Г.Б. К оценке значения интеллектуальных тестов в диагностике и изучении развития детей с интеллектуальной недостаточностью//Дефектология. – 1979. – № 6. – С.16–24.

27.Шмелёв А. Г. и коллектив. Основы психодиагностики- Учебное пособие для студентов педвузов. - Москва, Ростов-на-Дону: «Феникс», 1996. - 544 с.

Raxmatullayev Farxod Baxtiyor o'g'li
Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy universiteti Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi
https://orcid.org/0009-0005-7722-5878

KOMMUNIKATIV KOMPETENTLIK MUAMMOSINI O'RGANISH BO'YICHA ILMIY YONDASHUVLAR TAHLILI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada kommunikativ kompetentlik muammosi bo'yicha xorijiy va rus psixologiyasidagi ilmiy yondashuvlar tahlil qilinadi. Unda "kommunikativ qobiliyat", "kommunikativ salohiyat", "kommunikativ imkoniyat" kabi atamalar mazmuni, ularning o'zaro farqi va o'xshash jihatlari yoritilgan. Shuningdek, G.M. Andreeva, B.F. Lomov, M.S. Kagan kabi olimlar tomonidan ishlab chiqilgan muloqot tuzilmalari va funksional modellari ko'rib chiqiladi. Maqolada kommunikativ kompetentlikning shaxsiy, ijtimoiy-psixologik va amaliy jihatlari, shuningdek, uning zamonaviy ta'lim tizimidagi ahamiyati keng tahlil etilgan.*

Kalit so'zlar: *kommunikativ kompetentlik, kommunikativ qobiliyat, muloqot, salohiyat, psixologik yondashuv.*

ANALYSIS OF SCIENTIFIC APPROACHES TO THE STUDY OF THE PROBLEM OF COMMUNICATIVE COMPETENCE

Abstract. *This article analyzes scientific approaches in foreign and Russian psychology to the problem of communicative competence. The concepts of "communicative abilities," "communicative potential," and "communicative opportunities" are examined, highlighting their similarities and differences. Theoretical models of the structure and functions of communication developed by scholars such as G.M. Andreeva, B.F. Lomov, and M.S. Kagan are discussed. Special attention is paid to the personal, socio-psychological, and practical aspects of communicative competence, as well as its importance in the modern educational system.*

Keywords: *communicative competence, communicative abilities, communication, potential, psychological approach.*

АНАЛИЗ НАУЧНЫХ ПОДХОДОВ К ИЗУЧЕНИЮ ПРОБЛЕМЫ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ

Аннотация. *В данной статье анализируются научные подходы в зарубежной и российской психологии к проблеме коммуникативной компетентности. Рассматриваются понятия «коммуникативные способности», «коммуникативный потенциал», «коммуникативные возможности» и их соотношение. Освещены теоретические модели структуры общения и его функций, предложенные такими учёными, как Г.М. Андреева, Б.Ф. Ломов, М.С. Каган. Особое внимание уделяется личностным, социально-психологическим и практическим аспектам коммуникативной компетентности, а также её значению в современной системе образования.*

Ключевые слова: *коммуникативная компетентность, коммуникативные способности, общение, потенциал, психологический подход.*

Kirish. Bugungi globallashuv davrida inson faoliyatining barcha sohalarida samarali muloqot o'rnatish, o'z fikrini aniq ifodalash va boshqalar bilan konstruktiv aloqalar o'rnatish qobiliyati muvaffaqiyatning muhim shartlaridan biri hisoblanadi. Shaxsning ijtimoiy moslashuvi, kasbiy rivoji va shaxslararo munosabatlarining sifat darajasi ko'p jihatdan uning kommunikativ kompetentligiga bog'liq. Shu sababli, zamonaviy psixologiya va pedagogika sohalarida kommunikativ kompetentlikni shakllantirish, rivojlantirish hamda baholash masalasi dolzarb ilmiy va amaliy muammo sifatida qaralmoqda.

Xalqaro tajribada kommunikativ kompetentlikni o'rganish ko'plab tadqiqotchilarning diqqat markazida bo'lib kelmoqda. G'arb psixologiyasida bu tushuncha shaxsning boshqa odamlar bilan

samarali muloqot o'rnatish, axborot almashish, o'zaro tushunish va hamkorlik qilish qobiliyati sifatida talqin etiladi. Rus psixologiyasida esa kommunikativ kompetentlik ko'pincha "kommunikativ qobiliyat" yoki "kommunikativ salohiyat" tushunchalari bilan uyg'un holda ishlatiladi. Biroq atamalar mazmunida nozik farqlar mavjud bo'lib, ularni aniqlash ilmiy tahlilning muhim vazifasidir.

Hozirgi vaqtda kommunikativ kompetentlikni shakllantirishga doir tadqiqotlarda ikki asosiy yo'nalish ajratiladi: birinchisi – shaxsiy sifatlar va psixologik xususiyatlarni rivojlantirishga qaratilgan yondashuv, ikkinchisi – muloqot jarayonida qo'llaniladigan aniq strategiya va texnologiyalarni o'rgatishga yo'naltirilgan yondashuv. Bu ikki yo'nalish bir-birini to'ldirib, kompleks yondashuvni ta'minlaydi.

Mazkur maqolada kommunikativ kompetentlik muammosiga oid xorijiy va rus psixologiyasidagi ilmiy yondashuvlar tahlil qilinadi, atamalar mazmuni va ularning o'zaro aloqasi yoritiladi, shuningdek, muloqot tuzilmasi va funksiyalariga oid turli nazariy modellarga umumiy baho beriladi. Tadqiqot natijalari ushbu kompetensiyani talabalarda shakllantirish bo'yicha nazariy asos va amaliy tavsiyalar ishlab chiqishda foydali bo'lishi mumkin.

Metodologiya. Xorij va rus psixologiyadagi adabiyotlar tahlili ko'rsatadiki, "kommunikativ qobiliyatlar" tushunchasi hamma tomonidan bir xil qabul qilinmagan. Rus psixologlari ham, g'arb psixologlari ham ko'p hollarda "kommunikativ kompetentlik" atamasini qo'llashadi. Kommunikativ kompetentlikni rivojlantirish va mukammallashtirish muammosiga zamonaviy yondashuv shundan iboratki, bunda ta'limga shaxsiy harakatlar asosida o'zini rivojlantirish va o'zini mukammallashtirish sifatida qaraladi. Kommunikativ kompetentlik deganda esa boshqa insonlar bilan zaruriy aloqalarni o'rnatish va mustahkamlash qobiliyati tushuniladi. Kompetentlik tarkibiga kommunikativ jarayon samarali kechishini ta'minlovchi bir qator bilim va ko'nikmalar jamlanmasi kiritiladi.

N. P. Anikevaning fikricha, shaxslararo muloqotda har bir shaxs muayyan ijtimoiy rolni egallaydi. Rollar shaxsni to'laroq ochib berishi, uni niqoblashi mumkin. Lekin pozitsiya-rollarni tanlash albatta insonning o'z mohiyatiga, uning kuchiga, zaifligiga, salohiyat darajasiga, o'z-o'zini tanqid qila olishiga, xulq-atvorining puxtaligiga, o'zining chetdan ko'ra bilish qobiliyatiga bog'liq bo'ladi[3, 109 b].

Kommunikativ xususiyatlardan tashqari V.V. Rijov, V.A. Kolsova, A.A.Bodalev va boshqalar o'z tadqiqotlarida shaxsning muloqotda namoyon bo'luvchi xususiyatlarini aniqlashga yo'naltirilgan "shaxsning kommunikativ salohiyatli" tushunchasidan foydalanishmoqda.

Kommunikativ salohiyat - bu muloqotning u yoki xarakterini ta'minlovchi ijtimoiy - psixologik xususiyatlar tizimi. Shaxsning kommunikativ salohiyatini tashkil etuvchi, mustahkamlangan va barqarorlikka ega bo'lgan ijtimoiy-psixologik xususiyatlar shaxsning kommunikativ xususiyatlari orqali o'tadi. Shaxsning kommunikativ salohiyatini o'zi dinamik, rivojlanib boruvchi va xususiyatlarni umumlashtiruvchi tizim hisoblanadi.

A.A.Bodalev tasavvuri bo'yicha, "Shaxsning kommunikativ yadrosi" tushunchasi shaxs uchun xarakterli bo'lgan uning turli xil inson va jamoalar bilan bevosita yoki qandaydir texnik vosita yordamidagi aloqasida namoyon bo'luvchi xulq - atvor, munosabat, aks etish birligidir.

Shunday qilib, shaxsning kommunikativ salohiyati tarkibiy qismi sifatida "kommunikativ qobiliyat" tushunchasi, "kommunikativ imkoniyat", "kommunikativ xususiyat", "kommunikativ salohiyat", "shaxsning kommunikativ yadrosi" tushunchalari shaxsning muloqot muvaffaqiyati uchun zarur bo'lgan xususiyatlarini o'rganishda tizimli yondashuvni aks ettiradi.

"Shaxsning kommunikativ xususiyatlari" atamasi psixologiyada kamdan-kam hollarda qo'llaniladi va asosan kasbiy faoliyat bilan aloqadorlikda foydalaniladi.

G.M.Andreeva muloqotning quyidagi psixologik tuzilishini taklif etadi :

1. *Muloqotning kommunikativ* tomoni.
2. *Muloqotning interaktiv* tomoni.
3. *Muloqotning perseptiv* tomoni.

Bu tuzilmaning har bir tomonini batafsil ko'rib chiqamiz. Ko'pgina olimlar muloqotning inson hayotidagi ahamiyatiga to'xtalib o'tar ekanlar, uning qator vazifalari, funksiyalarini ajratadilar. Masalan, taniqli rus olimi B.F.Lomov uning funksiyalariga quyidagilarni kiritadi:

a) ma'lumotlar almashinuvi funksiyasi;

b) xulq-atvorni boshqaruv funksiyasi;

v) hissiyotlar almashinuvi.

Bu funksiyalar aslida G.M.Andreeva ajratgan muloqot qismlariga ham mos keladi, ya'ni har bir muloqot jarayonida B.F.Lomov qayd etgan vazifalarni topish mumkin. B.F.Lomovni fikrlariga asoslanib aytish mumkinki, muloqotning kommunikativ tomoni - ma'lumotlar almashinuv jarayonidir[4,78 b].

Muloqotning kommunikativ tomoni deyilganda, uning shaxslararo axborotlar, bilimlar, g'oyalar, fikrlar almashinuvi jarayoni sifatidagi vazifalari nazarda tutiladi.

Har qanday nazariyada bo'lganidek, kommunikatsiya nazariyasi ham «axborot», «kommunikatsiya», «axborot almashinuvi», «kommunikativ makon» kabi o'ziga xos tushunchalariga ega. M.Veber, G.Gadamer, G.Shpetler ilgari surgan kommunikatsiya modelida kommunikatsiyaning asosiy natijasi bu insonning boshqa inson tomonidan tushunilishi, o'zaro tushunish deb ataladi. Axborot jamiyati nazariyasi vakillari (D.Bell, A.Toffler, G.Maklyuen) kommunikatsiyaga futurologik yondashadilar[2,205b]. Ushbu nazariyada kommunikatsiya vositalari yagona rag'batlantirish va ijtimoiy rivojlanishning manbai tarzida talqin qilinadi. Axborot bu holda madaniyat va barcha madaniy qadriyatlarning tarkibiy qismi sifatida namoyon bo'ladi. Kommunikatsiya – bu o'ziga xos axborot almashinuvi bo'lib, uning natijasida jo'natuvchidan qabul qiluvchiga intellektual va emotsional axborotni uzatish jarayoni kechadi.

Ukrainalik tadqiqotchi, muloqot nazariyasi sohasida taniqli mutaxassis Y.D.Prilyuk tarixiy-lingvistik tadqiqotlar asosida ushbu atamalarning dastlabki va hozirgi ma'nolarini etimologik va semantik jihatdan bir-biriga yaqin, shuning uchun "jamiyatda axborot almashinuvi"ni bildiruvchi tushunchalar sifatida ular o'zaro tengdir, degan to'xtamga keladi. Shunga o'xshash fikrlarni T.Parsons va K.Cherri kabi yetakchi xorijiy olimlar ham bildirishgan. Ikkinchi yondashuv "kommunikatsiya" va "muloqot" tushunchalarini farqlash bilan bog'liq. Taniqli faylasuf M.S.Kaganning fikricha, kommunikatsiya va muloqot kamida ikki jihatdan farqlanadi. Birinchidan, "muloqot amaliy, moddiy va ma'naviy axborot almashinuvidir va u amaliy-ma'naviy xarakterga ega, kommunikatsiya esa, u yoki bu xabarlarni uzatish bilan bog'liq sof axborot jarayonidir" Ikkinchidan, ular o'zaro munosabatga kirishayotgan tizimlarning aloqa xossalari bo'yicha bir-biridan ajralib turadi. Kommunikatsiya subyekt-obyekt aloqasi bo'lib, unda subyekt ma'lum axborotni uzatadi, obyekt esa axborotning passiv qabul qiluvchi sifatida namoyon bo'ladi, uning vazifasi axborotni qabul qilish, tushunish, yaxshi anglash va shu axborotni inobatga olib, harakatlanishdan iborat. Shunday qilib, M.S.Kagan kommunikatsiya bir tomonga yo'naltirilgan jarayondir. Muloqot esa, aksincha, subyekt-subyekt aloqasi bo'lib, unda "xabarlar jo'natuvchisi va qabul qiluvchilar yo'q, balki suhbatdoshlar, umumiy faoliyat ishtirokchilari bor". Muloqotda axborot sheriklar o'rtasida harakatlanadi, demak, muloqot jarayoni kommunikatsiyadan farqli ravishda ikki tomonlama yo'naltirilganlik xarakteriga ega. [1, 16 b]

Kommunikativ jarayon aksial yoki retial xarakterda bo'lishi mumkin.

B.G. Ananev, A.G. Kovalev, A.N. Leontev, V.N. Myasishev, B.M. Teplov, S.L. Rubinshteyn ishlarida qobiliyat muammosiga ilmiy yondashuvlarni bir muncha ahamiyatli desak bo'ladi.

Rus olimi L.E.Umanskiyning tadqiqotlarida tashkilotchilik faoliyati insonlar jamoaviy munosabatlarining bir tomoni sifatida ularning jamoaviy faolligining bir shakli bo'lib hisoblanadi degan fikrni bildirgan [2,135 b]. Tashkillashtirilgan guruhdagi tashkilotchi lider doimo faol hayotiy o'rnini egallaydi. O'zaro munosabatdagi insonlar guruhidan har qanday amaliy ishlari samaradorligi ko'proq tashkilotchilik faoliyati bilan belgilanadi. Uning hayotiy jarayonida odamlar shaxsiyati va ijtimoiy guruhlarning turlicha psixologik fenomenlari anchayin yorqin va ko'rimliroq amalga oshadi, faollashadi. Tashkilotchilik qobiliyati odamning faoliyatini bir turi sifatida "odam-odamlar guruhi", "tashkilotchi-tashkillashuvchilar guruhi" tizimida mavjud bo'ladi. Shunday qilib, tashkilotchilik faoliyati qonuniyati boshqarish fani muammosiga kirib, uning predmetlaridan biri bo'lib hisoblanadi.

Tahlillardan ko'rishimiz mumkinki, rus psixologiyasida ham, xorij psixologiyasida ham shaxsning muloqot uchun zarur xususiyatlarini belgilash uchun yagona atama mavjud emas. Ko'rib o'tganimizdek, tizimli yondashuv doirasida: "kommunikativ imkoniyat", "kommunikativ potensial", "kommunikativ qobiliyat" va h.k.tushunchalardan foydalaniladi. Lekin ushbu tushunchalarda aniq

farq mavjud emas. Misol uchun, kommunikativ qobiliyat va kommunikativ ko'nikma hamda kommunikativ malaka, shuningdek, kommunikativ xususiyat va xislatlar, kommunikativ salohiyat va kommunikativ imkoniyat tushunchalari sinonim sifatida qo'llaniladi[5,140 b].

Xulosa. Yuqoridagi tahlillar shuni ko'rsatadiki, kommunikativ kompetentlik tushunchasi zamonaviy psixologiya va pedagogika fanida markaziy o'rinlardan birini egallaydi. Xorijiy va rus tadqiqotchilari bu masalaga turlicha yondashsalar-da, umumiy jihati shundaki, kommunikativ kompetentlik shaxsning ijtimoiy hayotida muvaffaqiyatga erishish, samarali muloqot o'rnatish va professional faoliyatda yuqori natijalarga erishish uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma va malakalarni qamrab oladi.

Tahlil jarayonida "kommunikativ qobiliyat", "kommunikativ salohiyat", "kommunikativ imkoniyat" kabi atamalar bir-biriga yaqin bo'lsa-da, ularning mazmunida nozik farqlar mavjudligi aniqlandi. Ba'zi olimlar bu tushunchalarni sinonim sifatida qo'llasa, boshqalari ularni turli bosqichlar yoki tarkibiy qismlar sifatida talqin qiladi.

G.M.Andreeva, B.F. Lomov va M.S. Kaganlarning nazariyalari kommunikativ kompetentlikni tizimli tushunishda muhim metodologik asos bo'lib xizmat qiladi. Ularning ishlari muloqotning nafaqat axborot almashish, balki hissiy ta'sir ko'rsatish, ijtimoiy rollarni amalga oshirish va shaxslararo munosabatlarni rivojlantirish vositasi ekanligini ko'rsatadi.

Shuningdek, zamonaviy sharoitda kommunikativ kompetentlik raqamli muloqot vositalari, madaniyatlararo aloqalar va global axborot makonida samarali faoliyat yuritish uchun yanada dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Bu esa ta'lim tizimi oldiga talabalarda nafaqat an'anaviy muloqot malakalarini, balki media-savodxonlik, madaniyatlararo sezgirlik va raqamli kompetensiyani ham shakllantirish vazifasini qo'yadi.

Shunday qilib, kommunikativ kompetentlikni rivojlantirish masalasi kompleks yondashuvni talab qiladi. Bu jarayon shaxsiy sifatlarni rivojlantirish, ijtimoiy tajribani boyitish va psixologik tayyorgarlikni oshirish bilan chambarchas bog'liq bo'lib, kelajakdagi professional muvaffaqiyatning muhim omili hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Ergashev P.S. Muloqot psixologiyasi. T-2003. 16 b
2. Lassuel G. The structure and function of communication in society. // The Communication of Ideas. N.Y.: Harper and Brothers,. - 1948.
3. Maxsudova M. Muloqot psixologiyasi. O'quv qo'llanma. - T.: «Turon-Iqbol» nashriyoti, 2006.- 119 b.
4. Бодалев А.А. О коммуникативном ядре личности // Сов. педагогика. 1990. - № 5. - С. 77-81.
5. Ғозиев.Э.Ғ. Муомала психологияси. - Тошкент: Университет, 2001. - 140 б.
6. Рыжов В.В. Психологические основы коммуникативной подготовки педагога. Нижний Новгород: ННГУ, 1994.

Raxmonova Oyshaxon Oribovna
Senior Lecturer, Department of Psychology, Kokand State University

PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF PERSONAL SELF-EVALUATION

Abstract. *The article is devoted to the topic of psychological issues of individual self-assessment. Also, the text of the article widely covers such problems as self-assessment in adolescence, establishing relationships with others, the development of qualities such as sociability and reflexivity, the level of self-esteem, the ability to overcome conflict situations, self-management, self-organization, the formation of life values in youth and its psychological characteristics.*

Keywords: *Personality, self-esteem, youth, attitude, communication, respect, values, activity, life values, goals and motives, personality, sluggishness, conflict.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ИЗУЧЕНИЯ САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. *Статья посвящена психологическим проблемам самооценки личности. В ней также рассматриваются психологические особенности развития самооценки, взаимоотношений с окружающими, общительности и рефлексии в подростковом возрасте. Кроме того, также широко изучались следующие вопросы, уровень самооценки положительно коррелирует с уровнем конфликтности личности, и обратно коррелирует с уровнем прокрастинации. Высокая самооценка обеспечивается достаточным уровнем конфликтности и способствует самоорганизации деятельности, снижая проявления прокрастинации.*

Ключевые слова: *Личность, самооценка, молодость, рефлексия, общение, отношение, уважение, ценности, деятельность, жизненные ценности, цели и мотивы, личность, прокрастинация, конфликтность.*

SHAXSNING O’Z-O’ZINI BAHOLASHINI O’RGANISHNING PSIXOLOGIK MASALALARI

Annotatsiya. *Maqola shaxsning o’z-o’zini baholashini o’rganishning psixologik masalalari mavzusiga bag’ishlangan. Shuningdek, maqola matnida o’smirlik davrida o’z-o’zini baholash, boshqalar bilan munosabat o’rnatish, muloqotchanlik va refleksivlik kabi sifatlarning rivojlanishi, o’z-o’zini hurmat qilish darajasi, nizoli vaziyatlardan chiqib keta olish, o’z-o’zini boshqarish, o’z-o’zini tashkil eta olish, yoshlik davrida hayotiy qadriyatlar shakllanishi va uning psixologik o’ziga xosliklari kabi muammolar ham keng yoritilgan.*

Kalit so’zlar: *shaxs, o’z-o’zini hurmat qilish, yoshlik, munosabat, muloqot, hurmat, qadriyatlar, faoliyat, hayotiy qadriyatlar, maqsad va motivlar, shaxsiyat, sustkashlik, ziddiyat.*

Introduction. The problem of “self-esteem” is one of the most controversial and complex in modern personality psychology. At present, there are many different theories of self-esteem, some researchers start from the general features and properties of the phenomenon, others offer fundamentally new features of its study, and others focus on the psychological content of the concept. In the Great Psychological Dictionary edited by B.G. Meshcheryakov and V.P. Zinchenko, self-esteem is interpreted as a value, the significance of which an individual assigns to himself as a whole and to individual aspects of his personality, behavior and activity, and also acts as a relatively stable structural formation, a component of the “I” - concept, self-awareness, self-esteem [3]. The versatility and versatility of views on the study of self-esteem is reflected in the analysis of foreign and domestic scientific literature on this topic; in different years and from all sorts of positions, self-esteem was studied by B.G. Ananyev, R. Burns, L.V. Borozdina, W. James, I.S. Cohn, J. Crocker, M.I. Lisina, K. Mruk, K. Rogers, V.V. Stolin, I.I. Chesnokova and others. Thus, in the works of K. Mruk a two-factor model of self-esteem is presented, which is based on the premise of a close connection between self-esteem, a sense of one’s own competence and the experience of one’s own value, with an

emphasis on identifying the differences between true (healthy) self-esteem and pseudo (defensive) self-esteem [16]. J. Crocker and colleagues propose an operationalization of areas significant for self-esteem, which are called “basic foundations of self-esteem[14]. M.I. Lisina associates general self-esteem with a holistic “attitude towards oneself as beloved by others”, important to them or as “an insignificant being” [9]. B.G. Ananyev studies self-esteem from the standpoint of self-awareness of the individual, understanding the term as an ordered set of ideas and knowledge, assessments and attitudes of a person in relation to his own personality, the so-called “self-image and attitude towards oneself” [1]. I.I. Chesnokova also considers self-esteem as the basis for the development of the entire system of self-awareness; according to her, self-esteem develops on the basis of the emotional-value level of self-awareness, subsequently influencing both the behavioral and cognitive levels [13].

The relationship between self-esteem and other psychological properties and processes often becomes the subject of research by scientists. In particular, in works studying self-esteem and procrastination, the presence of a positive relationship between procrastination and unstable self-esteem, a positive relationship with low self-esteem, a negative relationship between procrastination and high self-esteem is noted [12, 15, 17], and work is proposed to strengthen and increase self-esteem as a way to combat procrastination. In studies of self-esteem and behavioral characteristics in conflict situations, it has been found that self-esteem acts as a kind of motivator for the individual’s activity, and with low self-esteem in a conflict situation, the subject will seek to avoid responsibility and will prefer an avoidance strategy [2]. The level of self-esteem depends on the frustration, aggressiveness, and anxiety of the individual and can act as a predictor of potential conflict [8], and individuals with high self-esteem are potentially conflict-prone [10]. In order to study self-esteem at a young age, as well as its influence on some psychological properties of the individual (procrastination and conflict of the individual), a study was conducted. The respondents were young people aged 20 to 23 years, a total of 57 people were interviewed (including 20 boys and 37 girls). Research methods: analysis of scientific literature on the problem; psychological testing of adolescents; correlation analysis; generalization of the obtained data. Psychodiagnostic methods - test “Self-esteem”; scale of general procrastination S. Lay (C. Lay); test “Assessment of the level of conflict of the individual” (V.I. Andreev). Data processing was carried out using the program of the Microsoft Office package - Microsoft Excel, version 2016.

Methods. Research methods: analysis of scientific literature on the problem; psychological testing of adolescents; correlation analysis; generalization of the obtained data. Psychodiagnostic methods - test “Self-esteem”; scale of general procrastination S. Lay; test “Assessment of the level of personality conflict” (V.I. Andreev).

Results. Results of the study and their discussion. The results are presented in Table 1 (distribution discrepancies were tested using Pearsons $\chi 2$ criterion).

Table 1.

Average values of self-esteem, procrastination and conflict personality parameters

Parameters	Self-esteem	Conflict	Procrastination	χ2Emp
Mean value	63,73	27,30	57,61	84,275*
Standard deviation	19,50	2,70	9,22	
Note: * – the differences in distributions are statistically significant (at p< 0.01)				

Self-esteem is a psychological property that consists of assessing oneself, one’s place among other people, one’s abilities and opportunities. Self-esteem acts as a powerful regulator of human behavior, influences many psychological properties (character accentuations, level of subjective control, manifestations of aggressiveness and conflict, etc.) and mental processes (volitional effort, demonstration of emotions, decision-making, goal setting, etc.). The activity of the cognitive sphere is largely mediated by the level of the current self-esteem of the individual. “Independence, activity and concentration are necessary conditions for mental activity” [6, p. 100]. Procrastination in modern

psychology is interpreted as a person's tendency to put things off "until later" (both urgent, important, and secondary, insignificant). A person can replace these tasks with extraneous activities, trifles, or entertainment. Researchers have different opinions on the etiology of procrastination: from psychological defense to laziness and the peculiarities of time perception. "The perception of time is important for a person's life, orientation, functioning at the personal and everyday levels, understanding the present stage of their existence" [11, p. 53]. The percentage distribution of respondents by the levels of expression of the interpretation coefficients is presented in Table 2.

Table 2.

Percentage distribution of respondents by levels of self-esteem, procrastination and personality conflict

Parameters Levels	Self-esteem	Conflict	Procrastination
High level	28%	13%	30%
Medium level	60%	80%	44%
Low level	12%	7%	26%

As can be seen from the presented data, the average level of self-esteem is possessed by the majority (60%) of the respondents of the study, these are the optimal values of adequate self-esteem, when a person correctly correlates his/her capabilities and abilities, sets realistically achievable goals, and adequately evaluates himself/herself. Low level of self-esteem is characteristic of 12% of the surveyed young men and women, 28% of them have a high level. Suboptimal indicators of self-esteem contribute to an incorrect attitude towards oneself, perception of one's capabilities as lower or higher than real, excessive demands on oneself or others, the presence of external or internal conflicts. Conflict is interpreted as a psychological property of the personality, which characterizes a person's predisposition to conflict behavior, his/her ability to enter into conflicts and respond to conflict situations. In this study, the overwhelming majority of the surveyed young people have an average level of conflict, 80% of them showed this result. A low level of the parameter was detected in 7% of respondents, 13% recorded a high level of aggressiveness. In many ways, increased conflict is due to the high level of personality aggression. "The degree of expression of aggressiveness ranges from almost complete absence, leading to the development of compliance, conformity to the extreme development with the formation of conflict, malice, hostility in characterological features" [4, p. 108].

As the study showed, approximately the same number of young people surveyed (30% and 44%, respectively) have a high and average level of procrastination, predisposing factors for the formation of procrastination can be personality characteristics, increased anxiety, perfectionism, pedantry and paranoia in character. A third of the respondents showed a low level (26%) of the procrastination parameter, young people are able to structure their time, follow the planned program of action, organize their activities without postponing urgent matters for a later date.

Table 3.

Correlations of self-esteem with parameters of procrastination and personality conflict

Parameters	Self-esteem
Procrastination	– 0,489**
Conflict	0,245*
Note: * – correlation is statistically significant with $p \leq 0.05$; ** – correlation is statistically significant with $p \leq 0.01$	

Correlation analysis showed the presence of a significant positive relationship between the parameters of self-esteem and the indicators of personality conflict (at $p \leq 0.05$). "A high level of personality conflict contributes to an increase in the level of self-esteem, providing confidence in one's capabilities and abilities, initiative in decision-making, activity in the actions taken, creating the necessary personal resource" [7, p. 8]. When conducting a correlation analysis, a significant negative relationship was obtained between the parameters of self-esteem and procrastination indicators (at $p \leq 0.01$). Optimal adequate self-esteem (high values) helps to reduce procrastination

indicators, as a fairly negative mental phenomenon. Relative independence from the opinions of others, self-confidence and self-confidence ensure "the absence of regular procrastination, and if there is a need to put things off “for later", then this is situational in nature” [5, p. 49]. Low self-esteem, inability to make independent decisions, weak self-regulation, individual slowness, etc. are premorbid characteristics of the personal aspect of procrastination. In addition to the personal aspect, it is customary to distinguish the behavioral, motivational, cognitive and affective aspects of the manifestation of procrastination.

Discussion. Based on the above theoretical and empirical analysis, the following discussion can be made. The conducted research allowed to reveal a significant relationship between the self-esteem of the individual and such psychological properties as procrastination and conflict. The inverse dependence of self-esteem and procrastination confirms the conclusions of many authors that people with procrastination are prone to self-abasement and have low self-esteem, and low self-esteem is a predictor of procrastination. According to the results of this research, optimal self-esteem indicators contribute to minor manifestations of procrastination and effective self-organization of activities.

Conclusion. In short, self-assessment is not simply about understanding opportunities and relationships, but also about identifying the connections between one’s own world and the world of others. Direct dependence of the level of self-esteem and the level of conflict of the personality provides a person with activity in defending his views, initiative in demonstrating his positions, manifestation of persistence in achieving goals, and also creates the necessary resource for protecting the boundaries of the personality “I”. Self-esteem refers to the central psychological formations of the human personality, it performs the functions of regulation and protection of activity and behavior, allows you to protect the stability and independence of the personality, your place among other people. Thus, self-esteem has a direct effect on the manifestations of procrastination, and is itself mediated by the current level of conflict of the personality.

References:

1. Borozdina L. V. What is self-esteem / L. V. Borozdina // Psychological journal. - 1992. - No. 4. - P. 99-100.Antsupov A. Ya., Shipilov A. I. Conflictology. SPb.: Peter, 2013. – 230 c.
2. Bolshoi psychologicheskiy slovar / Pod ed. B.G. Meshcheryakova, V.P. Zinchenko. M.: AST, 2008. 617 p.
3. Valiullina E. V. Gender idiosyncrasies of psychological status and youthful age // Scientific and methodological electronic magazine Concept. 2016. No. 11. S. 106-112.
4. Valiullina E. V. Vliyanie samootsenki na uroven prokrastinatsii // Scientific journal Discourse. 2018. No. 6 (20). S. 45-50.
5. Valiullina E. V. Zavisimost ponyatiynogo myshleniya ot kachestvennyx kharakteristik ego activitiy // Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta. 2018. No. 2. S. 99-103.
6. Valiullina E.V. Issledovanie vliyaniya urovnya konfliktnosti na psikologicheskie svoystva lichnosti // Vestnik psikhologii i pedagogiki Altayskogo gosudarstvennogo universiteta. 2019. No. 4. S. 1-11.
7. Grigoryan V. G., Stepanyan A. Yu. Issledovanie vzaimosvyazi samootsenki s negativnymi chertami lichnosti // Vektor nauki Tolyatinskogo gosudarstvennogo universiteta. Series: Pedagogy, psychology. 2011. No. 1 (4). S. 162-166.
8. Lisina M.I. Formirovanie lichnosti rebenka v obshchenii. SPb.: Peter, 2009. - 320 p.
9. Mingaleeva G. F., Bildanova V. R. Vyrajennost konfliktnosti u studentov pedvuza // Sovremennye naukoemkie tekhnologii. 2013. No. 7 (2). S. 214-215.
10. Mikhalchi E. V. K izucheniyu osobennostey vospriyatiya vremeni i prostranstva u lits s OVZ i invalidnostyu // Lichnost v menyayushchemsya mire: zdorove, adaptation, razvitie. 2016. No. 3 (14). S. 50-63.
11. Molchanova O. N., Rakin A. S. Samootsenka i samoeffektivnost kak predictory obshchey procrastinatsii // Psychologiya obucheniya. 2019. No. 4. S. 58-67.
12. Karnilova A. P. Diagnostics of the regulatory function of self-awareness / A. P. Karnilova // Psychological journal. - 1995. - No. 1. - P. 107-114.

Raxmonova Iroda Shavkatovna
Aniq va Ijtimoiy fanlar universiteti magistri
https://orcid.org/0009-0005-7722-5878

TALABALARDA IJTIMOIY TOLERANTLIKNING SHAKLLANGANLIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada talabalarda ijtimoiy tolerantlikning shakllanganlik xususiyatlari ijtimoiy-psixologik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. Ijtimoiy tolerantlikning mohiyati, tarkibiy komponentlari va uning shakllanishiga ta'sir etuvchi psixologik hamda ijtimoiy omillar ilmiy asosda yoritilgan. Tadqiqot jarayonida tolerantlikning kognitiv, emotsional va xulq-atvor komponentlari aniqlanib, talabalar o'rtasida tolerantlik darajasini baholash mezonlari ishlab chiqilgan. Natijalar talabalar orasida tolerantlik darajasi o'qish bosqichiga qarab farqlanishini ko'rsatdi. Shuningdek, madaniyatlararo muloqot treninglari, jamoaviy loyihalar va xalqaro hamkorlik dasturlari tolerantlikni rivojlantirishning samarali strategiyalari sifatida tavsiya etilgan.*

Kalit so'zlar*: ijtimoiy tolerantlik, madaniyatlararo muloqot, kognitiv komponent, emotsional komponent, xulq-atvor komponenti, kommunikativ kompetensiya, talabalar moslashuvi, bag'rikenglik strategiyalari.*

CHARACTERISTICS OF SOCIAL TOLERANCE FORMATION IN STUDENTS

Abstract. *This article examines the characteristics of social tolerance development among university students from a socio-psychological perspective. The essence of social tolerance, its structural components, and the psychological and social factors influencing its formation are analyzed. The study identified cognitive, emotional, and behavioral components of tolerance and developed criteria for assessing tolerance levels among students. The findings indicate that the level of tolerance varies depending on the year of study. Intercultural communication training, joint projects, and international cooperation programs are recommended as effective strategies for developing tolerance.*

Keywords*: social tolerance, intercultural communication, cognitive component, emotional component, behavioral component, communicative competence, student adaptation, tolerance strategies..*

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ СОЦИАЛЬНОЙ ТОЛЕРАНТНОСТИ У СТУДЕНТОВ

Аннотация. *В данной статье рассматриваются особенности сформированности социальной толерантности у студентов с социально-психологической точки зрения. Раскрыта сущность социальной толерантности, её структурные компоненты, а также психологические и социальные факторы, влияющие на её формирование. В ходе исследования определены когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты толерантности, разработаны критерии оценки уровня толерантности среди студентов. Результаты показали, что уровень толерантности студентов различается в зависимости от курса обучения. В качестве эффективных стратегий развития толерантности предложены тренинги межкультурного общения, совместные проекты и программы международного сотрудничества.*

Ключевые слова*: социальная толерантность, межкультурное общение, когнитивный компонент, эмоциональный компонент, поведенческий компонент, коммуникативная компетентность, адаптация студентов, стратегии толерантности.*

Kirish. XXI asr ijtimoiy taraqqiyotida madaniyatlararo muloqot, global integratsiya va inson huquqlarini ta'minlash masalalari dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Globallashuv, axborot texnologiyalarining jadal rivojlanishi, xalqaro ta'lim va mehnat migratsiyasi jarayonlari turli millat, din, madaniyat va ijtimoiy qatlam vakillarining bir hudud va ijtimoiy makonda faol o'zaro aloqaga

kirishishiga olib kelmoqda. Bu esa jamiyatda bag'rikenglik (tolerantlik) madaniyatini shakllantirish va rivojlantirishni strategik zaruratga aylantiradi.

Ijtimoiy tolerantlik - bu insonning turli ijtimoiy guruhlar, madaniy an'analar, diniy e'tiqodlar, milliy qadriyatlar va turmush tarziga nisbatan hurmat, qabul qilish va konstruktiv muloqot o'rnatish qobiliyatidir. UNESCO (1995) deklaratsiyasida ta'kidlanganidek, tolerantlik faqatgina passiv chidamlilik emas, balki "inson huquqlarini, xilma-xillikni va o'zaro hurmatni faol ravishda tan olish" demakdir. Shunday ekan, tolerantlikning rivojlanishi zamonaviy demokratik jamiyatning ajralmas tarkibiy qismi hisoblanadi.

Talabalik davri - shaxsning kasbiy, intellektual, axloqiy va ijtimoiy shakllanishida eng faol bosqichdir. Bu davrda yoshlar o'z dunyoqarashini kengaytiradi, ijtimoiy rollarni o'zlashtiradi va jamiyatning faol a'zosi sifatida shakllanadi. Talabalarning ijtimoiy tolerantligi ularning muloqot kompetensiyasi, ijtimoiy moslashuv darajasi va madaniyatlararo kompetensiyasi bilan bevosita bog'liqdir. Shu sababli talabalarda tolerantlikning shakllanishi, uning xususiyatlari va rivojlanish dinamikasini o'rganish ijtimoiy-psixologik tadqiqotlarning muhim vazifasidir.

O'zbekiston sharoitida tolerantlik masalasi nafaqat ijtimoiy barqarorlik, balki millatlararo totuvlik siyosatining ham poydevoridir. Mamlakatimizda ko'p millatli va ko'p madaniyatli jamiyat mavjudligi, oliy ta'lim tizimida turli hudud va mamlakatlardan kelgan talabalar tahsil olayotgani tolerantlikning amaliy ahamiyatini yanada oshiradi. Oliy ta'lim muassasalarida madaniyatlararo muloqot, akademik hamkorlik va jamoaviy ishlarda ishtirok etish jarayonlari talabalarning bag'rikenglik qobiliyatini shakllantiruvchi muhim omillardan biridir

Mazkur maqolada talabalarda ijtimoiy tolerantlikning shakllanganlik xususiyatlarini aniqlash bo'yicha metodologik yondashuvlar, baholash mezonlari hamda amaliy tavsiyalar keltiriladi.

Metodologiya. Tadqiqot quyidagi ilmiy-metodik asoslar va usullarga tayandi:

1. Ijtimoiy tolerantlik tushunchasi va mohiyati

Ijtimoiy tolerantlik – bu shaxsning ijtimoiy guruhlararo farqlarni (milliy, diniy, ijtimoiy, madaniy, jinsiy, siyosiy va boshqalar) qabul qila olish, ularni ijobiy yoki neytral baholash, konstruktiv muloqot o'rnatish qobiliyatidir. UNESCO (1995) ta'rifiga ko'ra, tolerantlik – bu inson huquqlarini tan olish, xilma-xillikni qadrlash va o'zaro hurmatga asoslangan faol munosabatdir[1,12 b].

Psixologik nuqtai nazardan tolerantlik quyidagi tarkibiy qismlarga ega:

- Kognitiv – boshqalar haqidagi bilimlar, stereotiplarni tahlil qilish qobiliyati;
- Emotsional – ijobiy hissiy munosabat, empatiya;
- Xulq-atvor – konstruktiv muloqot va hamkorlik strategiyalarini qo'llash[2,95 b].

2. Talabalik davrida tolerantlik shakllanishining psixologik omillari

Talabalik davri shaxs rivojlanishining intensiv bosqichidir. Ushbu davrda quyidagi psixologik omillar tolerantlik shakllanishiga ta'sir ko'rsatadi:

1. Ijtimoiy-madaniy muhit – universitetdagi madaniyatlararo muloqot imkoniyatlari, talabalarning turli hududlardan kelishi.
2. Ta'lim mazmuni – ijtimoiy-psixologik fanlar, muloqot madaniyatini rivojlantiruvchi kurslar.
3. Shaxsiy fazilatlar – empatiya, o'z-o'zini tahlil qila olish, konfliktlarni konstruktiv hal qilish ko'nikmalari.
4. Motivatsiya – o'zaro hamkorlik, jamoada ishlashga intilish [2,130 b].

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, talabalar orasida tolerantlik darajasi ko'pincha kommunikativ kompetensiya, ijtimoiy moslashuv va psixologik barqarorlik bilan chambarchas bog'liq.

3. Ijtimoiy tolerantlik darajasini baholash mezonlari

Talabalarda tolerantlikning shakllanganlik darajasini aniqlash uchun quyidagi mezonlar qo'llanilishi mumkin:

- Bilim darajasi (kognitiv mezon) – madaniyatlararo farqlar, inson huquqlari, jamiyatdagi ijtimoiy guruhlar haqidagi bilimlar.
- Hissiy munosabat (emotsional mezon) – begona yoki farqli qarashlarga nisbatan hissiy reaksiya.
- Xulq-atvor (amaliy mezon) – real hayotda bag'rikenglikka asoslangan muloqot va hamkorlik darajasi.

Misol uchun, G. Soldatova va hamkorlari tomonidan ishlab chiqilgan "Umumiy tolerantlik indeksi" metodikasi talabalar orasida keng qo'llanadi.

4. Talabalarda ijtimoiy tolerantlikning shakllanganlik xususiyatlari (tahlil)

Amaliy kuzatishlar shuni ko'rsatadiki:

• 1–2 kurs talabalari ko'pincha guruh va jamoaga moslashish jarayonida bo'ladi, bu davrda tolerantlik asosan hissiy darajada namoyon bo'ladi.

• 3–4 kurslarda kognitiv va amaliy darajalar kuchayadi, talabalar o'z fikrlarini madaniyatli tarzda ifodalash, bahs va muzokaralarda konstruktiv pozitsiyani saqlashga o'rganadi.

• Yuqori tolerantlik darajasiga ega talabalar odatda ijtimoiy faol, turli loyihalarda qatnashuvchi va yetakchilik qobiliyatiga ega bo'ladi.

Biroq, ayrim holatlarda past tolerantlik darajasi – stereotiplar, etnosentrizm, kommunikativ to'siqlar – jamoada nizolar keltirib chiqarishi mumkin. Shuning uchun ta'lim jarayonida maxsus treninglar, madaniyatlararo muloqot mashg'ulotlarini tashkil etish muhimdir.

5. Ijtimoiy tolerantlikni rivojlantirish strategiyalari

Universitet sharoitida talabalar tolerantligini rivojlantirish uchun quyidagi yo'nalishlar samarali hisoblanadi:

1. Madaniyatlararo muloqot treninglari – turli madaniyat, millat va diniy guruhlar bilan ishlash ko'nikmalarini oshirish.

2. Jamoaviy loyiha va tadbirlar – hamkorlikni talab qiluvchi faoliyatlarda talabalarni birlashtirish.

3. Psixologik treninglar – konfliktologiya, empatiya, faol tinglash ko'nikmalarini rivojlantirish.

4. Ta'lim mazmuniga tolerantlik mavzusini integratsiya qilish – ijtimoiy-psixologik fanlarda tegishli bo'limlarni kengaytirish [6,260 b].

Muhokama.

Talabalarda ijtimoiy tolerantlikning shakllanganlik xususiyatlari zamonaviy ta'lim psixologiyasida muhim o'rinni egallaydi. Globallashuv jarayonlari, madaniyatlararo aloqalarning kuchayishi va ijtimoiy muhitning rang-barangligi yoshlarning bir-birini qabul qilish, hurmat qilish va farqlarni qadrlash ko'nikmalarini rivojlantirishni talab etadi. Shu nuqtai nazardan tolerantlik faqat ijtimoiy moslashuvning zaruriy sharti emas, balki shaxsiy va kasbiy muvaffaqiyatning ham muhim omilidir.

Talabalik davri inson hayotida ijtimoiy identifikatsiya, qadriyatlar tizimini qayta ko'rib chiqish va shaxsiy pozitsiyani shakllantirish bosqichi bo'lib xizmat qiladi. Bu jarayonda ijtimoiy tolerantlikning shakllanishi talabalararo munosabatlarda o'zaro hurmat, hamkorlik va murosa madaniyatining rivojlanishiga yordam beradi. Ayniqsa, etnik, diniy va ijtimoiy jihatdan turlicha bo'lgan talabalar guruhida tolerantlikning mavjudligi ijobiy psixologik iqlimni ta'minlaydi.

Shuningdek, tolerantlikning shakllanganlik darajasi talabalarning konfliktlarni qanday hal qilishiga, turli fikrlarni qabul qila olish qobiliyatiga va empatiya ko'rsatish layoqatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Tolerant shaxslar odatda ko'proq muloqotga ochiq, yangi g'oyalarni qabul qilishga tayyor va turli madaniy tajribalarni qadrlovchi bo'ladilar. Bu esa ularning nafaqat shaxsiy, balki kasbiy rivojlanishida ham muhim rol o'ynaydi.

Biroq tolerantlikning shakllanishi bir tekisda kechmaydi. Ba'zi hollarda talabalarda milliy stereotiplar, genderga oid kamsituvchi qarashlar yoki diniy farqlarni qabul qilmaslik kuzatilishi mumkin. Bunday holatlar ijtimoiy guruhlarda bo'linishlarga olib kelishi va samarali hamkorlikni qiyinlashtirishi ehtimoldan xoli emas. Shu sababli ta'lim jarayonida tolerantlikni rivojlantirishga qaratilgan maxsus psixologik treninglar, interfaol mashg'ulotlar va madaniyatlararo muloqotni kuchaytiruvchi pedagogik texnologiyalar muhim ahamiyat kasb etadi.

Talabalarda ijtimoiy tolerantlikning shakllanganlik xususiyatlari ularning shaxsiy rivojlanishi, jamiyatga integratsiyalashuvi va kelgusidagi kasbiy faoliyati uchun mustahkam poydevor yaratadi. Tolerantlik nafaqat ijtimoiy barqarorlikni ta'minlaydi, balki insoniyat taraqqiyotining asosiy qadriyatlaridan biri sifatida yosh avlodning ongida chuqur o'rnashishi lozim bo'lgan sifatdir.

Xulosa. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, talabalarda ijtimoiy tolerantlikning shakllanishi murakkab va ko'p omilli jarayon bo'lib, u shaxsiy fazilatlar (empatiya, o'zini tuta bilish, o'zaro hurmat), ta'lim muhitidagi imkoniyatlar (madaniyatlararo muloqot, o'quv dasturidagi tegishli mavzular,

jamoaviy faoliyat) hamda ijtimoiy tajriba (turli guruhlar bilan ishlash, xalqaro hamkorlik, ijtimoiy loyihalar) kabi bir-birini to'ldiruvchi omillar bilan belgilanadi.

1.Tolerantlik darajasining bosqichma-bosqich rivojlanishi. Tadqiqotlar yuqori kurs talabalarida tolerantlik darajasi ancha yuqori ekanini ko'rsatdi. Bu, bir tomondan, ularning madaniyatlararo muloqot tajribasining ortishi, o'qish jarayonida jamoaviy ishlarda faol qatnashishi va shaxsiy dunyoqarashning kengayishi bilan izohlanadi.

2.Rivojlantirish strategiyalari. Universitetlarda madaniyatlararo muloqot treninglarini tashkil etish, turli millat va ijtimoiy guruh vakillarini birlashtiruvchi jamoaviy loyihalar, ijtimoiy tadbirlar va ko'ngillilar harakatlarini kengaytirish talabalar tolerantligini oshirishda samarali vosita bo'lib xizmat qiladi. Bu jarayon talabalar o'rtasida o'zaro ishonchni mustahkamlaydi va stereotiplarni kamaytiradi.

3.Ta'lim jarayoniga integratsiya. O'quv dasturlariga tolerantlik, madaniyatlararo kompetensiya va kommunikativ madaniyat bo'yicha modullarni kiritish talabalar ongida bag'rikenglik g'oyasini mustahkamlaydi. Xalqaro akademik almashinuv dasturlarida ishtirok etish esa talabalar dunyoqarashini kengaytiradi va ularni global madaniyatning faol sub'ektiga aylantiradi.

Xulosa sifatida aytish mumkinki, talabalarda ijtimoiy tolerantlikning shakllanganlik darajasini oshirish nafaqat ularning shaxsiy rivojlanishi va kelajakdagi kasbiy muvaffaqiyatlari uchun, balki jamiyatdagi ijtimoiy barqarorlik, millatlararo totuvlik va madaniyatlararo tinch-totuv hayotni ta'minlash uchun ham muhim strategik omildir. Tolerantlikning rivojlangan darajasi jamiyatda ijtimoiy integratsiya jarayonlarini tezlashtiradi, ziddiyatlarning oldini oladi va insonlar o'rtasidagi o'zaro hurmatga asoslangan muloqot madaniyatini shakllantiradi. Shu sababli, oliy ta'lim muassasalari talabalarning ijtimoiy tolerantligini rivojlantirishni uzoq muddatli tarbiyaviy va ijtimoiy siyosatning ajralmas qismi sifatida ko'rib chiqishi zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. UNESCO. Declaration of Principles on Tolerance. – Paris: UNESCO, 1995. – 12 p.
2. Yusupov A.S. Ijtimoiy psixologiya asoslari. – Toshkent: O'qituvchi, 2015. – 280 b.
3. Кон И.С. Социология личности. – Москва: Политиздат, 1984. – 367 с.
4. Мартьянова И.А. Диагностика коммуникативной компетентности. – Казань: КГУ, 2009. – 96 с.
5. Мищенко Л.В. Диагностика удовлетворенности учебной деятельностью студентов. – Москва: МГУ, 2010. – 64 с.
6. Солдатова Г.У., Шайгерова Л.А. Психология толерантности. – Москва: Смысл, 2008. – 382 с.
7. Шамионов Р.М., Григорьева М.В. Социально-психологическая адаптация студентов: структура, динамика, факторы. – Саратов: СГУ, 2012. – 152 с.
8. Ғозиев Э.Ғ. Муомала психологияси. – Тошкент: Университет, 2001. – 140 б.

Razakov Farxod Kuvondikovich,
Innovatsion texnologiyalar universiteti “Pedagogika va psixologiya” kafedrasi dotsenti
Psixologiya fanlari bo’yicha falsafa doktori (PhD)

MUSTAQIL TA’LIMDA PROKRASTINATSIYANI KELTIRIB CHIQARUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR TAHLILI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada mustaqil ta’lim jarayonida uchraydigan prokrastinatsiya holati va uni keltirib chiqaruvchi asosiy psixologik omillar chuqur tahlil qilinadi. Talabalarning o’qishga bo’lgan motivatsiyasi, shaxsiy intizom darajasi, o’z-o’zini boshqarish qobiliyati, tashqi va ichki stress omillari, shuningdek, vaqtni noto’g’ri boshqarish kabi omillar prokrastinatsiyaning yuzaga kelishida muhim rol o’ynashi aniqlanadi. Maqolada shuningdek, prokrastinatsiyaning individual psixologik tiplarga bog’liqligi ham ko’rib chiqilib, bu holatni yengish yo’llari bo’yicha amaliy tavsiyalar keltirilgan. Tadqiqot natijalari mustaqil ta’lim samaradorligini oshirish va talabalarning o’z-o’zini rivojlantirish jarayoniga ijobiy ta’sir ko’rsatishi mumkin.*

Kalit so’zlar: *mustaqil ta’lim, prokrastinatsiya, psixologik omillar, motivatsiya, shaxsiy intizom, o’z-o’zini boshqarish, stress, vaqtni boshqarish, ta’lim samaradorligi.*

АНАЛИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ, ВЫЗЫВАЮЩИХ ПРОКРАСТИНАЦИЮ В САМОСТОЯТЕЛЬНОМ ОБУЧЕНИИ

Аннотация. *В данной статье подробно анализируется состояние прокрастинации, встречающееся в процессе самостоятельного обучения, и основные психологические факторы, вызывающие его. Установлено, что такие факторы, как мотивация студентов к учебе, уровень личной дисциплины, способность к самоконтролю, внешние и внутренние стрессовые факторы, а также неправильное управление временем, играют важную роль в возникновении прокрастинации. В статье также рассматривается связь прокрастинации с индивидуальными психологическими типами и приводятся практические рекомендации по преодолению этого состояния. Результаты исследования могут повысить эффективность самостоятельного обучения и положительно повлиять на процесс саморазвития студентов.*

Ключевые слова: *самообразование, прокрастинация, психологические факторы, мотивация, личная дисциплина, самоуправление, стресс, управление временем, эффективность обучения.*

ANALYSIS OF PSYCHOLOGICAL FACTORS CAUSING PROCRASTINATION IN INDEPENDENT LEARNING

Abstract. *This article thoroughly analyzes the procrastination situation encountered in the process of independent learning and the main psychological factors that cause it. It has been established that such factors as students’ motivation for learning, level of personal discipline, self-control ability, external and internal stress factors, as well as improper time management play an important role in the occurrence of procrastination. The article also examines the dependence of procrastination on individual psychological types and provides practical recommendations on ways to overcome this condition. The research results can have a positive impact on increasing the effectiveness of independent learning and the process of self-development of students.*

Keywords: *independent learning, procrastination, psychological factors, motivation, personal discipline, self-management, stress, time management, learning effectiveness.*

Kirish. Zamonaviy ta’lim jarayonida mustaqil ta’lim - talabalarning bilim olishda faol subyekt sifatida o’zini o’zi boshqarish, o’rganish jarayonini mustaqil ravishda rejalashtirish va amalga oshirish qobiliyatini shakllantirishda muhim omil hisoblanadi. Bu yondashuv talabadan yuqori darajadagi motivatsiya, intizom, vaqtni to’g’ri boshqarish va maqsadga yo’naltirilganlikni talab etadi.

Biroq amaliyot shuni ko'rsatmoqdaki, ko'plab talabalar mustaqil ta'limda samaradorlikka erisha olmayapti. Bunga sabab bo'luvchi muhim omillardan biri - prokrastinatsiyadir.

Prokrastinatsiya - bu shaxsning bajarilishi zarur bo'lgan muhim vazifalarni kechiktirishga moyilligi bo'lib, u mustaqil o'qish jarayonida talabaning o'zlashtirish darajasiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa, mustaqil ta'limga o'tgan davrlarda talabaning tashqi nazoratdan mustaqil qolishi, ichki intizom va ruhiy holat bilan bog'liq muammolar bu jarayonda prokrastinatsiya xavfini oshiradi. Ushbu hodisaning psixologik ildizlarini anglab yetish, uning oldini olish va yengish strategiyalarini ishlab chiqish ta'lim samaradorligini oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Mazkur maqolada mustaqil ta'limda prokrastinatsiyaning paydo bo'lishiga sabab bo'luvchi asosiy psixologik omillar o'rganiladi. Jumladan, shaxsning o'z-o'zini anglash darajasi, ichki motivatsiyasi, vaqtni boshqarish ko'nikmalari, shaxsiy intizomi, xavotir va stress holatlari, mukammallik sari haddan tashqari intilish kabi psixologik xususiyatlar tahlil qilinadi. Shu orqali mustaqil ta'limda uchraydigan prokrastinatsiya muammosiga ilmiy-nazariy va amaliy yondashuvlar taklif qilinadi.

Mavzuning dolzarbligi. Bugungi globallashuv va raqamli axborot asrida ta'lim jarayoni tobora o'zgarib, an'anaviy yondashuvlardan mustaqil o'rganish, o'zini o'zi rivojlantirish, uzoq muddatli o'quv maqsadlariga erishishga qaratilgan individual yondashuvlarga qarab siljimoqda. Ayniqsa, oliy ta'lim tizimida talabalar mustaqil ta'limga asoslangan darslardan ko'proq foydalanmoqda. Bu holat ularning mustaqil fikrlash, izlanish olib borish, vaqtni boshqarish va o'z bilim darajasini mustaqil tahlil qilish kabi muhim ko'nikmalarni shakllantiradi. Biroq amaliyotda bu jarayon istalgan darajada samarali kechmayotganini ko'rish mumkin.

Mustaqil ta'lim jarayonining samaradorligiga eng katta xavf soluvchi omillardan biri - bu prokrastinatsiya, ya'ni zarur topshiriq va vazifalarni ortga surish, kechiktirish odatidir. Mazkur psixologik holat talabalarning o'quv faoliyatini sustlashtiribgina qolmay, ularning o'ziga bo'lgan ishonchini kamaytiradi, ruhiy zo'riqishga olib keladi, akademik muvaffaqiyatsizlikka sabab bo'ladi.

Ayniqsa, prokrastinatsiyaning tarqalishi hozirgi kunda kuchayib bormoqda. Bunga bir necha zamonaviy omillar ta'sir qilmoqda:

- Raqamli chalg'ituvchi vositalar (ijtimoiy tarmoqlar, mobil ilovalar va h.k.) - talabaning e'tiborini o'quv jarayonidan chalg'itadi;
- Ichki psixologik bosim va stress - natijada shaxsda o'z qobiliyatiga ishonchsizlik yuzaga keladi;
- Mukammallik sari intilish (perfeksionizm) - bu holat ko'pincha ishni boshlashdan qo'rqishga, uni kechiktirishga olib keladi;
- Motivatsiyaning pasayishi - o'z-o'zini rag'batlantira olmaslik prokrastinatsiyani kuchaytiradi;
- Vaqtni boshqarish ko'nikmalarining yetishmasligi - rejalashtirishga befarqlik, to'g'ri reja tuza olmaslik bu jarayonni murakkablashtiradi.

Shu sababli, prokrastinatsiyani yuzaga keltiruvchi psixologik omillarni aniqlash, ularni ilmiy asosda tahlil qilish va ushbu muammoni bartaraf etish bo'yicha aniq tavsiyalar ishlab chiqish - nafaqat psixologiya sohasida, balki ta'limni isloh qilishda ham muhim o'rin egallaydi. Bu orqali talabalar orasida mustaqil o'rganish madaniyatini rivojlantirish, o'zini anglash darajasini oshirish va eng muhimi - o'quv jarayonini ichki rag'bat bilan olib borish imkoniyati yaratiladi.

Shuningdek, O'zbekistonning oliy ta'lim tizimi bosqichma-bosqich kredit-modul tizimiga o'tib borayotgani ham ushbu mavzuni yanada dolzarb qiladi. Zero, bu tizimda asosiy e'tibor - talabani mustaqil bilim olishga undash va u orqali tanqidiy fikrlash, mas'uliyatli qaror qabul qilish kabi yumshoq kompetensiyalarni shakllantirishga qaratilgan.

Shunday ekan, "Mustaqil ta'limda prokrastinatsiyani keltirib chiqaruvchi psixologik omillar tahlili" mavzusining dolzarbligi uning hozirgi ta'lim tizimidagi o'rni, ijtimoiy-psixologik oqibatlari, shuningdek, zamonaviy yoshlar ongida shakllanayotgan psixologik muammolarni o'rganish nuqtai nazaridan nihoyatda muhim hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Prokrastinatsiya fenomeni so'nggi yillarda psixologiya, pedagogika va ta'lim sohalarida keng qamrovli tadqiqotlarga sabab bo'layotgan dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. Xususan, zamonaviy ta'lim jarayonida mustaqil ta'limning ahamiyati oshib borar ekan, ushbu

yo'nalishda yuzaga kelayotgan psixologik to'siqlar, xususan, prokrastinatsiya holatlari tobora ko'proq e'tiborni tortmoqda. Bu holat nafaqat individual shaxs rivoji, balki umuman ta'lim samaradorligi uchun xavfli omil sifatida talqin qilinmoqda.

Xorijiy adabiyotlar tahlili. Prokrastinatsiya tushunchasi ilk bor 1970-yillarda G. Lay va J. Milgram tomonidan o'rganila boshlagan bo'lib, ularning tadqiqotlarida bu holat "irodani susaytiruvchi ichki psixologik qarshilik" sifatida izohlanadi. Shu bilan birga, T. A. Pychyl va J. R. Ferrari (2000) tomonidan olib borilgan tadqiqotlar prokrastinatsiyaning emotsional va motivatsion ildizlarini o'rganishga yo'naltirilgan. Tadqiqotchilar fikriga ko'ra, prokrastinatsiya ko'pincha stress, xavotir, o'ziga ishonchsizlik, mukammallik sari haddan tashqari intilish bilan bog'liq bo'ladi.

Bundan tashqari, S. Steel (2007) tomonidan yozilgan "The Nature of Procrastination" nomli fundamental tadqiqotda prokrastinatsiya inson irodasi, vaqtni boshqarish ko'nikmalari va impulsni nazorat qilishdagi zaifliklar bilan bog'lanadi. Steelning meta-tahlili yuzlab tadqiqotlar asosida prokrastinatsiyani ijtimoiy-psixologik va shaxsiy xususiyatlarga bog'lab beradi.

Zamonaviy psixologik adabiyotlarda (masalan, Burka & Yuen, 2011; Sirois & Pychyl, 2013) esa prokrastinatsiya individual qaror qabul qilishdagi kechikish, emotsional yengillikni istash va vaqtinchalik xotirjamlikni afzal ko'rish bilan bog'liq deb baholanadi. Bu qarashlar ayniqsa talabalik davridagi mustaqil ta'lim jarayoniga bevosita ta'sir etuvchi omillar sifatida e'tirof etiladi.

O'zbek va rus tilidagi adabiyotlar tahlili. O'zbekistonda mustaqil ta'lim va uning psixologik jihatlari hali yetarli darajada chuqur o'rganilmagan bo'lsa-da, so'nggi yillarda ushbu masalaga bo'lgan ilmiy qiziqish ortib bormoqda. Jumladan, X.S. Tursunov, Z.M. Islomova, G.A. Karimova, N.Q. Xolboeva kabi mahalliy olimlar mustaqil ta'lim samaradorligini oshirish, o'quvchilarning o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish, shuningdek, stress va motivatsiya masalalarini tadqiq qilishmoqda.

Masalan, G.A. Karimovaning o'quvchilarda mustaqil fikrlash ko'nikmalarini shakllantirishga oid ishlari prokrastinatsiyaga qarshi psixologik immunitet hosil qilish yo'llarini bilvosita ochib beradi. N.Q. Xolboeva esa yoshlar orasida kuzatilayotgan motivatsiya tanqisligi va ichki psixologik to'siqlarni o'rganishda prokrastinatsiyaning paydo bo'lish omillariga e'tibor qaratgan.

Rus tilidagi psixologik adabiyotlarda ham ushbu mavzu yetarli darajada o'rganilgan. Masalan, E.P. Ilyin, A.A. Rean, L.F. Burlachuk kabi mualliflar shaxsning ichki motivatsiyasi, ijtimoiy psixologik bosim va vaqtni rejalashtirishdagi kamchiliklar prokrastinatsiyaning asosiy sabablari ekanini ta'kidlaydi. Shuningdek, rus tadqiqotchilar prokrastinatsiyani aktsentuatsiyalangan xarakter tiplariga bog'lab, ularning prokrastinatsiyaga moyilligini tahlil qilganlar.

Analitik umumlashma

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, prokrastinatsiyaning mustaqil ta'limdagi namoyon bo'lishi ko'p omilli va murakkab jarayon bo'lib, u individual, emotsional, ijtimoiy va tizimli omillar bilan chambarchas bog'liq. Ilmiy manbalar ushbu hodisani faqatgina salbiy illat sifatida emas, balki psixologik o'zgarishlar belgisi sifatida baholashni taklif qilmoqda.

Bu esa bizga talabalarda mustaqil o'rganishga oid ichki resurslarni shakllantirish, o'z-o'zini boshqarish, refleksiya va vaqtni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish zaruratini ko'rsatadi. Prokrastinatsiyaga qarshi kurashish, avvalo, uni keltirib chiqaruvchi psixologik omillarni chuqur anglash va ular bilan tizimli ishlashdan boshlanadi.

Tadqiqotning metodologik asosi. Ushbu tadqiqotning metodologiyasi mustaqil ta'lim jarayonida prokrastinatsiya holatini keltirib chiqaruvchi psixologik omillarni aniqlash, tahlil qilish hamda ular bilan kurashish yo'llarini ishlab chiqishga qaratilgan. Tadqiqotda zamonaviy psixologik nazariyalar, ta'lim psixologiyasi, shaxs psixologiyasi, motivatsiya nazariyalari hamda vaqtni boshqarish bo'yicha konseptual yondashuvlardan foydalanildi.

Tadqiqotning metodologik yondashuvlari:

1. Ilmiy-nazariy yondashuv:

- Mustaqil ta'lim, prokrastinatsiya, motivatsiya, o'z-o'zini boshqarish, vaqtni rejalashtirish va emotsional barqarorlik tushunchalari chuqur nazariy tahlil qilindi.
- Shuningdek, xorijiy va mahalliy olimlarning ilmiy qarashlari asosida mavzuga oid ilmiy maktablar o'rganildi (masalan: T. Pychyl, J. Ferrari, G. Lay, S. Steel va boshqalar).

2. Tizimli yondashuv:

o Prokrastinatsiya shaxsning ichki psixologik xususiyatlari, ijtimoiy muhit va ta’lim jarayoni bilan o’zaro aloqador tizimli hodisa sifatida ko’rib chiqildi.

o Mustaqil ta’limda yuzaga keluvchi psixologik omillar o’zaro bog’langan ko’rinishda analiz qilindi.

3. Psixodiagnostik yondashuv:

o Tadqiqotda talabalar orasida prokrastinatsiya darajasini aniqlash maqsadida psixologik testlar, so’rovnomalar va diagnostik metodlardan foydalanish ko’zda tutilgan.

o Jumladan, quyidagi test va usullardan foydalanish mumkin:

➢ Layning prokrastinatsiya shkalasi

➢ Zimbardo Time Perspective Inventory (ZPTI) - vaqtni qanday qabul qilish psixologik holatiga oid test

➢ "O’z-o’zini baholash" testi

➢ Motivatsion profil testi (V.E. Milman, A.A. Rean)

4. Tajribaviy-amaliy yondashuv:

o Tadqiqot doirasida o’quvchilarda (yoki talabalarda) prokrastinatsiya holatini real amaliyotda kuzatish, suhbatlar, intervyular orqali ma’lumot to’plash rejalashtirilgan.

o Prokrastinatsiyani kamaytirishga qaratilgan qisqa muddatli psixoprofilaktika yoki trening dasturlarining samaradorligini baholash usullari ham taklif etiladi.

5. Taqqoslov-analitik yondashuv:

o Turli yoshdagi yoki turli yo’nalishlarda tahsil olayotgan talabalar orasida prokrastinatsiya darajasi taqqoslab tahlil qilinadi.

o Mustaqil ta’lim samaradorligiga ta’sir etuvchi psixologik omillar guruhlab, ularning nisbiy og’irligi aniqlanadi.

Muhokama. O’quvchi va talabalar uchun mustaqil ta’lim - bilimlarni chuqurlashtirish, o’zini rivojlantirish va zamonaviy kompetensiyalarni egallashda asosiy vosita hisoblanadi. Ammo bu jarayonning samaradorligi ko’plab omillarga bog’liq. Xususan, so’nggi yillarda talabalarning mustaqil ta’limda faol bo’lishini susaytirayotgan psixologik muammolardan biri bu prokrastinatsiya hisoblanadi. Ushbu tadqiqot davomida aniqlanishicha, prokrastinatsiya - bu shunchaki dangasalik emas, balki murakkab psixologik va ijtimoiy omillarning o’zaro ta’siri natijasida yuzaga keladigan ichki qarama-qarshilik holatidir.

Tadqiqot doirasida olib borilgan psixologik so’rovnomalar va kuzatishlar prokrastinatsiyaning quyidagi asosiy sabablari mavjudligini ko’rsatdi:

1. Ichki motivatsiyaning pastligi

Talabalarning ko’pchiligida mustaqil bilim olishga bo’lgan ehtiyoj ongli emas. Ko’p hollarda ularning o’qishga bo’lgan munosabati faqat tashqi talablar (imtihon, baho, topshiriq) bilan belgilanadi. Ichki rag’bat yetishmasligi esa prokrastinatsiyaga olib keladi.

2. Vaqtni noto’g’ri boshqarish

Tahlillar shuni ko’rsatdiki, talabalarning ko’pchiligi rejalashtirish ko’nikmasiga ega emas. Ular topshiriqlarni oxirgi daqiqagacha kechiktiradi, vaqtni noto’g’ri taqsimlaydi va shunda ham ishni to’liq bajara olmaydi. Bu esa o’z navbatida stress va o’ziga nisbatan salbiy munosabatni kuchaytiradi.

3. Perfeksionizm va qo’rquv

Ayrim talabalar topshiriqni “mukammal” bajarish istagi sabab uni boshlashni kechiktiradi. Chunki ular xatolardan qo’rqadi, tanqidga uchrashdan xavotirlanadi. Bu holat emotsional zo’riqishga olib kelib, natijada vazifa mutlaqo bajarilmasligi mumkin.

4. Psixologik charchoq va tashqi bosimlar

Zamonaviy yoshlar ko’plab tashqi axborot oqimlari, ijtimoiy tarmoqlar, doimiy solishtirish, ideal obrazlar bosimi ostida yashaydi. Bu holatlar ularning ruhiy barqarorligini buzadi, e’tiborni jamlay olmaslik, charchoq va ichki tushkunlikni keltirib chiqaradi. Aynan shunday holatlar ham prokrastinatsiyani kuchaytiradi.

5. O’z-o’zini boshqarishdagi zaiflik

Tadqiqotlar davomida aniqlanishicha, o'zini boshqarish va intizom darajasi past bo'lgan talabalar prokrastinatsiyaga ko'proq moyil bo'ladi. Ular topshiriqlarga bir maromda yondasha olmaydi, rejalashtirishni istamaslik yoki boshlangan ishni yakunlay olmaslik holatlari kuzatilgan.

Bu muammolar mustaqil ta'limning sifati va talabaning shaxsiy rivojiga salbiy ta'sir qiladi. Ayniqsa, raqamli asrda e'tiborni chalg'ituvchi omillar (ijtimoiy tarmoqlar, telefon ilovalari, internetdagi haddan tashqari ko'p axborot) prokrastinatsiyani yanada kuchaytirmoqda.

Muhokama davomida aniqlangan yana bir muhim jihat - bu prokrastinatsiyaning o'quvchilarda psixologik iz qoldirishi. Uzoq muddatli kechiktirishlar:

- O'ziga bo'lgan ishonchni pasaytiradi;
- O'qishga nisbatan salbiy munosabatni shakllantiradi;
- Ruhiy tushkunlik va xavotirni kuchaytiradi;
- Akademik muvaffaqiyatsizlikka olib keladi.

Shu nuqtai nazardan, prokrastinatsiyaga qarshi kurashish uchun faqat tashqi talablar yoki jazoga asoslangan yondashuv yetarli emas. Bunda kompleks psixologik yondashuv talab qilinadi. Jumladan:

- Motivatsion treninglar;
- Vaqtni boshqarish bo'yicha mashg'ulotlar;
- Emotsional onglilik (mindfulness) asosidagi mashqlar;
- O'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini shakllantirish;
- Shaxsiy mas'uliyatni oshirishga yo'naltirilgan faol o'quv metodlari.

Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, prokrastinatsiyani kamaytirish - bu nafaqat individual yondashuv, balki ta'lim tizimi darajasidagi rejalashtirilgan psixologik va pedagogik yondashuvlarni talab qiladi. Bu borada o'qituvchilarning roli ham muhim: ular talabalarni rag'batlantiruvchi, yo'naltiruvchi, ijobiy muhit yaratishda faol ishtirok etishi lozim.

Tavsiyalar. Tadqiqot natijalaridan kelib chiqib, mustaqil ta'limda prokrastinatsiyaning oldini olish va uni kamaytirish maqsadida quyidagi psixologik va pedagogik tavsiyalar ishlab chiqildi:

1. Ichki motivatsiyani kuchaytirish:

- Talabalarda mustaqil bilim olishga bo'lgan ichki ehtiyojni shakllantirishga yo'naltirilgan metodik yondashuvlar ishlab chiqilsin.
- O'quv jarayonida shaxsiy maqsadlar qo'yish, o'z-o'zini rag'batlantirishga qaratilgan topshiriqlarga keng o'rin berilsin.

2. Vaqtni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish:

- Talabalarga vaqtni samarali taqsimlash, kunlik/haftalik rejalashtirish, ustuvor vazifalarni aniqlash bo'yicha amaliy mashg'ulotlar o'tkazilsin.
- Maxsus "time management" treninglari tashkil etilsin.

3. O'z-o'zini boshqarish va intizomni shakllantirish:

- Talabalarga o'zini tahlil qilish, mas'uliyatni qabul qilish, mustaqil qarorlar qabul qilish bo'yicha psixologik treninglar o'tkazilsin.
- O'quv jarayonida mas'uliyatli yondashuvni rag'batlantiruvchi metodlar (projekt ishlar, portfoliolar) joriy etilsin.

4. Perfeksionizm va xavotirni kamaytirish:

- Talabalar bilan psixologik maslahatlashuvlar yo'lga qo'yilib, muvaffaqiyatsizlikka bo'lgan salbiy munosabatni yumshatish bo'yicha ishlov berilsin.
- Har bir xato - o'rganish uchun imkoniyat ekanligini tushuntirishga asoslangan yondashuvlar kuchaytirilsin.

5. Raqamli chalg'ituvchilarni nazorat qilish:

- Talabalarga texnologiyalardan oqilona foydalanish, "raqamli intizom" tushunchasi haqida tushunchalar berilsin.
- Ta'lim jarayonida interaktiv, ammo chalg'itmaydigan platformalardan foydalanish tavsiya etilsin.

6. Trening va psixoprofilaktik ishlar tashkil etish:

➢ Prokrastinatsiyani kamaytirish, emotsional barqarorlikni oshirish va stressni boshqarish bo'yicha maxsus dasturlar ishlab chiqilsin.

➢ Psixologlar tomonidan muntazam ravishda motivatsion seminarlar, psixologik o'yinlar va mashg'ulotlar o'tkazilsin.

7. O'qituvchilarning roli va pedagogik yondashuvlar:

➢ O'qituvchilar faqat bilim beruvchi emas, balki rag'batlantiruvchi, yo'naltiruvchi va qo'llab-quvvatlovchi bo'lishi kerak.

➢ Mustaqil ta'limga oid topshiriqlar shunchaki "yuklama" emas, balki shaxsiy izlanishga undovchi bo'lishi lozim.

Xulosa. Olib borilgan ilmiy-nazariy tahlil va amaliy kuzatishlar asosida aniqlanishicha, prokrastinatsiya talabaning mustaqil ta'limdagi faolligini pasaytiruvchi, uning intellektual va shaxsiy rivojlanishiga to'sqinlik qiluvchi asosiy psixologik muammolardan biridir. Bu holat, odatda, dangasalik yoki beparvolik sifatida talqin qilinsa-da, amalda u ko'proq ichki psixologik muvozanatsizlik, motivatsiyaning pasayishi, emotsional zo'riqish, shaxsiy intizom va vaqtni boshqarishdagi zaiflik bilan bog'liq murakkab psixologik holatdir.

Tadqiqot davomida aniqlanishicha, mustaqil ta'lim jarayonida prokrastinatsiyani keltirib chiqaruvchi asosiy psixologik omillar quyidagilardan iborat:

- past ichki motivatsiya;
- vaqtni noto'g'ri boshqarish ko'nikmalari;
- o'z-o'zini boshqarishdagi zaiflik;
- mukammallik sari haddan ziyod intilish (perfeksionizm);
- ruhiy charchoq va stress;
- tashqi omillarning (ijtimoiy tarmoqlar, texnologik vositalar) haddan tashqari ta'siri.

Prokrastinatsiya uzoq muddat davom etsa, talabaning o'ziga bo'lgan ishonchi pasayadi, o'quv faoliyatiga salbiy munosabat shakllanadi, ichki norozilik va psixologik muammolar kuchayadi. Bu esa nafaqat akademik natijalarga, balki shaxsiy taraqqiyotga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Стил, П. (Steel, P.) Прокрастинация: почему вы всё откладываете и как с этим справиться. - Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2014. - 320 с.

2. Пичил, Т., Феррари, Дж. (Pychyl, T.A., Ferrari, J.R.) Procrastination and the Priority of Short-Term Mood Regulation: Consequences for Future Self. In: Social and Personality Psychology Compass, 2007, Vol. 1(1), pp. 1–13.

3. Zimbardo, P.G., Boyd, J.N. The Time Paradox: The New Psychology of Time That Will Change Your Life. - New York: Free Press, 2008. - 354 p.

4. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы. - Санкт-Петербург: Питер, 2003. - 512 с.

5. Реан, А.А. Психология личности и мотивации. - СПб.: Питер, 2008. - 384 с.

6. Karimova, G.A. Talabalarda mustaqil ta'lim ko'nikmalarini rivojlantirishda psixologik yondashuvlar. // "Psixologiya va hayot" ilmiy-amaliy jurnali, 2022, №2, – B. 45–50.

7. Xolboeva, N.Q. Talabalarda o'z-o'zini boshqarish va vaqtni rejalashtirishga oid muammolar. // O'zMU Ilmiy axborotnomasi, 2021, №1, – B. 60–65.

Raximova Dilorom Shuxratovna
Profi universiteti "Pedagogika va psixologiya" kafedrasi katta o'qituvchisi
E-mail.rakhimova_dilorom73@mail.ru

O'QUVCHILAR PSIXOLOGIK SALOMATLIGIGA SHAXSLILIK KOMPONENT-LARINING TA'SIRI

Annotatsiya. *Maqolada zamonaviy ta'limda o'quvchilar psixologik salomatligi masalalari yoritilgan bo'lib, psixologik salomatlik tushunchasiga bo'lgan turli qarash, yondashuv va ta'riflar ko'rib chiqilgan. Shu bilan birga umumta'lim tizimida psixologik salomatlikka ta'sir ko'rsatuvchi omillar, psixologik salomatlikni shakllantirish, rivojlantirish, saqlash va mustahkamlash masalalari tahlili qilingan.*

Maktab o'quvchilari psixologik salomatligi ta'lim tizimidagi psixologik xizmat va maktab amaliyotchi psixologlari faoliyatining asosiy vektori ekanligi ta'kidlangan holda bu boradagi xulosalar chiqarilgan. Bu maslahat va tavsiyalar o'quvchilar shaxsliligiga ta'sir ko'rsatuvchi psixologik salomatlik vektorlarini va ular o'rtasidagi korrelyatsion aniqlash orqali shakllantirilgan bo'lib, bu borada ilmiy tadqiqot ishlarini o'z ichiga oladi. Tadqiqotda o'quvchilar psixologik salomatligi bilan shaxslilik komponentlari o'rtasidagi o'zaro aloqasi hamda ta'siri o'rganilgan.

O'quvchilarda psixologik salomatligini shakllantirish va saqlash jarayonida muhim ilmiy tamoyillar va metodologiyalarni aniqlashga qaratilgan bo'lib, bu o'z navbatida o'quvchiga kelajakda to'laqonli yashashi va faoliyat ko'rsatishi uchun zarur bo'lgan jismoniy, intellektual, psixologik va ma'naviy salomatligini ta'minlay oladigan, psixologik sog'lom bo'lgan yetuk shaxsni o'qitish va tarbiyalashni amalga oshirishga xizmat qiladi.

Kalit so'zlar. *salomatlik, salomatlik turlari, psixologik salomatlik, shaxs, shaxslilik, shaxslilik komponentlari, psixologik salomatlik vektorlari, stress, xavotirlanish, komil inson, ruhiy zo'riqish, o'zini-o'zi baholash, o'zini-o'zi ro'yobga chiqarish, ijtimoiylashuv.*

ВЛИЯНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ КОМПОНЕНТОВ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ УЧАЩИХСЯ

Аннотация. *В статье освещены вопросы психологического здоровья учащихся в современном образовании, рассмотрены различные взгляды, подходы и определения понятия психологического здоровья. Также проанализированы факторы, влияющие на психологическое здоровье в системе общего образования, а также вопросы формирования, развития, сохранения и укрепления психологического здоровья.*

Подчёркнуто, что психологическое здоровье школьников является основным направлением деятельности психологической службы в системе образования и практикующих школьных психологов, на основе чего сделаны соответствующие выводы. Данные рекомендации и советы сформированы посредством выявления векторов психологического здоровья, влияющих на личностные качества учащихся, и корреляционного анализа между ними, что включает в себя научные исследования. В исследовании изучена взаимосвязь и влияние между психологическим здоровьем учащихся и компонентами личности.

Основное внимание уделяется выявлению важных научных принципов и методологий в процессе формирования и сохранения психологического здоровья учащихся. Это, в свою очередь, способствует обучению и воспитанию зрелой, психологически здоровой личности, способной обеспечить необходимое для полноценной жизни и деятельности в будущем физическое, интеллектуальное, психологическое и духовное здоровье.

Ключевые слова: *здоровье, виды здоровья, психологическое здоровье, личность, личностность, компоненты личности, векторы психологического здоровья, стресс, тревожность, совершенный человек, психическое напряжение, самооценка, самореализация, социализация.*

THE INFLUENCE OF PERSONALITY COMPONENTS ON STUDENTS' PSYCHOLOGICAL HEALTH

Abstract. *The article highlights the issues of students' psychological health in modern education, and considers various views, approaches, and definitions of the concept of psychological health. It also analyzes the factors influencing psychological health within the general education system, as well as issues related to the formation, development, maintenance, and strengthening of psychological well-being.*

It is emphasized that the psychological health of schoolchildren is a primary focus of the psychological services within the education system and practicing school psychologists, based on which corresponding conclusions have been drawn. These recommendations and suggestions have been formed through the identification of psychological health vectors that influence the personality traits of students, as well as through correlational analysis between them, which includes scientific research. The study examined the relationship and impact between students' psychological health and personality components.

Particular attention is given to identifying important scientific principles and methodologies in the process of forming and maintaining students' psychological health. This, in turn, contributes to the education and upbringing of a mature, psychologically healthy individual capable of ensuring the physical, intellectual, psychological, and spiritual health necessary for a full life and activity in the future.

Keywords: *health, types of health, psychological health, personality, personal development, personality components, psychological health vectors, stress, anxiety, ideal person, mental strain, self-esteem, self-realization, socialization.*

Kirish. Jahonda yosh avlodlar orasida psixologik salomatlikning shakllanishiga ta'sir etuvchi, yosh avlod salomatligini saqlash va mustahkamlash asosida voyaga yetib, kelajakda komil shaxs darajasiga yetish muammosiga alohida e'tibor qaratish doimo dolzarbdir. BMT va JSST tomonidan 10-oktyabr Butunjahon psixologik salomatlik kuni deb e'lon qilingan bo'lib, uning maqsadi – dunyo bo'ylab psixologik salomatlik muammolari haqida xabardorlikni oshirish va psixologik salomatlikni qo'llab-quvvatlash uchun sa'y-harakatlarni safarbar qilishdan iborat[1]. "Psixologik salomatlik" atamasi Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti tomonidan kiritilgan bo'lib, JSSTning bolalarning psixologik salomatligi va ijtimoiy-psixologik rivojlanishi bo'yicha ekspert Qo'mitasining hisobotida (1979) psixologik salomatlik buzilishi ham somatik kasalliklar yoki jismoniy rivojlanishdagi nuqsonlar, ham psixikaga ta'sir qiluvchi va ijtimoiy sharoitlar bilan bog'liq bo'lgan turli xil salbiy omillar va stresslar bilan bog'liqligi aytilgan. Shu nuqtai nazardan psixologik salomatlik bu odamlarga stressli vaziyatlarni yengish, o'z imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish, ta'limda va mehnatda muvaffaqiyatga erishish, jamiyatga hissa qo'shish imkonini beradigan ruhiy farovonlik holatiga erishish zamonaviy ta'limda dolzarb muammolardan bo'lib qolmoqda.

Dunyo ta'lim tizimidagi strategik vazifalarni hal etishda keng miqyosda qo'llanilayotgan PIAAC (o'quvchilar kompetensiyasini baholash), PISA (o'quvchilar bilimini baholash), STEM (texnologiya ta'limini bosqichma-bosqich amaliyotga joriy etishni baholash) xalqaro dasturlarini joriy etish bo'yicha bolalarda bilim, ko'nikma va malakalar shakllanganlik darajasiga qo'yiladigan mezonlar ishlab chiqish, ularning intellektual, axloqiy, shaxsiy va emotsional sohalarini rivojlantirish bo'yicha tadqiqotlar olib borilmoqda. Shu bois, o'zining iqtidoriga tayangan holda o'zgarishlarga tez moslasha olish, kutilmagan vaziyatlar va ulardagi o'z imkoniyatlarini teran baholash, muammolar yechimiga kreativ yondashish ko'nikmalarini shakllantirish orqali yuklatilgan vazifalarni hal etishga qodir bo'lgan yangi avlodni kamol toptirish hamda ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirishda bola psixologik salomatligini saqlashning ijtimoiy-psixologik shart-sharoitlarini o'rganish va takomillashtirishga doir tadqiqotlarga alohida e'tibor berilmoqda.

Mavzuning dolzarbligi.

[1] https://www.who.int/ru/campaigns/world-mental-health-day

Mamlakatimizda sog'lom va barkamol avlodni tarbiyalash, yoshlarning o'z ijodiy va intellektual salohiyatini ro'yobga chiqarish, mamlakatimiz yigit-qizlarini XXI asr talablariga to'liq javob beradigan har tomondan rivojlangan shaxslar etib voyaga yetkazish uchun shart-sharoitlar va imkoniyatlarni yaratish bo'yicha keng ko'lamli aniq yo'naltirilgan chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda, bu borada zarur huquqiy-me'yoriy asoslar yaratildi.

Xususan, O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev o'zining Birlashgan Millatlar Tashkiloti Bosh Assambleyasining 75-sessiyasidagi nutqida ta'kidlaganidek: «... har bir insonning asosiy huquq va erkinliklarini, salomatligi va farovonligini ta'minlaydigan adolatli global tizimni birgalikda yaratishdir». Salomatlik psixologiyasining asosiy maqsadi – insonni har tomondan mukammallashtirishdir. Mazkur fikrlardan ko'rinadiki, shaxs salomatligi uni kamolatining asosiy mezoni sanalib, ilmiy tadqiq etishni taqazo etadi.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi «2022-2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida» PF-60-son, 2020-yil 6-noyabrdagi «O'zbekistonning yangi taraqqiyot davrida ta'lim-tarbiya va ilm-fan sohalarini rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida» PF-6108-son, 2020-yil 6-noyabrdagi «Ta'lim-tarbiya tizimini yanada takomillashtirishga oid qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida» PQ-4884-son qarorlari, 2019-yil 13-fevraldagi 2019-2025-yillarda O'zbekiston Respublikasi aholining ruhiy salomatligini muhofaza qilish xizmatini rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risidagi PQ-4190-sonli, 2023-yil 19-iyundagi «Aholining ruhiy salomatligini muhofaza qilish xizmatini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi PQ-196-son qarorlari hamda faoliyatga oid boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan keng ko'lamli strategik chora-tadbirlarni amalga oshirishda mazkur dissertatsiya tadqiqoti muayyan darajada xizmat qiladi.

Mavzu bo'yicha ilmiy izlanishlarning qisqacha tahlili.

Psixologik salomatlikning o'ziga xos rivojlantirishning maqsadi insonni ruhan va jismonan sog'lom saqlashdir. Mamlakatimizda ruhiy, ma'naviy va jismoniy barkamol avlodni tarbiyalash, ularni sog'lom turmush tarzi madaniyati asosida hayotga tayyorlash borasida turli soha olimlari tomonidan ba'zi tadqiqot ishlari olib borilgan. Bolalarning jismoniy va ruhiy uyg'unlikda kamol topishida ijtimoiy-psixologik omillarning xususiyatlari respublikamiz olimlaridan F.A.Akromova, M.Davletshin, Z.R.Iboddullaev, D.Ilhomova, M.T.Isakova, N.G'.Kamilova, V.M.Karimova, M.Karamyan, Z.Nishonova, A.Saidov, G'.Shoumarov, E.G'oziev va boshqalar tomonidan ilmiy tadqiq etilgan.

Mustaqil davlatlar hamdo'stligi olimlaridan K.A.Abul'xanova-Slavskaya, B.G.Ananyev, V.A.Ananyev, V.M.Bexterev, A.F.Georgievskiy, I.V.Dubrovina, T.V.Kamenskaya, A.V.Shuvalov va boshqalar tomonidan bolalarning psixologik salomatligini saqlash va uni mustahkamlashga oid bir qator ilmiy tadqiqotlar olib borilgan. O'quvchilar shaxsida salomatlik mezonining xususiyatlari, sog'lom turmush tarzi, salomatlik madaniyatini shakllantirishni kuchaytirishga qaratilgan chora-tadbirlarni o'rganish masalalari ilmiy tadqiq etilgan.

Xorij mutaxassislaridan A.Maslou, K.Rojers, J.Piaje, E.Shostrom, E.Erikson, Z.Freyd, E.From va boshqalar tomonidan bolalar va o'smirlar salomatligini saqlash hamda mustahkamlash masalalari ilmiy tadqiq etilgan.

Tadqiqotning maqsadi shaxs psixologik salomatligining ta'rif, tavsiflarini tizimli tahlilini o'tkazish, o'quvchilarining psixologik salomatligini saqlashni o'rganish hamda o'quvchilar psixologik salomatligini mustahkamlashga oid amaliy taklif va tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Asosiy qism.

Jamiyatning siyosiy, ijtimoiy-iqtisodiy hayoti zamonaviy ta'lim tizimidan nafaqat jismoniy, aqliy, ma'naviy, axloqiy sog'lom rivojlangan, balki psixologik sog'lom bo'lgan bo'lajak kadrlarni tayyorlash vazifasi zamonaviy ta'limda psixologik salomatlik tushunchasining ilmiy tadqiq etish masalalari yoritib berilgan. Shu bilan birga Sharq mutafakkirlarining psixologik salomatlikning inson hayotidagi ahamiyati, jamiyat taraqqiyotida shaxsning ruhiy salomatligining o'rni va ahamiyati, komil insonni tarbiyalash, ruhiy salomatlik inson hayotining ajralmas tarkibiy qismi ekanligini aks ettiruvchi ilmiy qarashlari, mazkur masalalarning ijtimoiy-psixologik jihatlari tahlil qilingan. Psixologik salomatlik shaxsiy salomatlikning yuqori darajasi, o'zini va boshqalarni tushunish,

hayotning maqsadi va mazmuni haqida tasavvurlarini, o'zini o'zi boshqara olishga qodirlik (shaxsiy o'zini o'zi boshqarish), boshqa odamlarga va o'ziga nisbatan to'g'ri munosabatda bo'lish ko'nikmasi, o'z taqdiri va o'zini rivojlanishi uchun mas'ul ekanligini anglab yetish qobiliyatini mavjudligi bilan tavsiflanadi. Psixologik salomatlik insonning o'z nuqtai nazaridan kelib chiqib u bilishga harakat qilayotgan, anglab yetgan, boshdan kechirayotgan dunyoda uni qoniqtiruvchi munosib o'z o'rnini topishi bilan bog'liqligi tahliliga e'tibor qaratilgan.

Mazkur izlanishda ijtimoiy psixologiya sohasida psixologik salomatlik va uni saqlashga oid ilmiy izlanishlar jahoning ilmiy markazlari va oliy ta'lim muassasalari tomonidan olib borilganligi tahliliga bag'ishlangan materiallar keltirilgan. Psixologik salomatlik muammosi xorij psixologlari K.A.Abul'xanova-Slavskaya, B.G.Ananyev, V.A.Ananyev, V.M.Bexterev, A.F.Georgievskiy, I.V.Dubrovina, T.V.Kamenskaya, A.V.Shuvalov, A.Maslou, K.Rojers, J.Piaje, E.Shostrom, E.Erikson, Z.Freyd, E.From kabi olimlarning tadqiqotlarida ham aks etgan.

Tadqiqotda rivojlangan davlatlarning yetakchi oliy ta'lim muassasalari va ilmiy markazlarida olib borilayotgan psixologik salomatlikka va uni saqlashning metodologik va uslubiy asoslarini takomillashtirish borasidagi tadqiqotlar tahlil qilingan. Shuningdek, "psixologik salomatlik" tushunchasining psixologik komponentlari va yo'nalishlari, shaxs salomatligiga ta'sir ko'rsatuvchi omillarni o'rganish bo'yicha ilmiy-tadqiqot ishlari, adabiyotlardagi talqini va tadqiqot muammosiga oid manbaalarni tahlil qilish asosida "psixologik salomatlik" tushunchasining psixologik talqini berilgan. Ilmiy tadqiqotdagi mahalliy olimlarning salomatlik psixologiyasini o'rganishga qaratilgan, ko'plab ijtimoiy-gumanitar soha tadqiqotlarida aks ettirilgan ilmiy o'rganish an'analari va maktablari ijtimoiy-psixologik jihatdan nazariy tahlili amalga oshirilgan. Bugungi kun va bugungi dunyoda shaxs uchun psixologik salomatlikning naqadar kuchli va ahamiyatli ekanligini inkor qilib bo'lmaydi. Sog'lom insonlar mazmunliroq va uzoqroq umr kechiradilar, ularning faoliyati muvaffaqiyatli kechish g'oyalari ilgari surilgan.

Empirik natijalar. Psixologik salomatlikning umumiy xususiyatlari, shaxs xulq-atvor strukturasi, psixologik salomatlik komponentlari keltirilgan. Tadqiqotimizning maqsadidan kelib chiqqan holda, ilk o'spirinlar auditoriyasi vakillarining psixologik salomatligidagi o'zgarishlar va salomatlikni saqlashdagi muhitning rolini o'rganish masalasi qo'yilgan.

Mazkur tadqiqotning nazariy-metodologik masalalari va tadqiqotni o'tkazilish usullari haqida ma'lumotlar batafsil bayon etilgan. Bobda A.V. Kozlovning "Psixologik salomatlikni tashxis qilish" (Psixologik salomatlikning individual modeli) metodikasidan olingan natijalar tahlil qilingan. "Psixologik salomatlikning individual modeli"da aks etgan 8 ta vektor bo'yicha quyidagi ta'lim muassasalari: umumta'lim maktabi, akademik litsey va xususiy maktabda ta'lim olayotgan ilk o'spirin yoshdagi o'quvchi qiz va o'g'il bolalar misolida ko'rib chiqildi.

Olib borilgan tadqiqotimizda ishtirok etgan umumta'lim maktabi, akademik litsey va xususiy maktabning qiz va o'g'il bola o'quvchilaridagi psixologik salomatlik shkalalarining ahamiyatlik darajasi Strategik vektor ($U=19.173$; $r\leq0,001$), Ijtimoiy vektor ($U=12.109$; $r\leq0,05$), Men-vektori ($U=30.221$; $r\leq0,001$), Ijodiy vektor ($U=12.836$; $r\leq0,05$) shkalalari bo'yicha yuqori ekanligini kuzatishimiz mumkin.

Psixologik salomatlikning ushbu vektorlarini ahamiyatlilik darajasini yuqori ekanligi ilk o'spirinlik yosh davri bosqichida rivojlanishdagi yangi yuzaga kelgan va bolaning ongini, uni muhitga bo'lgan munosabati, ichki va tashqi hayoti, ushbu davrdagi rivojlanishni borishini belgilab beruvchi asosiy psixik va ijtimoiy o'zgarishlar va ushbu o'zgarishlarning umumlashgan natijasi bo'lgan – o'zini o'zi refleksiyalash, o'z shaxsiy individualligini anglash, hayotiy rejalarni paydo bo'lishi, o'z taqdirini o'zi belgilashga tayyorgarlik, o'z shaxsiy hayotini ongli qurishga ustanovka, hayotning turli sohalariga bosqichma-bosqich integratsiyalashuv bilan asoslanadi. Xususan, hayotiy yo'l, perspektiva, hayotiy ssenariy, hayotiy yo'lning subyektiv kartinasi, hayotiy vazifa, hayotiy dastur, hayotning ma'nosi sifatidagi strategik vektorni yuqori ekanligi ilk o'spirinlik davriga xos bo'lgan kelajakka intilish, ichki mustaqillikning ortishi bilan xarakterlanadi.

O'zaro munosabat, o'zaro ta'sirga kirishish va baholash vositasi imkoniyatini beruvchi, unga jamiyat va uning madaniyatida mo'ljal olishi uchun o'rnatilgan qadriyatlar, g'oyalar, xulq-atvor tizimi va boshqa odamlarni anglashini ta'minlovchi ijtimoiy yo'nalganlik bilan hamda tengdoshlar

bilan muloqot yetakchi faoliyat ekanligiga bog'liq holat ijtimoiy vektorni esa ilk o'spirin yosh davrida yuqori darajada ekanligi bilan bog'liq ekanligini ko'rsatadi. Shu bilan birga ijtimoiy vektorni dolzarbligini ilk o'spirinlik yosh davrida shaxsni jamiyatga kirib kelish va ijtimoiylashuvning eng intensiv davri ekanligi bilan tushuntirish mumkin.

1-jadval.

O'quvchilarning psixologik salomatlik shkalalari bo'yicha olingan natijalar

SHKALALAR	O'RTACHA RANG KO'RSATKICHI						H	P
	umumta' lim maktab o' quvchi qizlari H=50	umumta' lim maktab o' quvchi o' g' il bolalari H=51	Akademik litsey o' quvchi qizlari H=57	Akademik litsey o' quvchi o' g' il bolalari H=52	Xususiy maktab o' quvchi qizlari H=45	Xususiy maktab o' g' il bolalari H=52		
Stragegik vektor (SV)	115.54	153.71	148.58	172.65	146.23	185.28	19.173	0.002**
Ijtimoiy vektor (IV)	165.89	183.65	128.04	149.34	148.02	151.78	12.109	0.033*
Men-vektori (MV)	142.84	148.05	110.93	153.37	185.83	190.87	30.221	0.000**
Ijodiy vektor (IjoV)	148.21	135.03	135.98	156.49	164.67	186.2	12.836	0.025*
Ma'naviy vektor (MaV)	165.05	134.52	144.04	174.58	143	162.34	8.107	0.150
Intellektual vektor (IntV)	154.85	154.09	129.85	177.3	160.49	150.65	8.378	0.137
Oilaviy vektor (OV)	170.47	148.15	161.46	174.54	132.94	133.41	10.871	0.054
Insonparvarlik vektori (IV)	161.21	140.73	144.54	164.2	144.18	168.76	5.048	0.410

Izoh: * – p≤0,05; ** – p≤0,001.

Men-vektori yuqori darajada ekanligi esa ilk o'spirin yosh davridagi o'zini o'zi anglash, o'zini o'zi aniqlash, barqaror «Men» obrazini shakllanishi va o'z «Men»ini kashf etishi bilan asoslanib, ontogenezning aynan shu davrida psixologik yangi yuzaga keluvchi xususiyat sifatidagi o'zini o'zi anglash muammosi muhim va dolzarb bo'lib borishi bilan asoslanadi. Bu esa to'laqonli shaxs rivojlanishi negiz bo'lib hisoblanadi.

Psixologik salomatlikning ijodiy vektori yuqori ekanligi ilk o'spirinlik yosh davrining o'zini ifodalashga bo'lgan ehtiyoj, o'z shaxsiy individualigini izlash, ijod orqali o'zi uchun dunyo va odamlarni kashf etishga moyillikni kuchayishi bilan asoslanishi mumkin bo'lib, o'spirin sifatida sevimli mashg'uloti, hobisi orqali o'zini individualligini topishga intilishini ko'rsatib beradi. Xuddi shunday, ushbu yosh davrining asosiy xususiyatlaridan biri bo'lgan o'z individualligi, takrorlanmasligi va boshqalarga o'xshamasligi anglash ham ijodiy vektorning dolzarbligini asoslaydi.

O'quvchilardan olingan ma'lumotlar psixologik salomatlik vektorlarini o'zaro uyg'un ravishda aloqadorligini tekshirishda barcha ta'lim muassasalari o'quvchilarida Strategik vektor va Ijtimoiy vektor (umumta'lim maktabida r=0,237; r≤0,05, akademik litseyda r=1,000; r≤0,001, xususiy maktabda r=0,208; r≤0,05) bilan ijobiy korrelyatsiyada ekanligi aniqlanib, kelajakka intilish, ichki mustaqillikni ortishi o'quvchilarni jamiyatga kirib kelishlari va ijtimoiylashuvlari eng intensiv davrda ekanligi bilan tushuntiriladi.

Umumta'lim maktablari o'quvchilarida Strategik vektor va Insonparvarlik vektori (r=-0,271; r≤0,001) o'rtasidagi salbiy korrelyatsiyaning mavjudligi umumta'lim maktab o'quvchilari

kelajakdagi xohish va rejalari hamda ijtimoiylashuvlari oila bilan bog'liq tasavvurlarga qaratilmaganligini ko'rsatib beradi. Psixologik salomatlik 8 ta vektorlarining o'zaro korrelyatsion tahlilidan Strategik, Ijtimoiy, Intellektual va Oilaviy vektorlarida yuqori korrelyatsion bog'lanish mavjudligi ma'lum bo'ldi. Bu o'quvchilar o'z shaxsiy hayotlaridan qoniqishlari, ruhiy muvozanatni asosan kelajak maqsadga va ijtimoiy yo'nalganlik, aqliy salohiyat, intellektual yetuklik va oilaviy farovonlikda ifoda qilishlarini ko'rsatdi. Biz bularni psixologik salomatlikning invariativ, ya'ni barqaror mezonlari sifatida, psixologik salomatlikning Men-vektori, Ijodiy, Ma'naviy va Insonparvarlik vektorlarini esa variativ, ya'ni o'zgaruvchan mezonlar sifatida aniqladik. Tadqiqot natijalarida yuqori darajalarni ko'rsatgan Strategik, Ijtimoiy, Intellektual va Oilaviy vektorlar inson o'z shaxsiy hayotining ayrim jihatlaridan qoniqishni his qilish va psixologik salomatlik modelida o'zaro bir-biri bilan bevosita bog'liqlik va aloqadorlikda ekanligi hamda ahamiyat kasb etishi aniqlandi.

Xulosalar:

- O'quvchilarning psixologik salomatligini saqlashda ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini ilmiy-amaliy jihatdan tahlil qilish ta'lim tizimida o'quvchilar o'quv faoliyati bilan bog'liq jarayonlarni rivojlanishiga xizmat qiladi.
- Zamonaviy o'quvchilarning psixologik salomatlik me'yorlarini o'rganish natijalariga ko'ra, psixologik salomatlikning invariativ (barqaror) va variativ (o'zgaruvchan) vektorlari aniqlandi va ular ijtimoiy-psixologik tahlil qilindi.
- Zamonaviy ta'limdagi o'quvchilarning psixologik salomatlik shakllantirishda hayotni anglanganlik darajasini o'rganish muhim ahamiyat kasb etadi.
- O'quvchilarning psixologik salomatligi me'yorlarini o'rganish natijalariga ko'ra o'z kelajagi haqida o'ylash, o'z qobiliyat va imkoniyatlari, xarakteri, o'ziga bo'lgan ishonchini adekvat baholash, tengdoshlar orasida egallagan o'rni, ko'p narsani o'z qo'li bilan bajarishi hamda tashqi ko'rinishi kabi xususiyatlarni bolalar psixologik salomatlik mezonlari sifatida qaraldi. Shunga ko'ra ta'lim-tarbiya jarayonida o'quvchilarda ushbu mezonlar mazmun-mohiyatiga nisbatan adekvat munosabatni shakllantirish maktab psixologik xizmatidagi ustuvor yo'nalishlardan biri bo'lishi kerakligi aniqlandi.
- Psixologik salomatlikni saqlashda vaziyatli va shaxsiy xavotirlanish darajalarini aniqlash o'quvchilarda o'z emotsional holatlarini nazorat va idora qilish ko'nikma, malakalarini shakllantirish hamda emotsional holatlarning korreksiyasida muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Абульханова-Славская К.А. Активность и жизненная позиция личности.-М:Изд-во М.1988.-260 с.4.
2. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания.-СПб.:Питер.2000.-125с.;
3. Ананьев В.А. Основы психологии здоровья. -М: 2007.;
4. Бехтерев В.М. Избранные труды по психологии личности / В.М. Бехтерев. - М.: СПб: Алетейя, 2018. – С.238;
5. Георгиевский А.Ф., Романенков Е.Н. «Школа здоровья» как решающий фактор сохранения здоровья школьников/ЛПсихологопедагогические проблемы инновационных процессов в образованииСб науч.трудов -М, МГГУ им М.А.Шолохова, 2007. С. 31-40.;
6. Дубровина И.В. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы. - Екатеринбург:, 2000. -176 с.;
7. Каменская В.Г. Когнитивная психология. Монография. - 2021. - ЕГУ, 84 с.;
8. Эльконин Д.Б. Введение в психологию развития. М.: Тривола, 1994.-101 с.
9. G'oziyev E.G'. Ўзбек халқининг этнопсихологияси ва болалар тарбияси // Ўзбек оиласининг этнопсихологик муаммолари:Респуб.илмий-амалий анжумани, қисқа маърузалар матни.-Т.,1993.-Б.8-9.
10. Ғозиев Э.Психология: Ёш даврлари психологияси :Пед.ин-тлари ва ун-тларнинг талабалари учун ўқув қўл.-Т.:"Ўқитувчи",1994.-224 б.

Rustamova Iroda Abduqaxxor qizi
Psixologiya fanlari magistri, Toshkent ijtimoiy innovatsiya universiteti,
“Psixologiya va pedagogika” kafedrasi o’qituvchisi

QIYIN HAYOTIY VAZIYATLARGA TUSHIB QOLGAN AYOLLAR UCHUN, QO’LLAB – QUVVATLASH GURUHLARINING AHAMIYATI

Annotatsiya. *Olingan empirik ma’lumotlarga asoslanib, biz quyidagi xulosaga keldik: ayollarning qo’llab – quvvatlash guruhlariga muntazam ishtirok etishlari QHV (qiyin hayotiy vaziyatlar) ni haqqoniy baholashlariga, tashvishlanishlarining ancha kamayishiga va o’zini – o’zi boshqarishining faol strategiyalarini tanlashlariga yordam beradi.*

Tadqiqot qiyin hayotiy vaziyatni boshdan kechirayotgan ayollar bilan ishlashning mumkin bo’lgan va haqiqiy modelini namoyish etadi. U bir vaqtning o’zida bir guruh ayollar uchun ularning og’ir hayotiy holatini idrok etish dinamikasini bir vaqtning o’zida yaxshilashga yordam berish uchun amalda qo’llanilishi mumkin.

Qo’llab-quvvatlash guruhida qiyin hayotiy vaziyatlarni boshdan kechirayotgan ayollarning ishtiroki ixtiyoriy bo’lib, bu ularning ochiqligi va guruh ishiga kirishishiga yordam berdi. Bu qiyin hayot sharoitida ayollarni qo’llab-quvvatlash guruhining terapevtik funksiyasining asosiy ko’rsatkichi bo’lib xizmat qiladi. Bunday tajriba davom ettirish va keyingi tadqiqotlarni talab qiladi.

Kalit so’zlari: *qiyin hayotiy vaziyat, qo’llab – quvvatlash guruhlari, emotsional (hissiy) holat.*

РОЛЬ ГРУПП ПОДДЕРЖКИ ДЛЯ ЖЕНЩИН, ПЕРЕЖИВАЮЩИХ ТРУДНУЮ ЖИЗНЕННУЮ СИТУАЦИЯ

Аннотация.. *На основе эмпирических данных показано, что регулярное участие в группах поддержки способствует переоценке ТЖС, снижению тревожности и выбору активных стратегий совладания.*

В исследовании продемонстрирована возможная и реальная модель работы с женщинами, переживающими трудную жизненную ситуацию. Ее можно применять на практике, в целях содействия одновременному улучшению динамики восприятия своей трудной жизненной ситуации в лучшую сторону одновременно группе женщин.

Участие женщин, переживающих трудную жизненную ситуацию в группе поддержки было добровольным, что способствовало их открытости и погруженности в групповую работу. Это и служит главным индикатором терапевтической функции группы поддержки на женщин в трудных жизненных ситуациях. Такой опыт нуждается в продолжении и дальнейшем исследовании.

Ключевые слова: *трудная жизненная ситуация, группы поддержки, эмоциональное состояние.*

THE ROLE OF SUPPORT GROUPS FOR WOMEN IN DIFFICULT LIFE SITUATIONS

Abstract. *Based on empirical data, it is shown that regular participation in support groups promotes reassessment of difficult life situations, reduction of anxiety, and selection of active coping strategies.*

The study demonstrates a possible and real model of working with women experiencing a difficult life situation. It can be used in practice to facilitate simultaneous improvement of the dynamics of perception of their difficult life situation for the better for a group of women at the same time.

The participation of women experiencing difficult life situations in the support group was voluntary, which contributed to their openness and immersion in the group work. This serves as the main indicator of the therapeutic function of the support group for women in difficult life situations. Such experience requires continuation and further research.

Key words: *difficult life situation, support groups, emotional state.*

Zamonaviy amaliy psixologiyada insonga psixologik yordam yetakchi yo'nalshlardan biri hisoblanadi. Ushbu yo'nalish inson faoliyatining barcha sohalariga tegishli bo'lgani sababli, to'g'ri qo'llanilganida yuqori natijalarni ko'rsatadi.

Hozirgi kunlarda insonlar hayotidagi turli qiyin vaziyatlar muammolariga toboro ko'proq e'tibor qaratilmoqda. Hayotimizdagi turli ijtimoiy- iqtisodiy o'zgarishlar natijasida, odamlar turmush tarzida qiyinchiliklarni ko'payishi, stress – tushkunlikka chidamsizlik kabi holatlar va qiyin hayotiy vaziyatlar yuzaga kelganida insonlar tomonidan aniq bo'lmagan, tartibsiz xatti-harakatlarning bajarilish holatlari ko'payganligi sababli, soha mutahassislarining bu yo'nalish bo'yicha ilmiy izlanishlar olib borishlariga sabab bo'ldi. **Qiyin hayotiy vaziyat** – bu insonga tashqi ta'sirlar yoki insondagi ichki o'zgarishlar natijasida normal hayot faoliyatining buzilishi sodir bo'ladigan vaziyatdir. Bunday vaziyatlarda inson, o'zining yashashi uchun zarur bo'lgan asosiy hayotiy ehtiyojlarini avvalgi hayotiy ko'nikmalari yordamida qondira olmay qoladi.

Maqsad va asos: Qiyin hayotiy vaziyatlarga tushib qolgan odamlarga yordam ko'rsatishning ijtimoiy – psixologik usullari konteksida – qo'llab quvvatlash guruhlari jahon amaliyotida avvaldan ma'lum. Bugungi kunda, O'zbekistonlik mutaxassislar ham, bunday guruhlarni tuzib, o'z ehtiyoji bilan keluvchi ayollarni bu guruhlarga jalb qilish imkoniyatiga egadirlar. Bunday, ayollarni qo'llab – quvvatlash guruhlari mamlakatimizda 2020 yildan beri faoliyat yuritib kelmoqda. Ayollarni qo'llab – quvvatlovchi guruhlarning asosiy shiori: "Ayol tilini ayol bilar"

Guruhga a'zolik bepul bo'lib, uning asosiy sharti, ayol barcha ma'suliyatni o'z bo'ynida ekanligini tushunib yetishidir. Bu yerda nazoratchi, tanqidchi yoki sudya yo'q. Guruhdagi ayrim ishtirokchilarni ko'rib, eshitib - fikr yuritib, birni ko'rib shukr qilib, har bir qatnashchi ongli ravishda, o'z hayotidagi qiyin vaziyatni qanday qilib yengishi mumkinligini, muammosini hal qilish yo'lini topishga harakat qilishni yoki qiyin vaziyatni yumshatish yo'llarini o'rganadi. Ayollar bu guruhlarda bir – birlarini qo'llab – quvvatlab, o'zaro hamdardlik, o'zaro yordam bilan, to'planib qolgan muammolarini hal qilishga harakat qiladilar.

Shuning uchun, ayollarni qo'llab – quvvatlash guruhlari imkoniyatlarini va bu guruhlarning, qiyin vaziyatlarga tushib qolgan ayollarga ko'rsatadigan sub'ektiv yordamlarini o'rganishni juda muhim deb topdik.

Psixologik nuqtai nazardan qarasak, inson hayotidagi davomli qiyinchiliklar, odatiy baxtlilik hissini to'xtatib qo'ygandek bo'ladi va baxtlilikning yangi manbaini topish insonnig muhim maqsadiga aylanadi. Hayotdagi qiyin vaziyatlardan chiqib ketishning aniq bir yo'li bo'lmagan vaqtlarda, qiyin vaziyatlardan chiqib ketish uchun inson o'zining ichki imkoniyati darajasining yangi, avval ishlatilmagan imkoniyat darajalarini qidirib topishga, o'zining avval ma'lum bo'lmagan va inson o'zida mavjudligini taxmin ham qilmagan yangi qirralarini ochishga harakat qilishi kerak bo'ladi. Bu - odamni tubdan o'zgartirish emas, balki umri davomida orttirilgan ijobiy va salbiy hayotiy tajribalari yordamida, kechagi kunidan ham baxtliroq bo'lish deyiladi. Bu esa insonni o'z – o'zini yengishi deyiladi. (Puzirevich. 2015 y)

Qiyin hayotiy vaziyatlarga tushib qolgan ayollarning haftada bir yig'ilishlari va o'z hayotiy tajribalari bilan guruhdagi ayollar bilan o'rtoqlashishlari, fikr almashishlari, inson o'zini yengishi bo'yicha bajariladigan vazifalarni amalga oshirishda katta hissa qo'shadi.

Ushbu olib borilgan tadqiqot, qo'llab – quvvatlash guruhi yig'ilishlarida doimiy ishtirok etuvchi ayollarning qiyin hayotiy vaziyatlardan qanday chiqib ketishlarini idrok eta olishlarining dinamikasini o'rganishga bag'ishlangan.

Tadqiqot maqsadi: qo'llab – quvvatlash guruhining ishtirokchilari – ayollar tomonidan qiyin vaziyatlarni naqadar tushunib yetishlari va buning natijasida orttirgan tajribalarning qanday o'zlashtirishlari dinamikasini aniqlash.

Guruxlardagi o'tkazilgan tadqiqotlarning ko'rinishi: Qo'llab – quvvatlash guruhlarida ish jarayoni 8 hafta davom etdi. Guruh yig'ilishlari haftada bir martta o'kazililib turildi va ularning davomiyligi - 1,5 – 2 soatni tashkil etdi.

Tadqiqot jarayonida, qo'llab – quvvatlash guruhlariga a'zo bo'lishni istamagan ayollar ham tadqiqotda ishtirok etishdi. Ular bilan ham 8 hafta davomida ish olib borildi. Onlayn uchrashuvlar haftada 1 martta o'tkazilib turildi.

Ilmiy ishning mazmuni va uning bajarilishi: Tadqiqot va nazariy tekshiruvlar jarayonida biz - qiyin hayotiy vaziyatlarni o'rganish bo'yicha va qo'llab – quvvatlash guruhlarining ishlari bo'yicha olib borilgan ilmiy ishlarga, shuningdek situatsion yondashuv (K. Levin, N. Grishin), A. Leont'evning – vaziyatga faol yondashuv nuqtai – nazaridan qiyin hayotiy vaziyatni to'g'ri baholashga oid bo'lgan tadqiqotlariga asoslanib ish olib bordik.

Tadqiqotimiz davomida biz, hozirgi kunlarda qiyin hayotiy vaziyatlarga tushib qolgan ayollar bilan muloqatda bo'lib, ular bilan ishladik. Tadqiqotimiz qatnashchilari asosan ayollar bo'lib, ular turli millat va turli dinga mahsubdirlar. Ularning 90% -Toshkentlik, 10% - boshqa viloyatlarda tug'ilishgan, lekin Toshkentda yashaydilar. Tadqiqotimiz boshlanishidan oldin va tugaganidan keyin, ya'ni 2 marta, guruh yig'ilishlari ishtirokchilarini metodologik uslubiy vositalar bilan kuzatish va o'rganish yordamida, ayollarning qiyin vaziyatlarni qay darajada idrok etishlariga oid juda qiziqarli va ilmiy ahamiyatga ega bo'lgan ko'rsatkichlarni aniqladik.

Shunday qilib, qiyin hayotiy vaziyatga tushib qolgan ayollarni - tadqiqot ishtirokchilarini o'rganish jarayonida, ko'p holatlarda faqat Toshkentga hos bo'lgan qiyin vaziyatlar ko'proq uchrashi aniqlandi. Ya'ni, bir xonadonda bir nechta oilaning birga yashashi, o'z kelajagi, o'z qarorlariga javobgarlik hissidan qo'rqish, muhim ishlarni o'z zimmasiga olishdan qo'rqish - shular jumlasidandir. Bu vaziyatlarni odamlar nafaqat subyektiv, balki obyektiv jihatdan ham qiyin bo'lgan vaziyatlar kabi boshdan o'tkazadilar. Bunday vaqtlarda inson har doim ham o'zini to'g'ri, oqilona nazorat qila olmaydi. Bunga sabab turlicha bo'lishi mumkin: oiladagi tarbiya, diniy ta'limotlarga, o'rnatilgan an'analarga rioya qilish, ijtimoiy hayotimizda belgilangan qoidalar va me'yorlar va boshqa shu kabilar.

Tadqiqotimiz boshlanishidan oldin va tadqiqot tugashi jarayonidagi olingan natijalarni taqqoslash vaqtida, qiyin vaziyatga tushgan ayollarning qo'llab – quvvatlash guruhida ishtirok etishi vaqtida, hayotiy vaziyatlarning og'irligi va keskinligi ancha kamayganini qayd etdik. Oila va ish, mansab o'rtasidagi tanlov, o'ziga bo'lgan ishonchni anglash, biznesdagi inqirozni yengish, boshqa davlatga ko'chib ketish va shu kabi juda ko'p turli qiyin vaziyatlar shular qatoriga kiradi. Ayollarni qo'llab – quvvatlash guruhlarida hech qanday mo'jizaviy dorilar yoki qutqaruvchilar yo'q. Lekin ko'pchilik oilalarda qattiqqo'llik bilan tarbiyalangan sharq ayollariga yetishmaydigan - ko'ngildan, chin dildan muloqot bor, o'zaro beg'araz qo'llab – quvvatlash bor, foydali, oqilona fikr – mulohazalar va samimiy suhbatlar bor.

Tadqiqot natijalarimizning statistic tahlilidan olingan ma'lumotlarga asoslanib, qo'llab – quvvatlash guruhlarimizda 8 hafta davomida o'tkazilgan uchrashuvlarimizda muntazam ravishda qatnashgan ayollarning boshlaridan o'tkazayotgan qiyin vaziyatlarni idrok etib, bu vaziyatlarni to'g'ri baholay olishlarida ijobiy o'zgarishlar yuz berganini, ya'ni ijobiy dinamikani ko'rishimiz mumkin. Ayollar turli vaziyatlar borasida bir – birlari bilan o'rtoqlashib, maslahatlashishlari natijasida, qiyin vaziyatlar ancha oydinlashgani, hodisalar asta – sekin nazorat ostiga olina boshlagani, tushkunlik holatlaridan chiqib, salbiy his – tuyg'ularning kamayishi kuzatilib, muammolarni to'g'ri hal qilish uchun harakatlar boshlanganini kuzatdik. Qo'lab – quvvatlash guruhlari ishtirokchilarining doimiy yig'ilishlar ohiridagi natijaviy ko'rsatkichlarini ko'rib chiqsak, ayollar hayotlaridagi qiyin vaziyatlardan chiqib ketish yo'llarini topishga harakat qila boshlaganlarini va bu hayotiy muammolarga aql bilan yondasha boshlaganliklarini ko'rishimiz mumkin. Endi ayollar bu vaziyatlarga, ularning rivojlanib ketishidan qo'rqib, muammolardan qochmasdan, harakatsiz o'tirmasdan, aql bilan qaror chiqarib, ish yuritib, vaziyatni yumshatishga e'tiborlarini qarata boshladilar. Ayollar o'z – o'zini ayblash, o'ziga qarshi borish va o'zini chalg'itish - qiyin hayotiy vaziyatlarda samarasiz strategiya ekanligini tushuna boshlashdi. Biroq, ijobiy o'zgarishlar bo'lmagan alohida holatlar ham qayd etildi.

Qo'llab – quvvatlash guruhida ishtirok etmagan ayollarga kelsak, tadqiqot davomida olingan natijalar solishtirilganda, ayrim ayollarning natijaviy ko'rsatkichlari tadqiqot boshidagi ko'rsatkichlardan deyarli farq qilmadi. Bu natijalarga asoslanib biz, qiyin vaziyatda bo'lgan odamning tashqi yordamsiz o'zini qo'lga olishi va oqilona fikr yuritishi qiyinroq bo'ladi deb taxmin qilishimiz mumkin bo'ladi. Lekin, adolat uchun shuni ta'kidlab o'tishimiz kerakki, qo'llab – quvvatlash guruhida ishtirok etmagan ayrim ayollarda ham o'zlarining og'ir hayotiy vaziyatlarini idrok etishlarida ijobiy o'zgarishlar bo'lganligi kuzatildi.

Agar biz, qo'llab – quvvatlash guruhlarida ishtirok etgan va bu guruhlarda ishtirok etmagan ayollar o'rtasidagi birinchi va ikkinchi tekshiruv natijalarini taqqoslasak, quyidagilarni ko'rishimiz mumkin boladi: tadqiqotning birinchi tekshiruvida, qo'llab – quvvatlash guruhida ishtirok etmagan ayollar qiyin vaziyatlardan qochish va muammolardan chetroqda bo'lishga harakat qildilar. Qo'llab – quvvatlash guruhida ishtirok etgan ayollar esa, aksincha, o'z oldilariga qiyin vaziyatlarni qanday qilib bo'lsa ham yengib o'tishni o'zlariga maqsad qilib, qat'iy qaror qabul qilishdi. Olingan natijalardan ko'rinib turibdiki, guruhlarga qatnashgan ayollar, hozirgi qiyin vaziyat ularning kelajak hayotlariga qanday ta'sir qilishi va qanday salbiy natijalarni keltirib chiqarishi mumkinligini tushunib yetadilar. Qo'llab – quvvatlash guruhlarida ishtirok etmagan ayrim ayollar esa, "Nima bo'lsa bo'lar" deb, vaziyatni shundayligicha qabul qilib, vaziyatni yaxshilashga harakat ham qilmaydilar yoki vaziyatdan qochish strategiyasini tanlaydilar.

Tadqiqotimizning ikkinchi tekshiruv natijalari shuni ko'rsatdiki, qo'llab – quvvatlash guruhida ishtirok etmagan ayollar qiyin hayotiy vaziyatlarini idrok qilishlarida o'zlarini hech narsani tushuna olmagandek tutib, muammoni hal qilishdan ko'ra undan qochishni afzal ko'rishadi. Bu, qo'llab – quvvatlash guruhlarida qatnashmagan ayollar va guruhda qatnashgan ayollar o'rtasidagi asosiy farqdir.

Shu bilan birga, qo'llab – quvvatlovchi guruh ishtirokchilarining og'ir hayotiy vaziyatdagi hissiy holatlarini o'zgarish dinamikasini ham ko'rsatib o'tishni istardim:

Ikkinchi uchrashuvning boshida – qo'rquv, muammoni tushunib yetmaslik, qiyin vaziyatda o'zini yolg'iz sezish.

Ikkinchi uchrashuvning oxirida qatnashchilarda hisobga olinishi kerak bo'lgan juda ko'p turli xil fikrlar paydo bo'ldi.

Beshinchi uchrashuvning boshida – fikrlarning noaniqligi, o'z harakati to'g'ri – noto'g'riligiga shubhalar, muammosi hal bo'lmaganiga g'azablanish.

Beshinchi uchrashuv oxirida – his – tuyg'ularning turlicha bo'lishiga qaramay, ijobiy tomonga o'zgarishi sezildi, boshqalar bilan fikr almashinuvi natijasida harakatlarda ilhomlanish paydo bo'ldi.

Yettinchi uchrashuvning boshida – natija kutish, ijobiy natija olishga kuchli ishtiyoq, tanada g'ayrat va kuch – quvvatning paydo bo'lishi.

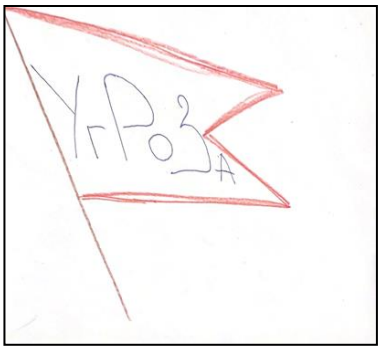
Yettinchi uchrashuvning oxirida – atrofdagilarga qarab rag'batlanish, his – tuyg'ularning ijobiyligi, yaxshi natijaga ishonch.

O'tkazgan tadqiqotimizda biz, "Mening hayotimdagi qiyin vaziyat" - proyektiv chizish texnikasidan ham foydalandik. Qatnashchilarimiz chizgan rasmlarini tahlil qilib, chizmalar va anketalar natijalari o'rtasida to'liq muvofiqlik mavjudligini aniqladik. Chizmalar va ularga yozilgan tariflar asosida va biz tadqiqotning birinchi va ikkinchi tekshiruv vaqtidagi chizmalar natijalari asosida, umumiy natijalarning ma'noviy klasterini tuzdik. Ushbu tahlil eksperimental va nazorat guruhlarimizda o'tkazildi.

Olingan natijalarni tahlil qilishda davom etsak, qo'llab – quvvatlash guruhida ishtirok etmagan ayollarning ayrimlarida ijobiy dinamikani bildiruvchi "umid" so'zini uchratishimiz mumkin. Qo'llab – quvvatlash guruhida ishtirok etadigan ayollarda subyektiv jihatdan qiyin va og'riqli o'tuvchi holatlar - "kuchli his – tuyg'ular" ko'rsatkichi ham bor. Birgina ayolda, "odamlar nima deyishadi" kabi jamoatchilik fikrini hisobga olishi holati uchradi.

Bundan tashqari, chizmalar orqali vaziyatning "ko'r nuqtalarini" ochib berish, ayol boshidan kechirayotgan qiyin hayotiy vaziyatning mohiyatini aniqroq tushunish mumkin bo'ldi. Keling, shu holatni bir qatnashchimiz misolida ko'rib chiqamiz.

Vaziyatning tavsifi: "Umidsizlik. Bir uyda yashaydigan, turmushidan ajrashgan qaynsingil bilan o'zaro munosabatlar. Erning barcha harakatlari, topganlari o'zining oilasi va farzandi bilan qaytib kelgan qaynsingil o'rtasida bo'linadi. Qaynsingil doimiy ravishda janjal va mojoralar uchun sabab izlaydi. U zo'ravon"



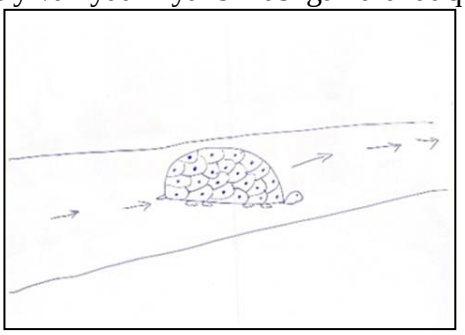
1 - rasm

Qatnashchimizning chizgan rasmiga va unga berilgan ta’rifga qarab, uni yaxshiroq tushunish uchun quyidagi qo’shimcha savollar bergimiz keladi: Bu vaziyatni qatnashchimiz qanday qabul qiladi? Bu holat uning hissiy holatiga qanday ta’sir qiladi? Vaziyat shunday davom etaversa nima bo’ladi?

Savollarimizga javob olish jarayonida, biz, bu vaziyat ayolning ruhiy farovonligiga, turmush o’rtog’i bilan bo’lgan munosabatlariga jiddiy ta’sir qilayotganligi kabi muhim jihatlarni qayd etdik. Agar oilada bu vaziyat davom etaversa, ayolning turmush o’rtog’i bilan munosabatlari yomonlashaveradi, buning natijasida oila buzilib, er - xotin ajralib ketishadi.

Qo’llab – quvvatlash guruhi qatnashchilarining birinchi uchrashuvdagi chizgan rasmlari va sakkizinchi uchrashuvdagi chizgan rasmlarini solishtirsak, mashg’ulotlar davomida ularning qiyin hayotiy vaziyatlarni qanday qabul qilishlarida, idrok etishlarida ijobiy o’zgarishlar bo’lganini ko’rishimiz mumkin. Birinchi tekshiruv vaqtida ayollar tomonidan chizilgan rasmlarda yopiq yo’l, o’zaro aloqa o’rnatishdagi qiyinchiliklarni, tahdid, xavf, yo’qotish, noaniqlik, mustaqillikning yo’qligi ko’rsatilgan bo’lsa, ikkinchi tekshiruv chizmalarida – umid, vaziyatni qayta ijobiy baholash, yangi imkoniyatlar, vaziyatni nazorat qilish, muammolarga yangi yechimlar, vaziyatdan chiqish yo’lini rejalashtirish kabi ijobiy natijalarni ko’rishimiz mumkin.

Shuningdek, birinchi tekshiruv vaqtida qatnashchilardan 4 nafarining rasmlarida, vaziyatni hal qilishga urinishlarini tasvirlangan rasmlar bor edi. Bu, inson mayda qadamlar bilan bo’lsa ham, lekin to’g’ri yo’ldan o’zining qiyin hayotiy vaziyatini yaxshilashga harakat qilayapti, deganidir.



2 - rasm

Qiyin vaziyatga tushib qolgan va qo’llab – quvvatlash guruhida ishtirok etayotgan ayollarning 4 nafarining ikkinchi tekshiruv vaqtida chizgan rasmlarida to’siqlar va salbiy his-tuyg’ular tasvirlangan edi. Buni quyidagicha tahlil qilish mumkin: qiyin hayotiy vaziyatlarni halB qilish yo’lida doimo to’siqlar, qo’rquv va vaziyatni chuqurlashtiruvchi xavflar mavjuddir.

Qiyin hayotiy vaziyatni boshidan kechirayotgan, lekin qo’llab – quvvatlash guruhlarida qatnashmagan ayollarning, tekshirish vaqtidagi chizgan rasmlarini tahlil qilsak, ularning qiyin vaziyatni idrok etish dinamikalarida o’zgarishlar deyarli sezilmaydi. Tadqiqotning birinchi tekshiruvi vaqtida ayollarning chizmalarida – xavf, qarama – qarshilik, noaniqlik, rad etishlar tasvirlangan. Ikkinchi tekshiruv vaqtida chizilgan rasmlarda – xavf, to’siqlar, ta’qiq, nochorlik, ijobiy natijaga ishonch yo’qligini ko’ramiz. Shuni alohida ta’kidlab o’tishimiz lozimki, birinchi tekshiruv vaqtida 3 nafar ishtirokchimizning chizgan rasmlarida ayrim imkoniyatlarni ko’rsatib o’tishgan. Bu shuni ko’rsatadiki, odamlar mavjud bo’lgan imkoniyatlarni ko’radilar, lekin ulardan foydalana olmaganliklaridan qiyin hayotiy vaziyatni boshlaridan o’tkazishda davom etadilar.

Tadqiqotning ikkinchi tekshiruvi jarayonida, beshta ishtirokchining chizgan rasmlarida umid uchqunlari paydo bo'ldi. Bu esa, qiyin hayotiy vaziyatni hal qilish yo'lidagi eng qimmatli yetakchi kuchdir.

Qo'llab – quvvatlash guruhlarida ishtirok etayotgan va guruhga qatnashmagan ayollarning chizgan rasmlarini solishtirsak, qo'llab – quvvatlash guruhiga qatnashgan ayollarda o'zlarining qiyin hayotiy vaziyatlarini idrok etishlarida ijobiy o'zgarishlarni ko'ramiz. Ushbu ijobiy dinamikani qo'llab – quvvatlash guruhlari mashg'ulotlari tugagandan keyin ham kuzatildi. Guruhdagi har bir ishtirokchi ayolning tashvishlarini tanqidsiz, uni qoralamasdan tinglaydigan "guruhdosh dugonasi" bor. Ular bugungi kungacha bir – birlari bilan muloqotda bo'lib, o'z muvaffaqiyatlari va yangiliklari bilan o'rtoqlashib turadilar.

Natijalar: Tadqiqotimiz natijalari shuni ko'rsatdiki, muntazam ravishda qo'llab – quvvatlovchi guruh yig'ilishlarida ishtirok etgan ayollar, o'z hayotiy qiyinchiliklari bilan o'zaro o'rtoqlashib, fikr almashib, muloqotda bo'lishlari - bu qiyin vaziyatlar haqidagi tassavurlarini o'zgartira olishlariga yordam berar ekan. Ayollarning qiyin vaziyatlarni baholash dinamikasida ijobiy o'zgarishlar ko'rindi. Bu ijobiy o'zgarishlarni, statistik hisob – kitob qilish natijasida va ishtirokchilar chizgan rasmlarni sifatli tahlili, tavsifi natijalari orqali ham ko'rishimiz mumkin. Biz, olingan natijalarimizga asoslanib, "Qo'llab – quvvatlovchi guruhlar - ayollarning qiyin hayotiy vaziyatni baholash va idrok etishida ijobiy ta'sir ko'rsata oladi" – deb taklif qilgan gipotezamiz o'z tasdig'ini topdi, deb ayta olamiz.

Qo'llab – quvvatlash guruhlari – bu har bir qiyin ahvolga tushib qolgan ayol ixtiyoriy ravishda keladigan va o'z qiyin hayotiy vaziyatlarini hal qilishga, yengillashtirishga ishonch bilan keladigan joydir. Guruhda ayollar bir – birini boricha, hamdardlik bilan qabul qiladilar, ular o'zaro tashvishlari, qo'rquvlari, tajribalari bilan o'rtoqlashadilar. Guruhdagi har bir ishtirokchilar, har xafta, o'zaro guruhdoshlar bilan fikr – mulohazalar, maslahatlar almashadilar, qollab – quvvatlash guruhi rahbaridan professional ko'rsatmalar, maslahatlar oladilar. Bu esa o'z navbatida, ayollarga qiyin vaziyatlarga boshqa tomondan qarashga, yangi imkoniyatlarni ko'ra olishga yordam deradi. Biz, qo'llab – quvvatlash guruhi – qiyin hayotiy vaziyatga tushib qolgan ayollar ahvoliga psixoterapevtik ta'sir ko'rsatadi degan yana bir gipotezamiz ham o'z tasdig'ini topdi, deb qo'rqmasdan ayta olamiz.

Tadqiqotimiz jarayonida ikki martta o'tqazilgan tekshiruvlarning statistik ma'lumotlari natijalariga asoslanib, asosiy guruh va qo'llab – quvvatlash guruhlari taqqoslanganida, qo'llab – quvvatlash guruhida ishtirok etmagan ayollarda muammolardan qochish, uzoqlashish, ortga chekinish strategiyalaridan foydalanish holatlarini ko'rdik, qo'llab – quvvatlash guruhi ishtirokchilarida esa ijobiy istiqbolga ishonch, muammolarni hal qilishda yangi yo'llarini topishga bo'lgan harakatlarni ko'rishimiz mumkin.

O'tqazgan tadqiqotimizda qo'llanilgan samarali tekshiruv uslubining natijalari, umumiy statistik tahlil natijalariga to'g'ri kelishini ko'rsatdi. Tadqiqot davomida ayollarni birinchi va ikkinchi tekshiruv vaqtidagi chizgan chizmalarini solishtirganda, nazorat guruhiga nisbatan qo'llab – quvvatlash guruhi ishtirokchilari orasida ijobiy dinamikani ko'rishimiz mumkin. Aynan muammoni qayta ko'rib chiqish, qiyin vaziyatda chiqib ketishning yangi yo'llarini topish, muammoni hal qilish kabi ko'rsatkichlarda ijobiy o'sish bo'ldi. Shu natijalarga asoslanib, qo'llab – quvvatlash guruhi qatnashchilarining ikkinchi tekshiruv vaqtida chizgan rasmlarida ijobiy dinamika yorqinroq namoyon bo'ladi, degan shaxsiy gipotezamiz ham o'z tasdig'ini topdi.

Xulosa: Hozirgi kunda o'zimizning qiyin hayotiy ahvolimiz haqida gapirish odatiy holga aylanib qoldi. Davlat va jamoatchilik tomonidan qiyin hayotiy vaziyatlar, xususan ayollar muammolariga ko'proq e'tibor qaratilmoqda.

Qiyin hayotiy vaziyatlar – insonning odatiy turmush tarzining buzilishidir. Bu holatlar insonning hissiy, ruhiy holatiga va jismoniy salomatligiga bevosita ta'sir qiladi.

Bu vaziyatlar inson hayotida kutilmaganda sodir bo'ladigan, insonga to'g'ridan – to'g'ri taaluqli bo'lmagan, tushunarsiz sabablarga ko'ra sodir bo'ladigan vaziyatlardir. Shu sababli, inson boshiga tushadigan qiyin, stressli vaziyatlarni bartaraf etishning samarali yo'llarini ishlab chiqish va uni hayotga tatbiq qilish bilan bog'liq masalalar juda ham dolzarbdir. Insonning qiyin vaziyatlarni yengish qobiliyati, stressli holatni yengillashtirib, o'zining odamlar bilan o'zaro muloqot qilish

qobiliyatiga salbiy ta'sirini kamaytirishning samarali yo'llarini o'zlashtirgani – shaxsning rivojlanish darajasining muhim ko'rsatkichi bo'lib, har bir inson uchun katta mahorat hisoblanadi.

Shu sababli, qo'llab – quvvatlash guruhlarining imkoniyatlarini, shuningdek, bu guruhlarni qiyin hayotiy vaziyatni boshidan o'tkazayotgan ayollarning hayotlaridagi bu voqealarni tushunib idrok etishlariga qanday ta'sir qilishi mumkinligi dinamikasini o'rganib chiqish biz uchun juda muhim bo'ldi.

Tadqiqotimiz davomida, barcha belgilangan vazifalar bajarildi va bizning fikrimizcha, tegishli, dolzarb natijalarga erishdik:

- qo'llab – quvvatlash guruhlari, ayollarning qiyin hayotiy vaziyatlarini idrok etish dinamikasiga psixoterapevtik ta'sir ko'rsatdilar.

- qo'llab – quvvatlash guruhlariga, qiyin hayotiy vaziyatni yengish yoki vaziyatni yengillashtirish uchun harakat qilishga tayyor bo'lgan ayollar keladilar.

- tadqiqotimizda qo'llangan tekshirishning proyektiv usullari, ayollarga o'zlarining qiyin hayotiy holatlarini yanada kengroq ochib berishga va ular e'tibor bermagan, sezmagan yangi his – tuyg'ularni tushunib yetishlariga yordam beradi.

Tadqiqot - qiyin hayotiy vaziyatni boshidan o'tkazayotgan ayollar bilan ishlashning real va haqqoniy modelini yaqqol ko'rsatib berdi. 10 nafar ayollardan iborat guruhlarda bir vaqtning o'zida, ularning qiyin hayotiy vaziyatlarini engib o'tish dinamikasini yaxshi tomonga o'zgartirish uchun amaliyotda bemalol foydalanish mumkin.

Biz erishgan natijalarimiz, "qo'llab – quvvatlash guruhlari g'iybatxona" - degan gaplarga chek qo'yib, kelajakda bu guruhlarning ishlaridan faol foydalanish uchun yangi imkoniyatlar ochib beradi.

Qo'llab – quvvatlash guruhida, qiyin hayotiy vaziyatni boshdan kechirayotgan ayollarning ishtiroki ixtiyoriy bo'lib, bu ularning yorqinroq bo'lishlariga va guruh ishiga oson kirishib ketishlarida juda yordam berdi. Guruh a'zolari hozirgi kunda ham o'zaro onlayn muloqotda bo'lib, do'stona munosabatlarini davom ettirmoqdalar. Ular o'z muvaffaqiyatlari bilan o'zaro bo'lishib, har doim bir – birlarini qollab – quvvatlashga harakat qilishadi. Bu esa, o'z navbatida, qiyin hayotiy vaziyatgagi ayollarni qo'llab – quvvatlash guruhining terapevtik funksiyasini asosiy ko'rsatkichi bo'lib xizmat qiladi. Bu tajribani davom ettirib, yanada ko'proq hayotga tatbiq qilish kerak. Buning uchun tadqiqot hajmini oshirish, guruh yig'ilishlari davomida ishtirokchilarning hissiy holatlari dinamikasini chuqur tahlil qilish, guruh ishi davomida o'ta inqirozli vaziyatlarni yaxshilab o'rganish va guruh rahbarlarining tutgan o'rnini, vazifalarini qat'iy belgilash kerak.

Kelajakda, ushbu tadqiqotlarimizning davomi – turli yoshdagi, turli toifadagi ayollarning natijalarini biz olgan natijalar bilan qiyoslab, tahlil qilish bilan bog'liq vazifalar bo'lishi mumkin. Shuningdek, guruhlardagi uchrashuvlar soni bilan ayollarning qiyin hayotiy vaziyatni idrok etish dinamikasi o'rtasidagi bo'g'liqlikni ko'rib chiqishimiz mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Битюцкая Е. В., Петровский В. А. К вопросу о субъективной и объективной трудности жизненной ситуации // Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие: материалы IV Международной научной конференции, Кострома, 22–24 сентября 2016 г.: в 2 т. /отв. ред. Т. Л. Крюкова, М. В. Сапоровская С. А. Хазова. Т. 1. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2016. С. 17–19 М. В. Сапоровская, Т. Л. Крюкова, С. А. Хазова. Т. 2. Кострома: Издательство Костромского государственного университета, 2019. С. 324–327.

2. Битюцкая Е. В. Опросник способов копинга: методическое пособие. М.: ИИУ МГОУ, 2015. 80 с.

3. Битюцкая Е. В. Структура и динамика образа трудной жизненной ситуации // Вопросы психологии. 2020. Т. 66. № 3. С. 116–131.

4. Битюцкая Е. В. Типы ориентаций в трудных ситуациях // Вопросы психологии. 2018. № 5. С. 41–53.

5. Гришина Н.В. Ситуационный подход к анализу и разрешению конфликтов // Вестник СанктПетербургского университета. Сер. 16, Психология. Педагогика. 2012. Вып. 3. С. 15–21.

Ruzibayev Djaxongir Baxodirjanovich
Moskva davlat universitetining Toshkent shahridagi filiali o'quv-uslubiy boshqaruv boshlig'i

KADRLARNI BAXOLASHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLARI

Annotatsiya. *Butun dunyoda davlat xizmatchilarining malakasini oshirish tizimi xususiyatlarini kompetensiya yondashuvi asosida o'rganish bo'yicha tadqiqotlar olib borilmoqda. Davlat xizmatchilari faoliyati samaradorligini baholash, kadrlar zaxirasi bilan uzluksiz ishlash, eng samarali xodimlarni tanlash, kadrlar zaxirasini shakllantirish, inson salohiyatidan samarali foydalanishga qaratilgan ilmiy asoslangan kompleks tizimlar ishlab chiqilmoqda. Shu maqsadda rahbar kadrlarning asosiy vakolatlarini baholashning ilmiy asoslangan usullarini yaratish, kadrlarni tanlash va tayinlashning amaliy yo'naltirilgan strategik texnologiyalarini ishlab chiqish, davlat xizmatchilari faoliyatini baholash usullarini standartlashtirish va muayyan mezonlarni ilgari surish muammolariga alohida e'tibor qaratilmoqda.*

Kalit so'zlar: *kadrlar, boshqaruv xodimlari, davlat xizmatchilari, kadrlar zaxirasi, kasbiy kompetentsiya.*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ОЦЕНКИ ПЕРСОНАЛА

Аннотация. *В мире проводятся исследования по изучению особенностей системы профессионального развития государственных служащих на основе компетентностного подхода. Разрабатываются научно обоснованные комплексные системы, направленные на оценку эффективности работы государственных служащих, непрерывную работу с кадровым резервом, отбор наиболее эффективных сотрудников, формирование кадрового резерва, эффективное использование человеческого потенциала. С этой целью особое внимание уделяется проблемам создания научно обоснованных методов оценки основных компетенций управленческих кадров, разработке практически ориентированных стратегических технологий подбора и назначения кадров, стандартизации методов оценки деятельности государственных служащих и продвижения определенных критериев.*

Ключевые слова: *персонал, управленчиские кадры, государственные служащие, кадровый резерв, профессиональная компетентность.*

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF STAFF EVALUATION

Abstract. *Research is being conducted in the world to study the features of the system of professional development of civil servants based on the competence approach. Scientifically based complex systems are being developed aimed at assessing the effectiveness of civil servants, continuous work with the personnel reserve, selection of the most effective employees, formation of the personnel reserve, effective use of human potential. For this purpose, special attention is paid to the problems of creating scientifically based methods for assessing the basic competencies of managerial personnel, developing practically oriented strategic technologies for the selection and appointment of personnel, standardizing methods for assessing the activities of civil servants and promoting certain criteria.*

Key words: *personnel, managerial personnel, civil servants, personnel reserve, professional competence.*

За последние годы в нашей стране создана нормативно-правовая база развития системы государственной службы, основанная на принципах профессионализма и компетентности. В стратегии «Узбекистан-2030», предложенной нашим Президентом поставлен ряд неотложных задач по «... организации государственной гражданской службы на основе принципов меритократии, честности и профессионализма» [1]. В связи с этим одной из актуальных задач сегодняшнего дня является изучение основных психологических механизмов, связанных с

развивающим воздействием центров оценки государственных служащих, выявление связей между процедурами оценки и их развивающим воздействием, а также поиск теоретических и практических решений.

Процесс оценки персонала в организациях имеет длительную практическую и научную историю, как с точки зрения становления и развития оценки профессиональной компетентности персонала, что, в свою очередь, проявляется в высокой заинтересованности исследователей в продолжении изучения данной темы, так и с точки зрения его роли, месте и значимости, представление о развитии которых представляются несколькими исторически значимыми этапами.

Как отмечено в работах многих зарубежных ученых, в последние десятилетия процесс подбора, процесс оценки и процесс расстановки кадров является требованием последовательно заменяющих друг друга концепций управления с научной точки зрения. В учениях отмечаются не только основные изменения в развитии понятия об определении потенциала сотрудников, но и его применение [2], Таким образом, теория научной организации труда, которая преобладала в начале прошлого века, указывала, в первую очередь, на преобладание основополагающих правил бюрократической организационной культуры, где, определяя ведущая роль в развитии умений, уделялось особое внимание работе персонала в рамках строго заданных технологий. Таким образом, оценка персонала определялась из соответствия работника требованиям конкретной должности или рабочему месту. Сменившая ее теория человеческих отношений, в своих требованиях привлекает внимание к оценке вовлеченности персонала в общепринятые для всех нормы и ценности, появление понимания ответственности на основе договора, которое способствует персонализации деятельности и развитию технологий, умению работать в условиях конкуренции. При этом становится бесспорным то, что главенствующая роль отводится оценке индивидуальных способностей, развитию творческих возможностей и способностей к аналитическому мышлению, умению ориентироваться в ситуации и дальнейшей перспективе развития - всё это в совокупности направлено на получение результата.

В настоящее время, на смену этим теориям приходит новая модель управления человеческими ресурсами - модель командного менеджмента, предполагающая умение командной работы с коллегами, нацеленных на решение нестандартных задач в условиях усложненной профессиональной деятельности, выполнение которой представляется невозможным с точки зрения ресурсов одного специалиста. Это, в свою очередь, бросает вызов современному обществу и науке для внедрения изменений и пересмотру подходов к оценке персонала.

Кроме того, следует отметить отсутствие единства мнений как среди отечественных, так и среди зарубежных авторов по вопросам проведения процесса оценки персонала организации, в отношении методов проведения комплексной оценки персонала организации, их содержания, временного интервала, цикличности и сроков проведения. Нельзя не согласиться и с тем, что накопленный большой объем материала [3], базирующийся на изучении данного вопроса на протяжении длительного исторического периода, полностью признается и, в целом, определяет, насущную потребность в оценке персонала в настоящее время для всей организации с целью повышения эффективности её деятельности. Однако, с другой стороны, новые эмпирические исследования и экспериментальные работы, позволяющих усмотреть инновационные подходы к объяснению данных весьма малочисленны.

Исходя из вышеизложенного, можно выделить три типа существенной информации:

- сведения об эффективности работника.

В основу данной информации заложены технологии и методы деловой оценки персонала, признанные многими учеными.

- сведения об индивидуально-психологических особенностях, определяющих потенциальные способности персонала.

В основе данной информации лежит использование психодиагностических процедур, методы проведения которых обоснованы, изучены и описаны в исследованиях отечественных и зарубежных ученых.

• информация о характерных особенностях коммуникации людей в социуме и механизмы адаптации их поведения при принятии решений поставленной задачи.

Данная информация, полученная при проведении экспертного оценивания, по содержанию и технологии проведения могут расходиться во мнениях.

Анализ научных работ, в которых определены проблемы экспертного оценивания персонала организации, указывает на существование как минимум двух представлений в вопросе понимания и построения самих методов оценивания:

• представление о различном понимании объектов оценки содержит как личностный подход, так и ситуативный;

• Представление наблюдения эмпирического подхода к получению информации, ее изучению и трактовке получения путем диагностических данных.

Изучение имеющихся методов экспертного оценивания предоставляет возможность дать краткий обзор особенностей вышеназванных представлений о совокупности обычно взаимоисключающих мнений разных авторов.

Индивидуальные особенности кадрового сотрудника предполагает характерологический и квалифицированный образец сотрудника, что является ключевым параметром в «личностном» подходе, в то время как анализ затрат труда, его сложности и результативности труда работника являются характерными для «ситуативного» подхода. Вместе с тем, в обоих подходах есть как сильные, так и слабые стороны, предполагающие приверженность или критику различных авторов [3].

Основополагающая концепция «личностного» подхода исходит из предположения результативности функционирования квалифицированного работника, который, в целом, зависит от целого комплекса необходимых личностных качеств [4], тогда как знания, необходимые для работы, умения и навыки содействуют увеличению возможности в достижении обеспеченности и состоятельности сотрудника Научные изыскания метода взаимосвязи индивидуально- личностных особенностей, которые применяются к отбору и экспертному оцениванию, направлены на формулировку результативных методов и принципов управления, их психологических качеств, свойственных профессиональным менеджерам, основываясь на которые, становится возможной разработка различных управленческих тестов. В этой связи, исследователи, занимающиеся вопросами данного подхода ставят перед собой задачу составления «психологического портрета» сотрудника, занимающего конкретную должность путем использования специфических психодиагностических методов, а также метода экспертных оценок, приходя к мнению о том, что могут встречаться затруднения экспертного оценивания умений, потенциала, вероятных преимуществ личности на основе проделанной работы, возникают сомнения в выполнении данного принципа оценивания из-за несостоятельности норм экспертного оценивания и определения меры вида профессиональной деятельности.

Так, исследователи, которые акцентируют взгляд на «ситуативный» подход для личностей, которым характерны всевозможные индивидуальные нюансы, высказывают мнения о специфике совершения характерных отдельных случаев проявления и установления идентичных алгоритмов действия при принятии решений. Несмотря на то, что те, кто обладают индивидуальными качествами подходят к решению задач по –разному, они и ведут себя в таких условиях по-разному. Так, возвращаясь к этой истине, замечаем довольно субъективную экспертную оценку, а показатели профессионализма его работы предоставляются и учитываются вполне правдиво. Поэтому, главное, для оценки эффективности их работы необходим учет конечных результатов работы, при которых очевидны как доход и рентабельность, так и увеличение количества желающих потребителей, исследования общественно-выгодных условий работы сотрудников организации, с показателями их причастности, заинтересованности, объема заработной платы, производственных напряжений и споров в коллективе. Каждый из вышеуказанных подходов обеспечивает разработку и совершенствование надлежащих методов оценки, обеспечение максимально точного подхода к полномочиям персонала в отношении их успеха.

Обратим внимание на использование количественных и качественных методов в изучении проблемного поля управления персоналом. В исследованиях данные методы приняли общепринятую форму, при которой рассматриваются способы сбора данных и их толкования, прежде всего учитывается факт их практически одновременного появления на поле оценки трудовой деятельности [5,6]. Основные отличия указанных подходов представлены в таблице

Таблица 1.

Сопоставление особенностей качественных и количественных методов исследования

Качественные методы	Количественные методы
1. Источник	
гуманитарные науки, психология	социальные науки, социология
2. Модель исследования научного предмета	
Тесная связь с «пониманием психологии». Опирается на глубинное психологическое изучение субъективных познаний и феноменов. Специфично индуктивное исследование.	Соответствие «парадигме естественной науки». Использование объективных знаний, идентификация статистических количественных моделей. Специфично индуктивное исследование.
3. Сложность выявления	
Специфическая.	Обобщенный.
4. Конкретизация и проблематичность изыскания	
На основе понимания рассматриваемых аспектов с различных точек зрения, с разных теоретических точек зрения, с точки зрения общественного мнения.	Развертывая гипотезы, эмпирически опробованные на больших статистических данных.
5. Установление цели изыскания	
Попытка разъяснения этих явлений; весьма расплывчатая постановка задач; разъяснение цели изыскания.	Концептуально-когнитивный аспект; концептуально-практический; практический.
6. Использование способов и технологий в исследовании	
Атипичные, схематичные, не полностью соответствующие стандартам.	Соответствующие стандартам.
7. Способ выявления	
Малое выявление.	Обширное выявление.
8. Взаимосвязь со статистическим процессом	
Пренебрежительное отношение к процедурам статистического процесса.	Использование статистических процессов.
9. Приоритетность	
Рентабельность. Достаточность абсолютного механизма. Приспособляемость. Чтобы понять объект в полной мере, нужно изучить все его стороны. Важен рациональный подход, тщательное сбор информации и умение видеть взаимосвязи. Разработка новых концептуальных материалов. Распознавание индивидуальных и переменных характеристик	Масштабность. Вероятность значительных обобщений. Сравнительная простота обработки данных. Возможность повторного использования и проверки результатов. Идентификация стабильных и целевых описаний предмета исследования. Объективность процедуры проведения исследовательской работы. Способность сравнивать отдельные показатели с данными, полученными в результате проведения крупных выборочных исследований. Создание математического способа исследования предмета
10. Определение границ исследования	

Значительное использование в работе субъективизма. Усложнённость диагностики материалов исследования. Наличие профессионализма изыскателя. Получение толкования и разъяснения результатов, полученных разными исследователями.	Весьма неглубинная психодиагностика. Неадекватность ответов испытуемых. Необъективность, вызванная путем принятия необоснованных выводов, признаков желаемого общественного мнения. Недостаточная обоснованность задаваемых вопросов. Недостаточная приспособляемость.

Анализ современных исследований показывает, что оценка персонала организации становится центральной темой всех практических разработок в кадровом менеджменте, поскольку используется при решении практических всех проблем управления персоналом от приема на работу до увольнения. Совершенно справедливо, что большинством авторов признает необходимость оптимизации процедур и методов оценки персонала, в то же время отмечается дефицит новых подходов в данной области [8,9].

Список используемой литературы.

1. https://lex.uz/docs/6600404
2. О'Шонесси Дж. «Принципы организации управления фирмой». М.: Прогресс. - 1979 . - 420 с.
3. Психологическая диагностика в управлении персоналом: учебное пособие для сотрудников кадровых служб. / Под ред. Е.А.Климова. – М.: РПО, 1999
4. Маслов Е.В. Управление персоналом предприятия. – М.: Москва – Новосибирск, 1998
5. Бусыгина, Н. П. Качественные и количественные методы исследований в психологии: учебник для бакалавриата и магистратуры / Н. П. Бусыгина. - М. : Издательство Юрайт, 2019. - 423 с.
6. Карандашев, В. Н. Методология и методы психологического исследования. Выполнение квалификационных работ : учеб. пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры / В. Н. Карандашев. - 4-е изд., перераб. и доп. - М. : Издательство Юрайт, 2019. - 132 с.
7. Ульрих Дейв, Брокбэнк Уэйн. HR в борьбе за конкурентное преимущество. Издательство: Претекст, 2017 г.
8. Бондаренко А.К., Отечественный и зарубежный опыт оценки персонала [Электронный ресурс].
9. Научно-практический электронный журнал Аллея Науки №11(38) 2019.

Sagatova Shoxsanam Forruh qizi
O'zbekiston Milliy universiteti katta o'qituvchisi
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
E-mail: sagatova_7227@gmail.com

MAXSUS EHTIYOJLI FARZANDI BOR AYOLLAR HAYOTIY CHIDAMLILIGINING PSIXOLOGIK TAHLILI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada nogiron farzandni tarbiyalayotgan ayollarning stressli holatlarni yengib o'tish qobiliyati, ichki muvozanatni saqlash va faoliyat samaradorligini pasaytirmasdan qiyin vaziyatlardan chiqish strategiyalari va hayotiy chidamlilik ko'rsatkichlarining ularning psixologik farovonlik darajasiga ta'siri eksperimental o'rganilgan. Natijalar R.S.Nemovning "Qiyin hayotiy vaziyatlardan chiqish", S.Maddining D.Leontyev tomonidan moslashtirilgan "Hayotiy chidamlilik diagnostikasi" va K.Riffning "Psixologik farovonlik shkalasi" metodikalari asosida tahlil qilingan.*

Kalit so'zlar: *nogironlik, psixologik farovonlik, qiyin vaziyatlardan chiqish, hayotiy chidamlilik, ishtirok etish, nazorat qilish, tavakkal qilish.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ЖИЗНЕННОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ЖЕНЩИН, ВОСПИТЫВАЮЩИХ ДЕТЕЙ С ОСОБЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ

Аннотация. *В данной статье экспериментально исследовано влияние способности женщин, воспитывающих детей с инвалидностью, преодолевать стрессовые состояния, сохранять внутреннее равновесие и не снижать эффективность деятельности, а также стратегий выхода из сложных жизненных ситуаций и показателей жизненной устойчивости на уровень их психологического благополучия. Результаты проанализированы на основе методик Р.С. Немова «Выход из трудных жизненных ситуаций», С. Мадда, адаптированной Д. Леонтьевым «Диагностика жизненной устойчивости» и К. Риффа «Шкала психологического благополучия».*

Ключевые слова: *инвалидность, психологическое благополучие, выход из трудных ситуаций, жизненная устойчивость, участие, контроль, риск.*

PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF THE RESILIENCE OF WOMEN RAISING CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS

Abstract. *This article experimentally investigates the impact of the ability of women raising children with disabilities to overcome stressful conditions, maintain internal balance, and sustain work efficiency, as well as their strategies for coping with difficult life situations and resilience indicators on their level of psychological well-being. The results were analyzed based on the methodologies of R.S. Nemov's "Coping with Difficult Life Situations," S. Maddah's "Resilience Diagnosis" adapted by D. Leontiev, and K. Riff's "Psychological Well-Being Scale."*

Keywords: *disability, psychological well-being, coping with difficult situations, resilience, engagement, control, risk.*

Hozirgi globallashuv va murakkab ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlar insonning ruhiy bardoshliligi, ichki kuchi va hayotga moslashuv darajasini yanada dolzarb masalaga aylantirmoqda. Ayniqsa, jamiyatda og'ir ijtimoiy vaziyatga tushib qolgan, farzandini to'liqsiz oilada yoki nogironligi mavjud bo'lgan farzandni tarbiyalayotgan xotin-qizlar sonining ortib borayotgani bu masalaning chuqur psixologik tahlilini talab etadi. Maxsus ehtiyojli farzandni tarbiyalayotgan ayollar nogiron bola parvarishida turmush o'rtog'ining qo'llab-quvvatlashi yetishmasligi, iqtisodiy ahvolining qoniqarli emasligi, avlodida tug'ma nogironligi bo'lgan shaxslarning mavjudligi haqidagi ma'lumoti, nogiron farzandning dunyoga kelishida qarindoshlari tomonidan aybdor sanalishi, nogiron bola xulq-atvoriga

jamiyat tomonidan bildiriladigan reaksiyalar, ijtimoiy himoyaga erishish yo'lidagi qiyinchiliklar, nogiron farzandi bor ayolning ijtimoiy tadbirlarga borishdan cheklanishi, ayolning mehnat bilan band bo'la olmasligi kabi muammolarga duch kelishlari ularning psixologik farovonligi, hayotiy chidamlilik va qiyin hayotiy vaziyatlardan chiqish darajalariga sezilarli ta'sir ko'rsatadi [2, 4].

Ushbu ilmiy ishning yo'nalishi - nogiron farzandni tarbiyalayotgan ayollarning stressli holatlarni yengib o'tish qobiliyati, ichki muvozanatni saqlash va faoliyat samaradorligini pasaytirmasdan qiyin vaziyatlardan chiqish strategiyalarining ularning psixologik farovonlik darajasiga ta'sirini o'rganishni ko'zda tutadi.

Ilmiy tadqiqotning maqsadidan kelib chiqib, R.S.Nemovning "Qiyin hayotiy vaziyatlardan chiqish", S.Maddining D.Leontyev tomonidan moslashtirilgan "Hayotiy chidamlilik diagnostikasi" va K.Riffning "Psixologik farovonlik shkalasi" metodikalari tanlab olindi [1]. Metodika ko'rsatgichlarining birlamchi tahlilini kuzatganimizda, quyidagi natijalar aniqlandi:

1-jadval.

R.S.Nemovning "Qiyin hayotiy vaziyatlardan chiqish" metodikasi ko'rsatkichlarining normal taqsimlanishga mosligini tekshirish natijalari (Kolmogorov-Smirnov Z mezoni asosida)

Shkalalar	Min.	Maks.	O'rtacha	St.og'ish	Kolmogorov-Smirnov Z	p
Qiyin vaziyatlardan chiqish shkalasi	7	29	17,0	4,7	1,0	0,28

R.S.Nemovning "Qiyin hayotiy vaziyatlardan chiqish" metodikasi ko'rsatkichlarining normal taqsimlanishga mosligi Kolmogorov-Smirnov Z mezoni asosida tekshirilganda, Qiyin vaziyatlardan chiqish shkalasi ko'rsatkichlari ($Z=1,0$; $p<0,28$) meyoriy ma'lumotlarga mos kelishi anqlandi.

2-jadval.

S.Maddining D.Leontyev tomonidan moslashtirilgan "Hayotiy chidamlilik diagnostikasi" metodikasi ko'rsatkichlarining normal taqsimlanishga mosligini tekshirish natijalari (Kolmogorov-Smirnov Z mezoni asosida)

Shkalalar	Min.	Maks.	O'rtacha	St.og'ish	Kolmogorov-Smirnov Z	p
Ishtirok etish	8	53	30,8	9,5	0,9	0,45
Nazorat qilish	10	48	25,2	7,2	1,1	0,19
Tavakkal qilish	5	30	14,2	5,1	1,1	0,15
Hayotiy chidamlilik darajasi	28	114	70,2	18,3	0,7	0,73

Jadvaldagi ma'lumotlarga ko'ra mazkur metodikaning ishtirok etish ($Z=0,9$; $p<0,45$), nazorat qilish ($Z=1,1$; $p<0,19$) tavakkal qilish ($Z=1,1$; $p<0,15$), hayotiy chidamlilik darajasi ($Z=0,7$; $p<0,73$) shkalalari natijalari ham meyoriy ma'lumotlarga mos keladi.

3-jadval.

K.Riffning "Psixologik farovonlik shkalasi" ko'rsatkichlarining normal taqsimlanishga mosligini tekshirish natijalari (Kolmogorov-Smirnov Z mezoni asosida)

Shkalalar	Min.	Maks.	O'rtacha	St.og'ish	Kolmogorov-Smirnov Z	p
Ijobiy munosabatlar	33	77	54,8	9,1	0,7	0,74
Avtonomiya	36	81	53,0	8,2	1,1	0,16
Atrof-muhitni boshqarish	34	77	54,7	8,2	1,0	0,23
Shaxsiy o'sish	34	76	56,9	7,7	0,6	0,86
Hayotdagi maqsadlar	39	78	58,9	7,9	0,8	0,63
O'z-o'zini qabul qilish	29	79	53,5	9,2	0,7	0,66
Psixologik farovonlik	239	437	331,9	37,8	0,5	0,98

K.Riffning “Psixologik farovonlik shkalasi” ko’rsatgichlarining birlamchi tahlilini kuzatganimizda, olingan natijalar ijobiy munosabatlar (Z=0,7; p<0,74), Avtonomiya (Z=1,1; p<0,16), Atrof-muhitni boshqarish (Z=1,0; p<0,23), Shaxsiy o’sish (Z=0,6; p<0,86), Hayotdagi maqsadlar (Z=0,8; p<0,63), O’z-o’zini qabul qilish (Z=0,7; p<0,66) kabi shkalalar bo’yicha nisbatan meyorda ekanligini ko’rsatdi.

Mazkur metodikalar asosida nogiron farzandi bor ayollardagi qiyin vaziyatdan chiqish yo’llari va hayotiy chidamliligining psixologik farovonlik darajasi bilan o’zaro bog’liqligi o’rganilgan bo’lib, metodikaning ba’zi shkalalari va yuqorida keltirilgan ko’rsatkichlar o’rtasida bog’liqliklar kuzatildi.

4-jadval.

Nogiron farzandi bor ayollarda qiyin vaziyatdan chiqish yo’llari hamda hayotiy chidamlilik ko’rsatgichlari orasidagi o’zaro bog’liqlik (Kruskal-Uollis H mezoni)

Ko’rsatgichlar	O’rtacha ranglar			H	p
	Qiyin vaziyatlardan oson chiquvchilar (N=59)	Qiyin vaziyatlarda tushkunlikka tushuvchilar (N=96)	Qiyin vaziyatlarda noadekvat reaksiya namoyon etuvchilar (N=5)		
Ishtirok etish	104,4	66,0	77,5	25,1	0,000**
Nazorat qilish	96,3	70,1	93,4	12,1	0,002**
Tavakkal qilish	98,4	70,0	70,4	14,0	0,001**
Hayotiy chidamlilik darajasi	105,5	65,1	81,8	27,8	0,000**

Izoh: ** - p<0,01

Nogiron farzandi bor ayollarda qiyin vaziyatdan chiqish yo’llari hamda hayotiy chidamlilik ko’rsatgichlarining Ishtirok etish (H=25,1; p<0,01), Nazorat qilish (H=12,1; p<0,01), Tavakkal qilish (H=14,0; p<0,01) va Hayotiy chidamlilik darajasi (H=27,8; p<0,01) shkalalari orasidagi o’zaro bog’liqlik borligi ma’lum bo’ldi. Ishtirok etish shkalasi bo’yicha yuqori ko’rsatkich qiyin vaziyatlardan oson chiquvchilarga, past ko’rsatkich esa, qiyin vaziyatlarda tushkunlikka tushuvchi sinaluvchilarga tegishliligi aniqlandi. Nazorat qilish shkalasi bo’yicha ham yuqori ko’rsatkich qiyin vaziyatlardan oson chiquvchilarga, past ko’rsatkich esa, qiyin vaziyatlarda tushkunlikka tushuvchi sinaluvchilarga tegishliligi aniqlandi. Tavakkal qilish shkalasi bo’yicha yuqori ko’rsatkich qiyin vaziyatlardan oson chiquvchilarga, past ko’rsatkich esa, qiyin vaziyatlarda tushkunlikka tushuvchi sinaluvchilarga tegishliligi aniqlandi. Hayotiy chidamlilik shkalasi bo’yicha yuqori ko’rsatkich ham qiyin vaziyatlardan oson chiquvchilarga, past ko’rsatkich esa, qiyin vaziyatlarda tushkunlikka tushuvchi sinaluvchilarga tegishliligi aniqlandi [3, 4].

Demak, qiyin vaziyatlardan oson chiquvchi sinaluvchilar Ishtirok etish, Nazorat qilish, Tavakkal qilish va Hayotiy chidamlilikning yuqori darajasini namoyon qilishlari ularning hayotlarida ro’y berayotgan voqealarga aralashishlarini, bu orqali o’zlari uchun tajriba va foydali ma’lumotlarni olishlarini, qilayotgan ishlaridan zavqlanishlarini; muvaffaqiyatga erishishlari kafolatlanmagan bo’lsa ham natijaga ta’sir ko’rsatish uchun tavakkal qila olishlarini, tajribadan olgan bilimlari o’z rivojlari uchun hissa qo’shishiga ishonishlarini anglatadi.

Qiyin vaziyatlarda tushkunlikka tushuvchi respondentlarning ishtirok etish, nazorat qilish, tavakkal qilish, hayotiy chidamlilik shkalalari bo’yicha qayd etgan past ko’rsatkichlari ularning atrofdagi voqealarga qo’shilmasliklarini, ulardan hech bir foyda yo’q deb bilishlari tufayli hayotdan tashqarida tuyg’usini his etib yashashlarini; oldinda turgan muvaffaqiyatsizliklardan tushkunlikka tushib qolishlarini; o’z tajribalariga ishonchsizlikni namoyon qilishlarini, atrofdagilarning fikrlariga tobe’ ekanliklarini, tavakkal qila olmasliklarini anglatadi.

Quyidagi jadvaldan alohida ehtiyojli farzandi bor ayollarda psixologik farovonlik hamda qiyin vaziyatlardan chiqish yo’llari o’rtasida ham ishonchli farqlar kuzatilganini ko’rishimiz mumkin:

5-jadval.

Nogiron farzandi bor ayollarda qiyin vaziyatdan chiqish yo'llari hamda psixologik farovonlik ko'rsatgichlari orasidagi o'zaro bog'liqlik (Kruskal-Uollis H mezoni)

Ko'rsatgichlar	O'rtacha ranglar			H	p
	Qiyin vaziyatlardan oson chiquvchilar (N=59)	Qiyin vaziyatlarda tushkunlikka tushuvchilar (N=96)	Qiyin vaziyatlarda noadekvat reaksiya namoyon etuvchilar (N=5)		
Ijobiy munosabatlar	97,8	69,3	92,1	14,2	0,001**
Avtonomiya	94,5	70,5	107,1	11,5	0,003**
Atrof-muhitni boshqarish	95,0	71,1	89,4	9,9	0,007**
Shaxsiy o'sish	92,8	74,0	60,4	7,0	0,030*
Hayotdagi maqsadlar	88,5	75,7	78,9	2,8	0,248
O'z-o'zini qabul qilish	98,2	68,9	94,0	15,0	0,001**
Psixologik farovonlik	98,9	68,8	88,6	15,6	0,000**

Izoh: * - p<0,05; ** - p<0,01

Nogiron farzandi bor ayollarda qiyin vaziyatdan chiqish yo'llari hamda psixologik farovonlik ko'rsatgichlari orasidagi o'zaro bog'liqlik o'rganilganda, ushbu metodikaning Hayotdagi maqsadlar shkalasidan boshqa barcha shkalalari bilan ishonchli farqlar mavjudligi aniqlandi.

Ushbu natija sinaluvchilarning qiyin vaziyatlardan chiqish yo'llari qanchalik ijobiy bo'lsa, psixologik farovonlik ko'rsatkichlarini ham oshib ketishiga sabab bo'lishini anglatadi. Ya'ni, qiyin vaziyatlardan oson chiquvchi ayollarda Ijobiy munosabatlar (H=14,2; p<0,01), Atrof-muhitni boshqarish (H=9,9; p<0,01), Shaxsiy o'sish (H=7,0; p<0,05), O'z-o'zini qabul qilish (H=15,0; p<0,01) shkalalari, psixologik farovonlikning umumiy darajasi bo'yicha (H=15,6; p<0,01) ko'rsatkichlarning yuqoriligini ko'rishimiz mumkin. Bu esa, qiyin vaziyatdan oson chiquvchi sinaluvchilar boshqalar bilan qoniqarli, ishonchli munosabatlarga ega, boshqalarning farovonligi haqida qayg'uradigan, empatiya qila oladigan, qo'shimchalar va yaqin munosabatlarga imkon beradigan, insoniy munosabatlari o'zaro yondoshuvlarga asoslanadigan; atrof-muhitni boshqarishda kuch va malakaga ega, barcha tashqi faoliyatni nazorat qiladigan, taqdim etilgan imkoniyatlardan samarali foydalana oladigan, shaxsiy ehtiyojlarni qondirish va maqsadlarga erishish uchun mos shart-sharoitlarni qo'lga kiritish yoki yaratishga qodir bo'lgan; uzluksiz rivojlanish tuyg'usiga ega, o'zini "o'sib borayotgan" va o'zini-o'zi to'ldiruvchi deb biladigan, yangi tajribalarga ochiq, o'z salohiyatini ro'yobga chiqarish hissini his qiladigan, vaqt o'tishi bilan o'zida va harakatlarida yaxshilanishlarni kuzatadigan, o'z bilimlari va yutuqlariga mos ravishda o'zgaradigan; o'ziga nisbatan ijobiy munosabatda bo'lgan, uning turli tomonlarini, jumladan, yaxshi va yomon fazilatlarini biladigan va qabul qiladigan, o'tmishiga ijobiy baho beradigan shaxs sifatida tavsiflanishlarini anglatadi.

Qiyin vaziyatda tushkunlikka tushuvchi respondentlar Ijobiy munosabatlar (H=14,2; p<0,01), Avtonomiya (H=11,5; p<0,01), Atrof-muhitni boshqarish (H=9,9; p<0,01), O'z-o'zini qabul qilish shkalalari (H=15,0; p<0,01), psixologik farovonlikning umumiy darajasi bo'yicha (H=15,6; p<0,01) past ko'rsatkichlarni qayd etishgan. Bunday ayollar boshqalar bilan ishonchli munosabatlari cheklangan, ochiq bo'lishlari, iliqlik va boshqalarga g'amxo'rlik qilishlari qiyin bo'lgan, shaxslararo munosabatlarda izolyatsiya qilingan va umidsizlikka uchragan, boshqalar bilan muhim munosabatlarni saqlab qolish uchun murosaga kelishni istamaydigan; boshqalarning fikri va bahosiga tobe', muhim qarorlar qabul qilishda boshqalarning fikriga tayanadigan, jamiyatning insonlarni ma'lum bir tarzda fikrlash va harakat qilishga urinishlariga bo'ysunadigan; kundalik faoliyatni tashkil etishda qiyinchiliklarga duch keladigan, mavjud sharoitlarni o'zgartirish yoki yaxshilashga qodir emasligini his qiladigan, taqdim etilgan imkoniyatlarga beparvolik bilan qaraydigan va atrofda sodir bo'layotgan narsalarni nazorat qilish hissi yo'q inson sifatida tavsiflanadilar, ular o'zlaridan norozi,

o'tmishdagi voqealardan hafsalasi pir bo'ladi, ba'zi shaxsiy fazilatlari haqida qayg'uradilar, o'zi yolg'iz bo'lmaslikni xohlaydilar.

Qiyin vaziyatlarda noadekvat reaksiya bildiruvchi respondentlarda Avtonomiya shkalasi (H=11,5; p<0,01) bo'yicha yuqori ko'rsatkich, Shaxsiy o'sish bo'yicha (H=7,0; p<0,05) esa, past ko'rsatkichni qayd qilindi. Bu natija respondentni o'ziga ishongan va mustaqil, jamiyatning ularni muayyan tarzda fikrlash va harakat qilishga majburlash urinishlariga qarshilik ko'rsatishga qodir ekanligini tavsiflaydi, o'zini, o'z xatti-harakatlarini tartibga soladi, o'zini shaxsiy mezonlar bo'yicha baholaydigan inson bo'lsada, o'z rivojlanishining yo'qligidan xabardor, yaxshilanish yoki o'zini o'zi anglash tuyg'usini his etmaydigan, zerikadigan va hayotga qiziqishi yo'q, yangi munosabatlar o'rnatish yoki xatti-harakatlarini o'zgartirishga qodir bo'lmagan insonlardir.

Ushbu ish doirasida olingan natijalar quyidagi xulosalarni belgilashga zamin yaratdi:

1. Nogiron farzand tarbiyalayotgan ayollarning qiyin vaziyatlardan chiqish yo'llari va hayotiy chidamlilik darajasi ularning psixologik farovonlik darajasiga bevosita ta'sir ko'rsatadi;

2. Qiyin vaziyatlardan chiqish yo'llari metodikasi hamda K.Riffning "Psixologik farovonlik shkalasi" o'rtasida korrelyatsion bog'liqliklar aniqlandi;

3. K.Riffning "Psixologik farovonlik shkalasi" metodikasining atrofdagilar bilan ijobiy munosabatlar, atrof-muhitni boshqarish, shaxsiy o'sish, hayotdagi maqsadlar, o'zini o'zi qabul qilishi kabi shkalalari ko'rsatkichlari o'rtasidagi ijobiy bog'liqlik qiyin vaziyatlardan chiqish ko'rsatkichi ko'tarilgani sayin psixologik farovonlikning yuqorida keltirilgan ko'rsatkichlari ortib borishini namoyon qiladi.

4. Nogiron farzandi bor ayollarda qiyin vaziyatdan chiqish yo'llari hamda hayotiy chidamlilik ko'rsatgichlarining Ishtirok etish, Nazorat qilish, Tavakkal qilish shkalalari va Hayotiy chidamlilik darajasi orasidagi o'zaro bog'liqlik borligi ma'lum bo'ldi. Bunga ko'ra, qiyin vaziyatlardan oson chiquvchi sinaluvchilarning hayotiy chidamlilik darajasi yuqori darajada ekanligi ma'lum bo'ldi. Hayotiy chidamlilik darajasi kamaygani sayin qiyin vaziyatdan chiqish ko'rsatkichi ham pasayib boradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Ткачева, В.В. Семья ребенка с ограниченными возможностями здоровья: диагностика и консультирование: учебно-методическое пособие / В.В. Ткачева. - М.: ООО «Национальный книжный центр, 2014. - 152 с. С. 90-112.

2. Simpson D. Psychoanalytic perspectives on emotional problems facing parents of children with learning disabilities // Psychoanalytic Theory for Social Work Practice: Thinking Under Fire / ed. by M. Bower. London, New York: Routledge. 2005. P. 106-114. P. 112-113.

3. Сагатова Ш.Ф. Факторы, влияющие на психологическое благополучие женщин, воспитывающих детей с инвалидностью // Вестник интегративной психологии. Журнал для психологов. – Бухара-Ярославль: МАПН, 2023. – № 28. – С. 240-244.

4. Sagatova Sh.F. Nogiron farzandi bor ayollar psixologik farovonligini ta'minlashning ijtimoiy-psixologik shart-sharoitlari. Diss. avtoref. … PhD: 19.00.05 / Toshkent, 2024. 56 b. B. 17.

Salomova Xulkar Shodimurodovna
O'zbekiston Milliy universiteti tadqiqotchisi
E-mail: khulkarsalomova@gmail.com
orcid.org/0009-0004-0732-2755

STOMATOLOGLARNING IJTIMOIY MULOQOT SALOHIYATI VA RUHIY FAROVONLIGI: NAZARIY TAHLIL

Annotatsiya. *Ushbu maqola stomatologning ijtimoiy muloqot salohiyati uning ruhiy farovonligi bilan qanday bog'liq ekanini sof nazariy ko'rinishda tushuntiradi. Muloqot salohiyati klinik noaniqlik va hissiy yuklama sharoitida ham suhbatni ravshan, odob-axloq doirasida va hamdardlik bilan olib borish qobiliyati sifatida talqin qilinadi. Ruhiy farovonlik esa mehnatdan qoniqish, ichki barqarorlik va kasbiy ma'no tuyg'usining nisbatan turg'un holati sifatida ko'riladi. "Talab va tayanchlar" yondashuvi, o'zini uddalay olishga ishonch va bemorni e'tiborda tutgan muloqotga tayangan holda, maqola shuni asoslaydiki, muloqot salohiyati shaxsiy tayanch bo'lib, noaniqlikni aqliy qayta baholash, tuyg'ularni boshqarish va klinik qarorlarni me'yoriy asoslash orqali tarqoq bosimni boshqariladigan vazifalarga aylantiradi. Bu o'zgarish shifokorning nazorat hissini va "shifokor-bemor" munosabatlari sifatini kuchaytiradi, tarang epizodlarning "normaga" aylanishini oldini oladi va vaqt o'tishi bilan farovonlikni qo'llab-quvvatlaydi. Ta'sir kuchi tashkilot qoidalari, madaniy sharoit, kasbiy tajriba va holatlar murakkabligi bilan cheklanadi. Xulosa shuki, muloqot salohiyati texnik mahoratga qo'shimcha emas, balki barqaror kasbiy hayotning zarur shartidir.*

Kalit so'zlar. *stomatolog; ijtimoiy muloqot salohiyati; ruhiy farovonlik; o'ziga ishonch; hissiy barqarorlik; talab va tayanchlar; bemorni e'tiborda tutgan muloqot.*

СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ СТОМАТОЛОГОВ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Аннотация. *Статья предлагает сугубо теоретическое изложение того, как социально-коммуникативная компетентность стоматолога структурно связана с его психологическим благополучием. Коммуникативная компетентность понимается как интегрированная способность поддерживать ясный, этичный и эмпатичный диалог в условиях клинической неопределённости и эмоциональной нагрузки. Благополучие трактуется как относительно устойчивое состояние, объединяющее удовлетворённость трудом, внутреннюю ровность и чувство смысла профессиональной деятельности. Опираясь на логику требований и ресурсов труда, концепт самоэффективности и пациент-ориентированную коммуникацию, работа показывает, что коммуникативная компетентность выступает личным ресурсом, который превращает размытое давление в управляемые задачи за счёт когнитивного перерасчёта неопределённости, аффективной регуляции и нормативной легитимации клинических решений. Это усиливает чувство контроля и качество отношений «врач-пациент», предупреждает превращение напряжённых эпизодов в норму и со временем поддерживает благополучие. Сила связи ограничивается организационными нормами, культурным контекстом, стажем и сложностью случаев. Делается вывод, что компетентность в общении - не внешнее дополнение к техническому мастерству, а необходимое условие устойчивой профессиональной жизни.*

Ключевые слова. *стоматолог; социально-коммуникативная компетентность; психологическое благополучие; самоэффективность; эмоциональная устойчивость; требования и ресурсы; пациент-ориентированная коммуникация.*

SOCIAL COMMUNICATION POTENTIAL AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF DENTISTS: THEORETICAL ANALYSIS

Abstract. *This article develops a purely theoretical account of how dentists' social communicative competence is structurally related to their psychological well-being. Communicative competence is defined as the integrated capacity to keep dialogue clear, ethical, and empathic under clinical uncertainty and emotional load. Well-being is framed as a relatively stable state that combines job satisfaction, inner steadiness, and a sense of meaning in professional activity. Drawing on the demands–resources perspective, the notion of self-efficacy, and patient-oriented communication, the paper argues that communicative competence functions as a personal resource that transforms diffuse pressures into manageable tasks through cognitive reappraisal of uncertainty, affective regulation, and normative legitimation of clinical decisions. This transformation strengthens a dentist's sense of control and the quality of the dentist–patient relationship, prevents hostile episodes from becoming the norm, and supports well-being over time. The strength of the link is bounded by organizational rules, cultural context, professional experience, and case complexity. The conclusion is that communicative competence is not an accessory to technical skill but a necessary condition for a sustainable professional life.*

Keywords. *dentist; social communicative competence; psychological well-being; self-efficacy; emotional stability; demands–resources; patient-oriented communication.*

Kirish. Stomatologiya amaliyotida muloqot klinik qarorlarni shunchaki kuzatib boradigan vosita emas, balki shu qarorlarning o'z tarkibiga kiradi [5, 295, 2009]. Har bir aralashuv og'riq, ko'rinish bilan bog'liq kutishlar, to'lov masalasi va turli ehtimollar bilan bog'langan. Shuning uchun aniq bajarilgan amaliy usullarning o'zi kifoya qilmaydi; ma'lumotni tushunarli yetkazish, foyda va xavflarni birga taroziga solish, ishonchni tiklash va saqlash ham zarur. Shu nuqtai nazardan muloqot salohiyatini "gapirish usullari" yig'indisiga keltirib bo'lmaydi: u umumiy tushunish maydonini barpo etish, ya'ni shifokor va bemorning maqsad, til va davolash rejasini bir mezonda ko'rishini ta'minlash qobiliyatidir. Ana shu umumiy mezon keyingi ishning boshqariladigan va ma'noli bo'lishini belgilaydi; aks holda jarayon tayanch nuqtalarini yo'qotib, surunkali zo'riqishga aylanadi.

Ruhiy farovonlikni faqat "kasbiy so'nish"ning yo'qligi bilan izohlash yetarli emas [6, 15, 2016]. Bu eng yuqori kayfiyatdan ham kengroq tushuncha bo'lib, kasbiy yetuklik hissi, ichki osoyishtalik va mehnatga ma'no bog'lash qobiliyatidan iborat. Farovonlik kundalik tajribaning takrorlanadigan bo'laklaridan tiklanadi: ravshan izohlar, bemor tomonidan tan olingan dalillar, adolatli kutishlar, qiyin holatlarni to'g'ri boshdan kechirish. Muloqot epizodlari barqaror ravishda to'g'ri yo'lga qo'yilganda farovonlik mustahkamlanadi; uzilishlar ko'payganda esa davolash nizolar va tushunmovchiliklar zanjiriga aylanib, shifokorning hissiy zaxiralarini yemira boshlaydi.

Nazariy asos va tushunchalar

Maqolada ijtimoiy muloqot salohiyati bilim, qadriyat va xulqiy odatlarning uyg'un birligi sifatida ko'riladi. Bu birlik suhbatni tuzilma asosida olib borish, o'rinli muloyimlik va hamdardlikni ko'rsatish, bemorning tushunganini tekshirib borish, kutishlarni moslashtirish kabi ko'nikmalarni bir tizimda tutib turadi. Bu tug'ma iste'dod emas; maqsad va mezonlarni doimo ko'zda tutib, suhbatni izdan chiqarmaslikka xizmat qiladigan ichki tartibdir.

Ruhiy farovonlik esa qisqa muddatli kayfiyatdan farqli ravishda turg'unroq holatdir. Unda mehnatdan qoniqish, qiyinchiliklarga yemirilmay bardosh berish va kundalik harakatni o'zlik bilan bog'laydigan ma'no qatlamlari birlashadi. Stomatologiyada bu qatlamlar muloqotdagi uzilishlarga juda sezgir: xavflar noaniq tushuntirilsa, ishonchsizlik kuchayadi; ishonchsizlik nizo tug'diradi; nizo esa nazorat hissi va ma'no tayanchlarini yemiradi.

"Talab va tayanchlar"ga doir qarashlar muloqot salohiyatini talablar ta'sirini yumshatadigan shaxsiy tayanch sifatida ko'rsatadi [1, 311, 2007]. O'zini uddalay olishga ishonch bu jarayonda markaziy halqa bo'lib, muloqot salohiyatining barqarorlikka qanday aylanishini tushuntiradi [2, 42, 1997]. Bemorni e'tiborda tutgan muloqot esa axloqiy mezonni belgilaydi: bemorning mustaqilligini hurmat qilish va ravshan bayon terapevtik hamkorlikning ajralmas shartidir.

Muloqot eng avvalo noaniqlikni qayta shakllantiradi. Shifokor suhbatga aniq ramka bersa, maqsad va tanlovlarni bosqichma-bosqich ochsa, e'tiborni asosiy yo'nalishda ushlasa va bemorning his-tuyg'ularini tan olsa, "boshqarib bo'lmaydigan" omillar soni kamayadi. Bunday siljish ichki

nazorat hissining ortishi sifatida kechadi va shifokorning o'ziga ishonchini mustahkamlaydi. Ichki ishonch kuchaysa, keyingi uchrashuvlarning ohangi ham o'zgaradi: sokin qat'iylik kuchayadi, mudofaa ohangi pasayadi.

Keyingi bog'lanish "shifokor-bemor" munosabatlari sifati bilan belgilanadi. Muloqot salohiyati axborotni oson o'tkazish bilangina cheklanmaydi; u ishonchni barpo etadi, kutishlarni moslashtiradi, majburiyatlarni o'zaro tan olinishiga olib keladi. Shunday yo'nalishda yoqimsiz xabarlar ham hukmdek qabul qilinmaydi; ular birgalikdagi tanlovga taklif sifatida anglanadi. Natijada qarshilik va ranjish kamroq kuzatiladi, tarang holatlar kamayadi va farovonlik tabiiy ravishda qo'llab-quvvatlanadi.

Shu bilan birga, amaliy talablar - vaqt taqchilligi, murakkab holatlar, hissiy zichlik - yo'qolmaydi. Biroq ularning psixologik ko'rinishi o'zgaradi: ma'no va nazorat qayta tiklansa, talablar tasodifiy to'lqin emas, bosqichma-bosqich yechiladigan masalaga aylanadi. Mana shu nozik, ammo hal qiluvchi o'zgarish muloqot salohiyatidan ruhiy farovonlikka olib boradigan asosiy yo'ldir.

Noaniqlikni aqliy qayta baholash birinchi mexanizmdir. Suhbatni tuzilma asosida olib borish marosim emas; u "oq dog'lar"ni kamaytirishning eng samarali yo'lidir. Ikki tomonning yashirin taxminlari qanchalik kam bo'lsa, keyingi keskinlashuv ehtimoli shunchalik pasayadi va bu shifokorning ruhiy zaxiralarini asraydi.

Ikkinchi mexanizm tuyg'ularni boshqarishdir. Oddiy va samimiy hamdardlik ifodalari, ravshan til ishlatish vaziyatning hissiy tarangligini pasaytiradi**.** Shifokor uchun bu og'ir qabuldan keyingi ruhiy "iz"ning qisqarishi, demakki, salbiy tuyg'ular to'planib qolmasligi demakdir.

Uchinchi mexanizm qarorlarning me'yoriy asoslanishidir. Davolash rejasi oshkora muhokamadan tug'ilganda, alternativa va oqibatlar oldindan ko'rsatilganda, mas'uliyat ma'noda bo'linadi. Bu kasbiy javobgarlikni kamaytirmaydi, lekin nohaq kutishlar ehtimolini tushiradi va o'zaro majburiyatlarni aniq qiladi.

Muloqot salohiyatining ta'siri hamisha bir xil kuchda bo'lmaydi. Tashkilotdagi qoidalar, realistik jadval va ochiq fikr-mulohaza yo'llari mavjud bo'lgan joyda bu salohiyat osonroq namoyon bo'ladi va barqarorroq natija beradi. Tartibsiz muhitda esa salohiyatning anchagina qismi tizimli "shovqin"ni bartaraf etishga sarflanadi.

Madaniy sharoit "qanchalik ochiq gapirish" va "hamdardlikni qanday ko'rsatish" mezonlarini belgilaydi. Ba'zi joylarda qisqa va aniq so'zlash qadrlansa, boshqasida kengroq bayon ma'qul ko'riladi; shu me'yorlarga mos uslub muloqot salohiyatining foydasini oshiradi.

Kasbiy bosqich va klinik murakkablik ham bog'liqlikka o'z rangini beradi. Faoliyatning ilk yillarida salohiyat ko'proq o'ziga ishonchni mustahkamlaydi. Keyinroq esa kam uchraydigan, lekin juda mas'uliyatli vaziyatlarda kutishlarni nozik sozlash hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi.

Ta'riflangan ramka kasbiy so'nishni faqat ish hajmi bilan tushuntirishga shubha uyg'otadi. Klinik kasblarda - ayniqsa stomatologiyada - "qancha"dan ko'ra "qanday yashaladi" degan savol muhimroq. Muloqotdagi yetishmovchiliklar hatto o'rtacha talablarni ham surunkali zo'riqish manbaiga aylantiradi; rivojlangan salohiyat esa o'sha talablarni boshqariladigan ko'rinishga keltiradi.

Shuningdek, ramka kasbiy o'zlik haqidagi bahsga hissa qo'shadi: agar stomatolog faqat texnik usta sifatida ko'rilsa, muloqot tashqi qo'shimcha bo'lib ko'rinadi; amalda esa klinik ish doimo munosabatlar ichida kechadi, demak, muloqot salohiyati kasb poydevorining o'zidir.

Nazariy sxema soddalashtirishlarga tayanadi. Bu yerda muloqot salohiyati va farovonlik "barqaror" deb olinadi, holbuki, ular vaqt o'tishi bilan tebranadi va bir-biriga ta'sir qiladi. Madaniy umumlashtirish ham ehtiyotkorlikni talab qiladi: bir muhitda to'g'ri bo'lgan xulosalar boshqasida qayta ko'rib chiqishni talab qilishi mumkin. Keyingi izlanishlarda shifokorning murakkab suhbatlardagi ichki kechinmalarini aniqroq ifodalovchi tilni ishlab chiqish, o'ziga ishonch, nazorat hissi va kasbiy qat'iyat orasidagi nozik farqlarni ochib berish foydali bo'ladi.

Xulosa

Muloqot salohiyati stomatologning klinik mahoratiga "ustama" emas, balki kasbiy barqarorlikning zarur shartidir. U noaniqlikni qayta shakllantiradi, talablarni bosqichma-bosqich yechiladigan masalaga aylantiradi, o'ziga ishonchni kuchaytiradi va "shifokor-bemor" munosabatlarini hamkorlik

yo'liga soladi. Ta'sir kuchi muhitga bog'liq bo'lsa-da, aynan shu salohiyat mehnatni mazmunli, boshqariladigan va hissiy jihatdan barqaror hayot tarziga aylantiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Bakker, A. B., Demerouti, E. (2007). The Job Demands–Resources model: State of the art. Journal of Managerial Psychology, 22(3), 309–328.
2. Bandura, A. (1997). Self-Efficacy: The Exercise of Control. New York: Freeman.
3. Deci, E. L., Ryan, R. M. (2017). Self-Determination Theory. New York: Guilford.
4. Hargie, O. (2011). Skilled Interpersonal Communication. Routledge.
5. Street, R. L., Makoul, G., Arora, N., Epstein, R. M. (2009). How does communication heal? Patient Education and Counseling, 74(3), 295–301.
6. Maslach, C., Leiter, M. P. (2016). Burnout. Wiley-Blackwell.
7. Seligman, M. (2011). Flourish. Free Press.
8. Salovey, P., Mayer, J. D., Caruso, D. (2004). Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications. Psychological Inquiry, 15(3), 197–215.

Soatov Asadulloh Jabborovich
Turon universiteti Pedagogika va psixologiya kafedrasi dotsenti,
Psixoloigiya fanlari bo'yicha fasafa doktori (PhD)

XOTIRA VA INTELLEKT UYG'UNLIGINING MNEMONIK ASPEKTLARI

Annotatsiya. Maqolada xotira va intellekt bog'liqligi nazariy jihatdan tahlil qilingan. Operativ xotiraning intellekt sifatini ta'minlashdagi muhim roli, aqliy, emotsional va ijodiy intellektning mnemonik usullarni qo'llash ko'nikmasini rivojlantirishdagi ahamiyati yoritilgan.

Tayanch tushunchalar: xotira, operativ xotira, mnemonika, aqliy intellekt, emotsional intellekt, ijodiy intellekt, moslashuvchanlik, ijodkorlik, mantiqiy fikrlash.

МНЕМОНИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ВЗАИМОСВЯЗИ ПАМЯТИ И ИНТЕЛЛЕКТА

Аннотация. *В статье теоретически анализируется взаимосвязь памяти и интеллекта. Освещается важная роль оперативной памяти в обеспечении интеллектуальных способностей, а также значение развития навыков применения мнемонических методов для повышения когнитивного, эмоционального и креативного интеллекта.*

Ключевые слова: *память, оперативная память, мнемоника, когнитивный интеллект, эмоциональный интеллект, креативный интеллект, адаптивность, креативность, логическое мышление.*

MNEMONIC ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN MEMORY AND INTELLIGENCE

Abstract. *The article provides a theoretical analysis of the interrelation between memory and intelligence. It highlights the crucial role of working memory in ensuring intellectual capacity, as well as the importance of developing the skills to apply mnemonic techniques for enhancing cognitive, emotional, and creative intelligence.*

Key concepts: *memory, working memory, mnemonics, cognitive intelligence, emotional intelligence, creative intelligence, adaptability, creativity, logical thinking.*

Kirish. Bugungi kunda zamonaviy ta'lim jarayonida talabalarning bilim olish sifatini oshirish, ularning xotira salohiyatini kuchaytirish va fikrlash darajasini rivojlantirish muhim vazifalardan biridir. Bu jarayonda intellektual resurslardan oqilona foydalanish, xususan, xotira va tafakkur o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni aniqlash va uni o'rganish muhim nazariy va amaliy ahamiyat kasb etadi. Shu nuqtai nazardan, xotirani faollashtirishda ijodiy fikrlash, intellektual qobiliyat va mnemonik usullarning birgalikdagi ta'sirini o'rganish hozirgi psixologiya fanining dolzarb masalalaridan biridir.

Intellektual faoliyat (masalan, mantiqiy fikrlash, tahlil qilish) uchun oldin o'zlashtirilgan bilimlar zarur. Bu bilimlar esa xotirada saqlangan bo'ladi. Demak, xotira – intellektual faoliyatning axborot bazasi, intellekt esa – bu bazani qayta ishlovchi "protsessordir". Ayniqsa operativ xotira intellekt sifatini ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Operativ xotira - bu hozirgi daqiqada bajarilayotgan intellektual vazifani yengib o'tish uchun zarur bo'lgan ma'lumotni vaqtincha saqlaydigan tizimdir. Masalan, talaba matematik masalani yechayotganda, formulani xotirada ushlab turib, unga amal qiladi. Bu holatda jarayon quyidagi formula asosida sodir bo'ladi. Operativ xotira + mantiqiy fikrlash = intellektual faoliyat[1].

Mavzuga oid adabiyotlarning tahlili. Mamlakatimiz olimlaridan kognitiv qobiliyatlarni o'rganishga doir fundamental tadqiqotlar B.Qodirov, V.A.Tokareva, YE.N.Sattorov, M.G.Davletshin, M.Dadajonov, M.SH.Rasuleva, N.S.Safayev, R.I.Sunnatova, S.X.Jalilova, F.I.Haydarov, E.G'.G'oziyevlar tomonidan, psixik jarayonlarni tadqiq qilishga oid tadqiqotlar Z.T.Nishonova, SH.T.Alimbayeva, M.V.Sulaymonov, Z.Qurbonova, SH.Asomuddinova,

S.Abdiyev, Sh.Rahmonov O.Ikromovlar tomonidan, pedagogik va psixologik jihatlarni o'rganish M.Vohidov, P.I.Ivanov, SH.Baratov, G'.B.Shoumarov, L.Urinova va boshqa olimlarning ishlarida o'z aksini topgan[2].

Ta'lim jarayonida mnemonik usullardan samarali foydalanish xotira orqali intellektual rivojlanish ko'rsatgichini bir necha baravarga oshiradi. Talabalar mnemonik usullarni qo'llash orqali ma'lumotlarni yaxshiroq eslab qoladi, keyinchalik bu ma'lumotlarni tahlil qiladi, taqqoslaydi, qo'llaydi. Bu – xotira va intellektning o'zaro kuchaytiruvchi aloqasidir[3]. Talabalarning mnemonik usullardan foydalanish orqali xotira qobiliyatini oshirish – ularning intellektual salohiyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Yaxshi ishlaydigan xotira esa – intellektual jarayonlar (tahlil, umumlashtirish, ijodiy fikrlash)ni kuchaytiradi. Bu jarayon quyidagi formula asosida ro'y beradi.

Mnemonik usullar + Xotiraning kuchayishi + Intellektual funksiyalar faollashuvi = Muammolarni hal qilishda yaxshilanish.

Demak talabalarning mnemonik usullar asosida xotira strategiyalari rivojlantirilsa, bu ularning intellektual faoliyati samaradorligini oshiradi.

Tadqiqot metodologiyasi.

Intellekt tushunchasiga kognitiv psixologiya nuqtai nazaridan R. Sternberg quyidagicha ta'rif beradi. Intellekt – bu axborotni qayta ishlash, saqlash, ishlatish va unga mos qarorlar qabul qilishga oid kognitiv jarayonlar majmuasidir. Bu jarayonga diqqat, xotira, idrok, tafakkur va til bilan ishlash xususiyatlari kiradi[6].

Ilmiy jihatdan intellektning asosiy xususiyatlari sifatida quyidagilarni sanab o'tish mumkin:

- Moslashuvchanlik – o'zgaruvchan muhitga tezda moslashish qobiliyati;
- Muammo yechish – yangi holatlarga yechim topish;
- O'rganish qobiliyati – tajriba orqali o'zini rivojlantirish;
- Mantiqiy fikrlash – sabablilikni tushunish, xulosalash;
- Ijodkorlik – yangi fikr, g'oya, yondashuv yaratish.

Zamonaviy psixologiyada intellektni faqat raqam bilan o'lchash yetarli emas degan qarash keng tarqalgan. Shuning uchun hozirda Emotsional intellekt (EQ), ijodiy intellekt va ijtimoiy intellekt kabi yo'nalishlar ham o'rganilmoqda. Tadqiqotlar Emotsional intellekt (EQ), ijodiy intellekt va ijtimoiy intellekt kabi boshqa muhim intellekt shakllarining ham inson muvaffaqiyatidagi o'rni muhimligini ko'rsatmoqda. Quyida sanab o'tilgan itellekt turlari va ularning mnemonik usullarni qo'llash ko'nikmasini shakllantirishdagi roliga to'xtalib o'tamiz.

Aqliy intellekt – bu insonning bilish qobiliyati, mantiqiy fikrlash, muammolarni hal qilish va yangi ma'lumotlarni o'zlashtirish salohiyatini o'lchovchi tushunchadir. Aqliy intellekt ko'pincha "an'anaviy" intellekt deb ataladi va u faqat kognitiv qobiliyatlarni o'lchaydi.

Tahlil va natijalar.

Aqliy intellektning mnemonik usullarni o'rganishdagi roli alohida ahamiyat kasb etadi. Aqliy intellektning asosiy vazifasi – ma'lumotlarni mantiqiy tahlil qilish va ularni strukturaviy tizimga joylashtirishdir. Mnemonik usullar esa ko'pincha murakkab ma'lumotlarni soddalashtirish va tartibga solishga asoslanadi, masalan, abbriviaturalar, raqamlar va so'zlarni o'zaro bog'lash. Yuqori kognitiv qobiliyatlar talabalar uchun mnemonik strategiyalarni yaratishda va qo'llashda samarali yordam beradi. Quyidagi 1-jadvalda aqliy intellektning mnemonik usullarni o'rganish jarayonidagi roli keltirilgan.

1-jadval

Aqliy intellektning mnemonik usullarni o'rganish jarayoniga ta'sirini

Aqliy intellektning roli	Mnemonik usullarni o'rganishdagi ta'siri
Ma'lumotni tahlil qilish va strukturavi-ylashtirish	Murakkab ma'lumotlarni soddalashtirish va tarti-blash
Muammolarni hal qilish va ijodiy yon-dashuv	Yangi eslab qolish strategiyalarini yaratish
Diqqatni jamlash va xotirani boshqarish	Konsentratsiyani oshirish va ma'lumotni tez o'zlashtirish
Til va semantik tahlil	Ma'noli bog'lanishlar yaratish va so'z o'yinlari

Bugungi kunda aqliy intellekt singari emotsional intellekt ham mnemonik ko'nikmalarga ega bo'lishda muhim rol o'ynaydi. Emotsional intellekt (EI) tushunchasiga Salovey va Mayer quyidagicha ta'rif beradi. Emotsional intellekt – bu shaxsning o'zi va boshqalarning his-tuyg'ularini aniqlash, tushunish, boshqarish va samarali foydalanish qobiliyatidir [4].

Salovey va Mayer modeli bo'yicha Emotsional intellekt quyidagi to'rtta asosiy qobiliyatdan iborat:

1. Emotsiyalarni tan olish – o'zi va boshqalarning his-tuyg'ularini anglash va aniqlash, yuz ifodalari, ovoz ohangi, tana tili orqali sezish.
2. Emotsiyalarni anglash va tushunish – his-tuyg'ular sabablari, ularning o'zaro bog'liqligi va rivojlanishini tushunish.
3. Emotsiyalarni boshqarish – o'z hissiyotlarini nazorat qilish, uyg'unlashtirish, noqulay holatlarda o'zini tutishni tartibga solish.
4. Emotsiyalardan foydalanish – his – tuyg'ularni qaror qabul qilish, ijodiy fikrlash va muammolarni hal qilish jarayonida samarali qo'llash[4].

Emotsional intellektning ilmiy ahamiyati shundaki, yuqori EQ ishda stressni boshqarishda, jamoada samarali ishlashda va yetakchilikda muvaffaqiyat keltiradi. Psixologik jihatdan emotsiyalarni boshqarish depressiya, xavotir va boshqa ruhiy muammolarni kamaytirishga yordam beradi.

Mnemonik usullarni o'rganish jarayonida emotsional intellektning roli alohida o'rin tutadi. Mnemonik usullar va emotsional intellekt o'rtasidagi bog'liqlik talabalarda motivatsiya va ijobiy emotsiyalar uyg'un rivojlangan jarayonda ko'zga tashlanadi. Mnemonik usullar samarali o'zlashtirilishi uchun talabaning motivatsiyasi va o'rganishga bo'lgan ijobiy hissiyotlari zarur. Yuqori Emotsional intellektga ega shaxslar o'z his-tuyg'ularini boshqarib, stress yoki bezovtalikni kamaytiradi, bu esa o'rganish jarayonida samaradorlikni oshiradi. Masalan, mnemonik strategiyalarni qo'llash paytida yuzaga keladigan qiyinchiliklarni yengishda hissiy barqarorlik talab qilinadi. Emotsional intellektning mnemonik usullarni o'rganish jarayoniga ta'sirini quyidagi 2 - jadvalda ko'rishimiz mumkin.

2-jadval

Emotsional intellektning mnemonik usullarni o'rganish jarayoniga ta'siri

Emotsional intellektning roli	**Mnemonik usullarning o'rganish jarayonidagi ta'siri**
Stress va bezovtalikni boshqarish	O'rganishni barqaror, uzluksiz davom ettirish
Diqqatni boshqarish	Ma'lumotni samarali qabul qilish va eslab qolish
Ijtimoiy ko'nikmalar (empatiya)	Guruhda o'zaro yordam va rag'batlantirish
Hissiy xotira (hissiyot bilan bog'lash)	Ma'lumotni yanada mustahkam va uzoq muddat eslab qolish

Aqliy va emotsional entellekt qatori ijodiy intellekt ham inson kamolotida muhim o'rin tutadi. Ijodiy intellekt – bu insonning yangilik kiritish, muammolarga innovatsion yechim topish va kutilmagan vaziyatlarda samarali harakat qilish qobiliyatidir. U har qanday sohada muvaffaqiyat va rivojlanish uchun juda muhim hisoblanadi.

Ijodiy intellekt – bu shaxsning yangi va original g'oyalarni ishlab chiqish, muammolarga noodatiy yondashish, yangilik yaratish va o'ziga xos yechim topish qobiliyatidir [5].

Ijodiy intellektning asosiy jihatlari yangi fikrlarni ishlab chiqish, moslashuvchanlik, originalilik, muammolarni noodatiy hal qilishda o'z aksini topadi. Yangi fikrlarni ishlab chiqish mavjud bilimlardan tashqariga chiqib, yangi konsepsiyalar, mahsulotlar yoki usullar yaratishdir. Moslashuvchanlik muammolarni turli nuqtai nazardan ko'ra bilish va yechim topishda turli yondashuvlarni qo'llashdir. Originallik o'ziga xos, noyob fikrlar va yechimlar topa olishdir. Muammolarni noodatiy hal qilish standart yo'llar ishlamaganida yangi strategiyalar ishlab chiqishdir.

Mnemonik usullarni qo'llash jarayonida ijodiy intellektning roli yangi mnemonik strategiyalar yaratishda ko'zga tashlanadi. Mnemonik usullar ko'pincha ma'lumotni eslab qolishni osonlashtirish

uchun yangi, original bog'lanishlar, tasvirlar, hikoyalar yoki qisqartmalar yaratishni talab qiladi. Ijodiy intellekt bu jarayonda talabalar uchun yangi yondashuvlar va shaxsiy uslublarni ishlab chiqishda yordam beradi. Ijodiy intellektning mnemonik usullarni o'rganish jarayoniga ta'sirini quyidagi 3 - jadvalda ko'rishimiz mumkin.

3-jadval

Ijodiy intellektning mnemonik usullarni o'rganish jarayoniga ta'siri

Ijodiy intellektning roli	Mnemonik usullarni o'rganishdagi ta'siri
Yangi va original mnemonik usullar yaratish	Ma'lumotni eslab qolishni osonlashtiruvchi yangi yondashuvlar
Moslashuvchan fikrlash	Turli ma'lumotlarga moslab strategiyalarni o'zgartirish
Tasviriy va metaforik fikrlash	Vizual va hissiy bog'lanishlar yordamida mustahkamlash
Motivatsiyani oshirish	O'rganish jarayonini qiziqarli va rag'batlantiruvchi qilish
Murakkab ma'lumotni soddalashtirish	Qiyin ma'lumotlarni eslab qolish uchun qulay shakl yaratish

Xulosa va tavsiyalar.

Xulosa qilib aytganda ta'lim jarayonida mnemonik usullardan samarali foydalanish xotira orqali intellektual rivojlanish ko'rsatgichini bir necha baravarga oshiradi. Talabalar mnemonik usullarni qo'llash orqali ma'lumotlarni yaxshiroq eslab qoladi, keyinchalik bu ma'lumotlarni tahlil qiladi, taqqoslaydi, qo'llaydi. Bu – xotira va intellektning o'zaro kuchaytiruvchi aloqasidir. Talabalarning mnemonik usullardan foydalanish orqali xotira qobiliyatini oshirish – ularning intellektual salohiyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Yaxshi ishlaydigan xotira esa – intellektual jarayonlar (tahlil, umumlashtirish, ijodiy fikrlash)ni kuchaytiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1.Soatov A.J. Bo'lajak pedagog-psixologlarda psixologik maslahat berish ko'nikmalarini shakllantirish texnologiyasi. O'quv qo'llanma. - Qarshi: Fan va ta'lim. 2022. - 106 b.

2.Soatov.A.J. Bo'lajak pedagog-psixologlarda psixologik maslahat berish ko'nikmalarini shakllantirish metodikasini takomillashtirish. Pedagogika fanlari falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi. 13.00.02. – Q.: QDU, 2022. – 58 b.

3.Soatov A.J. Ma'lumotlarni eslab qolishda assotsiativ usullardan foydalanishning mnemonik ahamiyati. Ta'limda istiqbolli izlanishlar. Xalqaro ilmiy-metodik jurnal. 5.2024. 157 b.

4.Mayer J. D., How Mood Influences Cognition, in Advances in Cognitive Science, Volume 1, Sharkey N. E. (ed.), Ellis Horwood, Chichester, pp. 290–314, 1986.

5.Sternberg, Robert J. "The Theory of Successful Intelligence" Review of General Psychology, vol. 3, no. 4, 1999, 292-316.

6.Sternberg R. J., Smith C. A., Social Intelligence and Decoding Skills in Nonverbal Communication, Social Cognition, 3, pp. 168–192, 1985.

Sodiqova Gulbarno Odiljon qizi
Alisher Navoiy nomidagi Toshkent davlat O'zbek tili va adabiyoti universiteti
Ijtimoiy-gumanitar kafedrasi katta o'qituvchisi,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

ERTA OILA QURISHNING SABAB VA OQIBATLARI PSIXOLOGIK OMILLARGA BOG'LIQLIGI

Annotatsiya. *Maqolada erta oila qurish uning sabab va oqibatlari oilalardagi ajrim ,oilaning mustahkam bo'lmasligiga sabablar, yosh oilalarni turmushning yuklariga bardosh berolmasligi yoki oila nikoh munosabatlarini yaxshi anglab yetmasliklari borasidagi fikrlar, shuningdek nikoh yoshi va statistik ko'rsatkichlar bayon etilgan.*

Kalit so'zlar: *erta turmush, oila, muloqot omil, sabab, kelishmovchilik, mehr, tushunmaslik, ajrim, voyaga yetmaganlik, masuliyat, rasmiy, norasmiy, anglash, shaxs, dunyo, ittifoq, infantilizm.*

ПРИЧИНЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ РАННИХ БРАКОВ СВЯЗАНЫ С ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ФАКТОРАМИ

Аннотация. *В статье рассматриваются причины и последствия ранних браков, в том числе распад семьи, причины непрочности семьи, неспособность молодых семей выдерживать тяготы жизни или непонимание семейно-брачных отношений, а также возраст вступления в брак и статистические показатели.*

Ключевые слова*: ранний брак, семья, фактор общения, причина, разногласие, любовь, непонимание, развод, незрелость, ответственность, официальное, неофициальное, понимание, личность, мир, союз, инфантилизм.*

The causes and consequences of early marriage are related to psychological factors

Annotation. *The article describes the causes and consequences of early marriage, including family breakdown, reasons for the lack of family strength, the inability of young families to withstand the burdens of life or the lack of understanding of family and marital relations, as well as the age of marriage and statistical indicators.*

Keywords: *early marriage, family, communication factor, reason, disagreement, love, misunderstanding, divorce, immaturity, responsibility, official, unofficial, understanding, personality, world, union, infantilism.*

Kirish. Bugungi kunga kelib erta nikoh 18 yoshga to'lmagan har qanday shaxsning rasmiy yoki norasmiy ittifoqi bo'lib, inson va bola huquqlari buzilishidir. Erta nikohlarga barxam berish butun dunyoda Barqaror rivojlanish maqsadlarining 5-maqsadi doirasida gender tenglikka erishining asosiy maqsadi sifatida e'tirof etilgan. U Bola huquqlari to'g'risidagi konvensiya, Aholi va taraqqiyot bo'yicha xalqaro konferensiya va uning Harakat dasturiga kiritilgan. 2020-yilda Birlashgan Millatlar tashkiloti Bosh assambleyasining 75-sessiyasi 3-qo'mitasida bolalar, erta va majburiy nikoh bo'yicha rezolyusiya konsensus yo'li bilan qabul qilingan, unda bolalar, erta va majburiy nikoh (turmush qurish) tugatish uchun asosiy sabablari va javob choralari ta'kidlangan. Erta nikohlarni ta'qiqlashga qaratilgan qonunlar qabul qilinishi va chora-tadbirlarning amalga oshirilishi, global miqyosda bunday amaliyot tabora qisqarishiga qaramay hanuzgacha yuqoriligicha qolmoqda. Jahonda 18 yoshga to'lmagan har bir beshinchi qiz rasmiy yoki norasmiy nikohdan o'tgan, 15 yoshgacha bo'lganlar orasida bu ko'rsatkich 5%. Rivojlanish darajasi past bo'lgan davlatlarda bu ko'rsatkich o'ta yuqori bo'lib 36%ni, xususan 15 yoshgacha bo'lgan qizlar orasida esa 10%ni tashkil etmoqda.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya.

Bugungi kunda 16-18 yoshda turmushga chiqqan qiz juda yosh kelin hisoblanadi. Nikoh uchun eng qulay yosh 24-30 yoshdir. Nega aynan shu tarzda, boshqacha emas? 20-asr boshlariga qadar qizning turmushga chiqishi uchun eng yaxshi yosh 18 yosh deb hisoblangan. 25 yoshdan oldin turmushga chiqmagan ayol keksa xizmatkor hisoblangan va uning shaxsiy hayotini tartibga solish juda qiyin edi. Gapni shundan boshlasak, o'sha davrda ayolning ijtimoiy hayoti faqat uy-ro'zg'or yumushlari, farzand tarbiyasi bilan chegaralangan edi. Jamiyatda porlash, bolalar va erlarga qarash - bu o'tmishdagi turmush qurgan ayolning asosiy vazifalari edi. Agar ilgari erta turmush qurish odatiy hol hisoblangan bo'lsa, bugungi kunda erta turmush qurish sabablari diqqat bilan o'rganilmoqda. Yoshlikda turmush qurish ajralishlarning asosiy sababi deb hisoblanib, "yoshlar nima qilayotganini bilmaydi", deyishadi, o'z-o'zidan, o'ylamay turmushga chiqadi, bir necha yil o'tgach, bu odam nima uchun ularning tanlagan (yoki tanlangani) bo'lib qolganini tushuna olmaydi. Quyidagi ko'rinishlar erta turmush qurishning sabablari hisoblanadi, ularning ko'pchiligi turmush qurish to'g'risida noto'g'ri qaror qabul qilishda muhim nuqtaga aylanadi. Yosh qizlarni o'ziga tortadigan ishqibozlik o'tkinchi hodisadir. Yosh qiz etuk sevgi tuyg'usini boshdan kechira olmaydi, deb ishoniladi. Uning tanasida sodir bo'layotgan voqealar, aksincha, gormonal o'zgarishlar bilan bog'liq bo'lishi mumkin va ehtiros va har doim sevgan odam bilan birga bo'lish istagi har doim ham sevgi, tushunish va kechirimlilikni anglatmaydi. Ishqibozlik erta turmush qurishga sabab bo'lganida, yoshlar ko'pincha uy xo'jaligini birgalikda boshqarishda sodir bo'ladigan o'zgarishlarni tushuna olmaydi va qabul qila olmaydi. Bundan tashqari, ular ko'plab muammolar va muammolarni hal qilish bilan duch kelishadi. O'z daromadlarining yetishmasligi va ota-onalari bilan yashash zarurati qo'shimcha muammolarga qo'shilishi mumkin. Ko'pincha erta turmush qurishning sababi yoshlar o'rtasida yuzaga keladigan yaqin munosabatlarni qonuniylashtirish istagi. Hozirgi kunda ko'pchilik bu masalaga shubha bilan qaramayapti va fuqarolik nikohi yoki yoshlar o'rtasidagi yaqin uchrashuvlarda hech qanday yomon narsa ko'rmaydi. Biroq, qizlarining bunday xatti-harakatlariga qat'iyan qarshi bo'lgan ota-onalarning foizi ancha yuqori.

Natijalar. Ko'pincha qizlarining erta turmushga chiqishiga ota-onalar aybdor bo'lib, ularni to'liq nazorat qilib, asrab-avaylashga harakat qiladilar, bu yo'lda turmush qurishdan, munosabatlarni qonuniylashtirishdan boshqa chora qolmasligini anglamaydilar. Ota-onalarning bosimi, ularning haddan tashqari g'amxo'rligi, kattalar (kattalar qizi yoki o'g'li) fikrini inobatga olmaslik, nima bo'lishidan qat'i nazar, kishanlardan xalos bo'lish va ota-ona uyini tark etish istagini keltirib chiqarishi mumkin. Ota-onalarning haddan tashqari tanbehlari, ularning doimiy axloqi ko'pincha qizlarni shoshqaloq harakatlarga undaydi. Oila qurishning bunday sabablari dastlab yaxshi narsa va'da qilmaydi, chunki bu holda turmush qurish niyatlari jiddiy emas. Erta turmush qurishning eng keng tarqalgan sabablaridan biri bu rejalashtirilmagan homiladorlikdir. Kontratseptivlarning eng keng doirasiga qaramasdan, yosh qizlar jinsiy hayotni boshlashga juda beparvo munosabatda bo'lishadi. Bu holatda onaning pozitsiyasi hal qiluvchi rol o'ynaydi, u o'sib borayotgan qiziga "farzand tug'ish" yoshiga kirishi bilan bog'liq holda uning tanasida ma'lum o'zgarishlar sodir bo'lishini tushuntirish uchun to'g'ri so'zlarni tanlashi kerak. Hech qanday holatda siz hokimiyatga bosim o'tkazmasligingiz kerak, chunki ishonchni yo'qotish noxush oqibatlarga olib kelishi mumkin (ehtimol, onasi tasodifan qizi abort qilish kerakligi haqida bilib qolishi mumkin). Homiladorlikni rejalashtirish zarur, chunki birinchi abortlar nafaqat jismoniy asoratlar, balki chuqur psixologik jarohatlar bilan ham to'la. Agar homiladorlik nikoh uchun sabab bo'lsa, unda bunday nikoh qanchalik muvaffaqiyatli va uzoq davom etishini aniq aytish qiyin. Yoshlar farzand tarbiyasiga jiddiy yondashsa (ishonavering, bu ham sodir bo'ladi), erta turmush qurish muvaffaqiyatli bo'lishi mumkin. Agar qizning ota-onasi odamlar nima deyishidan ko'proq tashvishlansa, qizining tortishuvlariga quloq solmasa, oila mo'rt bo'lib qolishi mumkin. Yosh qizlar ko'pincha sevib qolishadi va sevgi abadiy davom etishiga ishonishadi. Biroq, ajralishning achchiqligini boshdan kechirgan holda, ular uzoq vaqt davomida uchrashuvlar, yurishlar va birinchi o'pishlar haqidagi xotiralarini aylanib chiqishlari mumkin. Bunday paytlarda qizning baxtsiz sevgini unutish uchun birinchi uchrashgan odamiga turmushga chiqishga tayyor bo'lish xavfi bor. Bunday nikohlar ko'pincha muvaffaqiyatsizlikka uchraydi, chunki huquqbuzarlik vaqt o'tishi bilan o'tadi va endi jinoyatchidan qasos olish istagi yo'q va pasportdagi muhr keraksiz bo'lib chiqadi.

Bugungi kunda dunyodagi har uchinchi nikoh turmush o'rtoqlar 15 yil birga yashamasdan oldin buziladi. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, erta yoshda tuzilgan nikohlar ayniqsa zaifdir. 20 yoshga to'lmasdan turmush qurgan er-xotinlar atigi 5 yil nikohdan keyin ajrashadi. Yaqinda qizning turmushga chiqishi uchun optimal yosh 18 yosh edi va 25 yoshli qiz keksa xizmatkor hisoblanardi. Bugungi kunda odamlar 24-30 yoshda oila qurishga harakat qilmoqda, 18 yoshgacha tuzilgan nikohlar erta hisoblanadi. Ko'pincha, erta turmush qurishga qaror qilgan qizlarning ota-onalari qizining tanloviga juda salbiy munosabatda bo'lishadi. Ularning fikricha, bu yoshdagi qizlar mustaqil daromadga ega emaslar va moddiy jihatdan ota-onalariga to'liq qaram bo'lishadi. Ular birinchi kurs talabalari yoki hali ishi yo'q yangi maktab o'quvchilari. Ota-onalarning fikriga ko'ra, 18 yoshli qiz faqat fiziologik jihatdan o'sgan, ammo fikrlash va mas'uliyat darajasi bo'yicha u bolaligicha qolmoqda. Agar bolani erta tug'sa, uni katta qila olmaydi, ota-onasining bo'yniga osib qo'ya olmaydi. Ko'p hollarda ota-onalarning fikriga qo'shilmaslik qiyin va ularni yaxshiroq tushunish uchun yosh qizlarning turmush qurishga shoshilish sabablarini ko'rib chiqaylik. Hamma biladi: "Men o'qishni xohlamayman - men turmushga chiqmoqchiman", bu o'z xatti-harakatlari uchun mas'uliyatni o'z zimmasiga olishni istamaslik va hayotdan oson yo'l izlash yosh qizlarning turmushga chiqishga shoshilishiga sabab bo'ladi. To'ydan oldin u ishonch bilan aytadi: "Men uni yaxshi ko'raman va faqat u bilan yashashni xohlayman!", ota-onasining hech qanday tortishuvlari va ishontirishlariga quloq solmaydi. Va nikohdan bir necha oy o'tgach, inqiroz paydo bo'ladi, bu: "Bu sevgimi?" U o'zining baxtsizligi sabablarini izlaydi va erini chinakam sevib qolganiga shubha qila boshlaydi. Darhaqiqat, yoshligida oila qurgan qizlar o'rtasida o'tkazilgan so'rov shuni ko'rsatadiki, ular quyidagi sabablarga ko'ra turmush qurishga rozi bo'lishgan: - 45 foizi boy va xavfsiz hayotni orzu qilgan; - 35% "homilador bo'lish tufayli", erta rejalashtirilmagan homiladorlik tufayli; - 15%, chunki shunday bo'lishi kerak, baribir, bir kun kelib turmush qurishga to'g'ri keladi; - sevgi uchun 5%. Yoshligida qizlar etuk sevgi tuyg'usini boshdan kechirmaydilar, ular ko'pincha sevgini ehtiros bilan aralashtirib yuboradilar. Ma'lumki, mustahkam oila qurish uchun faqat ishtiyoqning o'zi yetarli emas.

Muhokama. Yosh qiz turmushga chiqqach, u uyda hal qilmagan kundalik muammolarga duch keladi. Doimiy g'amxo'rlik qilish zarurati paydo bo'lganda, uning baxtli va beparvo hayot haqidagi romantik orzulari o'tib ketadi: tushlik, kechki ovqat pishirish, idishlarni yuvish, uyni tozalash va kir yuvish. Turmush qurganida, u kommunal to'lovlarni to'lash, zarur mahsulotlarni sotib olish uchun to'liq javobgarlikni o'z zimmasiga olishi kerak, shuningdek, u o'qishi yoki ishlashi kerak. Bularning barchasi yaqinda diskotekalar atrofida yugurib, shahzodani orzu qilgan yosh qizning eriga bo'lgan muhabbatiga shubha qila boshlashi va ota-onasining uyiga intilishni boshlashiga sabab bo'ladi. Uy-joy masalasi, ayniqsa, turmush o'rtoqlar o'rtasidagi munosabatlarning mustahkamligiga kuchli ta'sir qiladi. Grant bo'yicha kvartirani ijaraga olishning iloji yo'q, shuning uchun yoshlar ko'pincha ota-onalari bilan yoki kommunal xonada yashashga majbur bo'lishadi. Bularning barchasi munosabatlardagi yangi muammolarni ko'rsatadi. Hayotiy tajriba va yashash vositalarining etishmasligi erta nikohlar muammosiga aylanadi, buning natijasida ular ajraladi. Ba'zida qizining erta turmush qurishga qaror qilganiga ota-onalarning o'zlari aybdor. Odatda ular uning manfaatlarini hurmat qilmaydilar, uni yomon ishlari uchun doimo qoralaydilar yoki jazolaydilar. Bunday oilalarda ota-ona va qiz o'rtasida tushunish, muhabbat bo'lmaydi. Ota-ona uyining og'ir iqlimidan, doimiy ota-ona axloqidan qochish uchun qiz umidsiz qadam tashlashga qaror qiladi. Bu nikoh, albatta, mo'rt bo'lib chiqadi, chunki u dastlab oila qurish uchun beparvo niyatlar bilan yaratilgan. Bunday qizlar ko'pincha ota-onalarining salbiy munosabatlari tajribasini o'z oilalariga o'tkazadilar va xatolarini takrorlaydilar. Qizning erta turmushga chiqishining oldini olish mumkinmi? Qizining qo'llarini ushlab turish, uni kunlab kuzatish, erining o'rniga nomzod bilan munosabatlarini to'xtatishni talab qilish yoki pasportini yashirish – bularning barchasi ishonchsiz. Ular faqat qizning ota-ona qaramog'idan ozod bo'lish istagini oshiradi. Eng oqilona vosita: "Siz allaqachon voyaga etgansiz va bu holatda nima qilishni o'zingiz hal qilasiz", deb unga turmushga chiqishga ruxsat berishdir. Ammo shuni tushuntirishni unutmangki, bunda u, birinchi navbatda, kattalar bo'lishi kerak. Erta turmush qurish qizni tarbiyalaydi va uning erta mas'uliyatli bo'lishiga imkon beradi. Voyaga yetgan bo'lish esa

hamma ham ko'tara olmaydigan og'ir yuk. Biz yo biz uchun namuna bo'lgan oilani yaratishni xohlaymiz yoki aksincha, oila modelini har tomonlama takrorlamaslikka harakat qilamiz.

Xulosa. Biz psixologik xizmat amaliyotimizda ko'pincha bu muammoga duch kelgan ayollarga uchratamiz. Oila katta mas'uliyat va ogohlikni talab qiladi. O'ttizdan oshgan erkaklar oila qurishga ko'proq tayyor, shuning uchun ular ayolda xuddi shunday ogohlik va turmush qurishga tayyorlikni ko'rishni xohlashadi. Agar ayol bolaligida muammoli oilada tarbiyalangan bo'lsa va ota-onasi o'rtasidagi nizolarni kuzatgan bo'lsa, bu uning uchun travma bo'ldi va natijada oiladan tezroq qutilishga turmushga chiqib barchasiga barham berishni istaydi yoki tengdoshlariga qarab harakat qiladi bazan yosh qizlar dugonasi erta turmush qurganini ko'rib unga havas qiladi va ular ham erta turmushga chiqishni istaydilar. Oila muqaddas ekanligini uni tushunib yetish anglash qo'pol qilib aytganda eplab ketish yosh qizlarning hammasini ham qo'lidan kelavarmaydi. Bunday katta masuliyatni olgan qizlar asta sekin oilaviy yumushlardan tashvishlardan tez zerikadi va endi u oilani asrab qolishni emas balki ajrimni maqul topadi, ko'pgina erta qurilgan oilalardan malumki erta qurilgan turmush oson darz keladi va orada farzandlar otasiz yoki onasiz yashab qolishga majbur bo'ladi yoki bazan esa farzand ota-ona mehrisiz qolmasligi uchun oila buzlimaydi lekin er xotin munosabatlari alaqachon darz ketgan ular baxtsiz shijoatsiz hayotning zavqini bilmay bir birini qadrlamay yashashga majbur bo'ladilar. Turli hil oilalar mavjud bo'lib jamiyatning asosiy maqsadi har qanday shroitda ham oilani asrab qolish taraddudida bo'lish hisoblanadi, chunki bizning qon qonimizga singib ketgan asrlar osha davom etayortgan qadriyatlarimiz oila nikoh munosabatlari muhim ekanligini anglatib turadi. Yosh oila ya'nikim erta turmush qurgan yigit va qiz har tomonlama oilaviy munosabatlarga tayyor bo'lsagina yaxshi turmush qurib ketishi mumkin aksincha bo'lsa, bu yoshlik havasi sabab qurilgan oila bo'lsa, juda katta extimol bilan ularning oilasi uzoq davom etmaydi, shu boisdan ham katta insonlar yoshlarni oilaga tayyor bo'lgandagina turmush qurishga ruxsat berishi, qizlarni o'qimishli yoki kasb hunarli qilish tarafdori bo'lishligi bu mummoni oz bo'lsada oldini olgan bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. UNICEF global databases, 2020, based on DHS, MICS and other national surveys, 2013-2019.
2. Burieva M.R. O'zbekistonda oila demografiyasi. -T.:, 1997. -182 b
3. Buxoriy-Al Abu Abdulloh Muhammad Ibn Ismoil. Hadis. VI jild. AL-Jomi' As-Sahih(Ishonarli to'plam). –T.:, «qomus», 1992. –527 b.
4. Исаэв Д.Н., Каган В.Э. Половоэ воспитаниэ и психогигиэна пола у детей. –Л.:, 1979. –184 с.
5. Исаэв Д.Н., Каган В.Э. Психогигиэна пола у детей: руководство для врачей. –М.:, 1986. –336 с.
6. Исаэв Д.Н, Каган В.Э. Половоэ воспитаниэ детей. –Л.:, 1988. –160 с.
7. Ismailov M.N. O'quvchi gigienasi. –T.:, 1977.
8. Kaykovus. qobusnoma. –T.:, ―Meros‖, 1992. –176 b.
9. Klenitskaya E.M. Qiz bola tarbiyasi. –T.:, ―Meditsina‖, 1971.
10. Ковалев С.В. Психология современной семи. –М.:, 1988. 21.Ковалев С.В. Подготовка старшекласников к семейной жизни. –М.:,Ю 1991.
11. https://www.girlsnotbrides.org/about-child-marriage/
12. https://www.globalcitizen.org/en/content/5-countries-with-highest-child-marriage/
13. UNICEF global databases, 2019, based on DHS, MICS and other national surveys, 2007-2017.
14. https://data.unicef.org/topic/child-protection/child-marriage/
15. https://www.girlsnotbrides.org/where-does-it-happen/atlas/

Safarova Sitora G'olibjonovna
Buxoro davlat universiteti magistranti

BO'LAJAK PSIXOLOGLAR KOMMUNIKATIV KOMPETENTLIGINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada, bo'lajak psixologlarning kommunikativ kompetentligini rivojlantirishda psixologik determinantlar va ularning muloqot jarayonining samaradorligini ta'minlashdagi ta'sirlari ilmiy jihatdan o'rganilgan. Bundan tashqari maqolada, psixologik determinantlarning turli nazariy yondashuvlari, individual va madaniyatlararo xususiyatlari hamda ularning kommunikativ kompetentlikni shakllantirishdagi ahamiyati chuqur tahlil qilingan.*

Kalit so'zlar: *bo'lajak psixologlar, kommunikativ kompetentlik, psixologik determinantlar, emotsional intellekt, madaniyatlararo kommunikatsiya.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩИХ

Аннотация. *В данной статье с научной точки зрения изучены психологические детерминанты в развитии коммуникативной компетентности будущих психологов и их влияние на обеспечение эффективности процесса общения. Кроме того, в статье подробно анализируются различные теоретические подходы к психологическим детерминантам, их индивидуальные и межкультурные особенности, а также их значение в формировании коммуникативной компетентности.*

Ключевые слова: *будущие психологи, коммуникативная компетентность, психологические детерминанты, эмоциональный интеллект, межкультурная коммуникация.*

PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF DEVELOPING COMMUNICATIVE COMPETENCE OF FUTURE PSYCHOLOGISTS

Abstract. *In this article, psychological determinants in the development of communicative competence of future psychologists and their influence on ensuring the effectiveness of the communication process are scientifically studied. In addition, the article provides an in-depth analysis of various theoretical approaches, individual and intercultural characteristics of psychological determinants, as well as their significance in the formation of communicative competence.*

Keywords: *future psychologists, communicative competence, psychological determinants, emotional intelligence, intercultural communication.*

Kirish. Bo'lajak psixologlar kommunikativ kompetentligini rivojlantirish zamonaviy psixologiya ilmida dolzarb va chuqur tadqiq etilishi lozim bo'lgan masalalardan biridir. Hozirgi kunda insonlar o'rtasidagi muloqotning samaradorligi nafaqat shaxsiy hayotda, balki kasbiy faoliyatda ham katta ahamiyat kasb etmoqda. Ayniqsa, psixologik xizmat ko'rsatish jarayonida psixologning kommunikativ salohiyati muhim vosita sifatida e'tirof etiladi. Bo'lajak psixologlarning kommunikativ kompetentligini shakllantirish ularning kasbiy tayyorgarligi jarayonining asosiy yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Bu kompetentlik faqat muloqot qilish qobiliyatini emas, balki shaxslararo munosabatlarda to'g'ri pozitsiyani egallash, empatiya, aktiv tinglash kabi muhim jihatlarni ham o'z ichiga oladi. Oliy ta'lim muassasalarida ushbu kompetentligini rivojlantirishga yo'naltirilgan maxsus dasturlar, treninglar va amaliy mashg'ulotlar tashkil etilishi zarur. Chunki bo'lajak psixologlar jamiyatdagi turli qatlam vakillari bilan muloqot qilishi lozim bo'lgan mutaxassislardir. Muloqotda muvaffaqiyatga erishish uchun esa psixologning o'zi ham ruhan tayyor, ochiq va madaniyatli bo'lishi kerak. Shu sababli, bu yo'nalishdagi tadqiqotlar nazariy hamda amaliy ahamiyat kasb etadi.

Kommunikativ kompetentlikning psixologik determinantlarini o'rganish orqali bu jarayonni yanada samarali tashkil etish mumkin bo'ladi. Har bir insonning muloqotga bo'lgan qobiliyati va

yondashuvi turlicha bo'lganligi sababli, bu kompetentlikni rivojlantirishda shaxsiy, ijtimoiy va emotsional omillar katta rol o'ynaydi. Psixologik determinantlar deb ataladigan omillar shaxsning individualligi, ijtimoiy tajribasi, emotsional intellekti, empatiya darajasi, ichki motivatsiyasi va o'ziga bo'lgan ishonchi bilan bog'liqdir. Ushbu omillarni chuqur tahlil qilish bo'lajak psixologlarning kasbiy rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki ularning har bir xatti-harakati mijoz bilan o'rnatiladigan ishonchli muloqotga ta'sir qiladi. Kommunikativ kompetentlik – bu nafaqat bilim va ko'nikma, balki ularni hayotiy holatlarda to'g'ri qo'llay olish malakasi hamdir. Bo'lajak psixologlar ushbu malakani puxta egallagan taqdirdagina, ular jamiyatda o'z o'rnini topa oladi. Ularning har qanday vaziyatda o'zini tuta bilishi, og'zaki va og'zaki bo'lmagan muloqot turlarini samarali qo'llay olishi muhimdir. Shu nuqtai nazardan, psixologik determinantlar ushbu kompetentlikni shakllantirishda asosiy mezon bo'lib xizmat qiladi.

Bugungi globallashuv sharoitida insonlar o'rtasidagi muloqot turli madaniy, til va ijtimoiy omillar ta'sirida murakkablashib bormoqda. Bu esa ayniqsa psixologlar oldida yangi talab va vazifalarni yuzaga keltirmoqda. Ular nafaqat o'z sohasini chuqur bilishi, balki har xil shaxslar bilan samarali muloqot qila olishi kerak. Shu bois, psixolog kasbiga tayyorlanayotgan yosh mutaxassislar uchun kommunikativ kompetentlikni shakllantirish ustuvor yo'nalishlardan biri bo'lib qolmoqda. Bu jarayonda o'quv dasturlari, amaliy mashg'ulotlar va shaxsiy rivojlanish bo'yicha mashqlar muhim rol o'ynaydi. Shuningdek, talabalarning o'z ustida ishlashi, o'z shaxsiyatini chuqur anglab yetishi ham bu borada hal qiluvchi omil hisoblanadi. Ilmiy jihatdan asoslangan yondashuv orqali kommunikativ kompetentlikni har tomonlama tahlil qilish imkoniyati yaratiladi. Psixologik determinantlar esa bu kompetentlikning ichki tarkibiy qismlarini yoritishda asosiy omil sifatida xizmat qiladi. Ularni hisobga olish orqali kommunikativ rivojlanishni individual tarzda yo'lga qo'yish mumkin. Bu esa kelajakdagi professional faoliyat samaradorligini oshiradi.

Shunday qilib, bo'lajak psixologlarning kommunikativ kompetentligini rivojlantirish masalasi nafaqat amaliy, balki nazariy jihatdan ham keng o'rganilishi kerak bo'lgan muhim mavzulardan biridir. Ushbu yo'nalishdagi tadqiqotlar natijasida shaxsiy xususiyatlar va kommunikativ salohiyat o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik aniqlanadi. Bunda har bir shaxsning o'ziga xos xususiyatlari, ichki dunyosi va emotsional holatlari inobatga olinadi. Shuningdek, psixologik determinantlar yordamida shaxslararo muloqotdagi to'siqlar va ularni bartaraf etish uslublari aniqlanadi. Bo'lajak psixologlar bu kompetentlikni egallagan holda, mijoz bilan muloqotni samarali yo'lga qo'ya oladi. Ular o'z faoliyatida yuqori natijalarga erishishlari uchun psixologik bilimlar bilan bir qatorda ijtimoiy va axloqiy tamoyillarga ham amal qilishlari zarur. Bunda kommunikatsiya jarayonidagi psixologik holatlar, xatti-harakatlar va hissiy reaktsiyalar chuqur tahlil qilinadi. Natijada, har bir bo'lajak mutaxassis o'zining kasbiy yondashuvini shakllantirishda aniq yo'nalishga ega bo'ladi. Kommunikativ kompetentligini shakllantirishga qaratilgan ilmiy-amaliy izlanishlar psixologiya sohasida yangi nazariy va metodik yondashuvlarni keltirib chiqaradi. Bu esa nafaqat psixologlar, balki jamiyatning barcha qatlamlari uchun foydali bo'lishi mumkin.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Bo'lajak psixologlarning kommunikativ kompetentligini rivojlantirish masalasi psixologik fanlar tizimida ko'plab olimlar tomonidan chuqur o'rganilgan va turli nazariyalar bilan asoslangan. Masalan, L.S. Vygotskiy tomonidan ilgari surilgan proksimal rivojlanish zonasi nazariyasiga ko'ra, shaxsning ijtimoiy rivojlanishi uning atrofidagi insonlar bilan bo'ladigan o'zaro munosabatlari orqali shakllanadi. Bu yondashuvga ko'ra, muloqot insonning ruhiy rivojlanishida markaziy omil sifatida namoyon bo'ladi. Ayniqsa, psixolog bo'lish istagidagi talabalar uchun muloqot qilish qobiliyati o'qish jarayonidanoq shakllantirilib borilishi lozim. Vygotskiy nazariyasida kommunikatsiya o'rgatuvchi vosita sifatida qaraladi, bu esa o'quvchi va pedagog o'rtasidagi faol muloqotni taqozo etadi. Shu sababli, psixologik determinantlarni aniqlashda insonning ijtimoiy tajribasi va u bilan muloqotda bo'lgan shaxslarning roli katta ahamiyat kasb etadi. Talabalarda bu kompetentlikni rivojlantirishda interfaol metodlar va guruhiy treninglar yuqori natija beradi. Vygotskiyning yondashuvi asosida kommunikativ ko'nikmalar ijtimoiy kontekstda shakllanadigan dinamik jarayon sifatida qaraladi. Shuning uchun bo'lajak psixologlar uchun bu jarayonni nazariy jihatdan o'zlashtirish muhim sanaladi.

Taniqli olim A.A. Leontyevning faoliyat nazariyasiga ko'ra, shaxsiy rivojlanish muloqot va faoliyat orqali amalga oshadi. Bu nazariyada kommunikatsiya shaxsning ongli harakati, ya'ni maqsadga yo'naltirilgan faoliyat sifatida ko'rib chiqiladi. Shaxs biror maqsad sari intilar ekan, u bu jarayonda atrofdagilar bilan fikr almashadi va o'z nuqtai nazarini shakllantiradi. Leontyev fikricha, kommunikativ kompetentlikni rivojlantirish uchun talabaning ichki motivatsiyasi, muloqotga bo'lgan ehtiyoji va faoliyatga tayyorligi muhim ahamiyat kasb etadi. Bu yondashuv talabalarda mustaqil fikrlash, savol berish, tanqidiy yondashish va muammolarni hal qilish ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan. Aynan shu kompetentliklar psixologik determinantlar bilan chambarchas bog'liq bo'lib, ular kommunikativ malakalarning shakllanishiga turtki beradi. Psixologik determinantlar bu jarayonda shaxsiy ehtiyojlar, emotsional holat, ijtimoiy maqom kabi omillar orqali namoyon bo'ladi. Bo'lajak psixologlar o'z faoliyatlarida insonlar bilan samarali muloqot qilishi lozim bo'lganligi sababli, bu nazariyaga tayangan holda o'qitish muhim sanaladi. Leontyevning yondashuvi amaliy mashg'ulotlar bilan boyitilsa, u yanada samarali natijalar beradi.

Amerikalik psixolog K. Rogers tomonidan ishlab chiqilgan shaxsga yo'naltirilgan yondashuv ham bo'lajak psixologlarning kommunikativ kompetentligini rivojlantirishda muhim nazariy asoslardan biridir. Rogers ta'kidlaganidek, har bir inson o'zini anglashga, o'z salohiyatini ro'yobga chiqarishga intiladi va bu jarayonda samimiy, empatik muloqot asosiy o'rin tutadi. Ushbu yondashuvga ko'ra, psixologik determinantlar orasida empatiya, shaffoflik va qabul qilish hissi yetakchi rol o'ynaydi. Bo'lajak psixologlar mijozlar bilan ishlash jarayonida ular bilan chuqur emotsional aloqani o'rnatishga harakat qilishlari lozim. Rogersning fikricha, psixolog bemorga nisbatan qabul qilish pozitsiyasida turishi, uni ayblamasdan, tushunishga intilishi kerak. Bu esa aynan kommunikativ kompetentlikning chuqur psixologik asosini tashkil etadi. Bo'lajak psixologlar uchun bunday yondashuv ijtimoiy va shaxsiy kompetentliklarni uyg'unlashtirishga yordam beradi. Treninglar va amaliy mashg'ulotlar orqali empatiya, faol tinglash, o'zini ifoda etish ko'nikmalarini rivojlantirish mumkin. Rogers modeli bo'yicha ishlovchi psixologlar o'z muloqotlarida samimiylik va ochiqlikka tayanadi. Bu yondashuv psixologik determinantlarning chuqur tahliliga asoslanadi va amaliyotga yaqinlashtirilgan shaklda qo'llanilishi mumkin.

Psixolog A. Bandura tomonidan ishlab chiqilgan sotsial-kognitiv nazariya bo'lajak psixologlarning kommunikativ kompetentligini shakllantirishda o'ziga xos o'ringa ega. Bandura nazariyasida inson xatti-harakatlariga ijtimoiy ta'sirlar, o'z-o'zini boshqarish va kognitiv omillar asosiy ta'sir ko'rsatadi. Shaxs o'zini qanday idrok etishi, boshqalar bilan qanday muloqot qilishi, aynan mana shu psixologik determinantlar orqali belgilanadi. Banduraning o'ziga bo'lgan ishonch tushunchasi bo'lajak psixologlarning kasbiy rivojlanishida alohida ahamiyatga ega. O'ziga ishongan shaxs muloqotda faol, ijtimoiy vaziyatlarda o'z fikrini aniq ifoda etuvchi va mijozga yordam bera oladigan mutaxassisga aylanadi. Bu yondashuvda kommunikativ kompetentlik shaxsning o'zini idrok etish darajasi bilan bog'liq tarzda qaraladi. Psixologik determinant sifatida Bandura shaxsiy namunalar, model bo'yicha o'rganish va ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'sirni ko'rsatadi. Ushbu model asosida bo'lajak psixologlar o'zlarini rivojlantirishda tashqi omillarni emas, balki ichki resurslarga tayanishni o'rganadilar. Bu esa ularda barqaror, professional muloqot madaniyatini shakllantirishga xizmat qiladi.

Shuningdek, E. Bern tomonidan ishlab chiqilgan transaksion analiz nazariyasi ham kommunikativ kompetentligini rivojlantirishda foydali nazariyalardan biri hisoblanadi. Bern insonlar o'rtasidagi muloqotni ota, kattalar va bola holatidagi ego holatlari orqali tushuntiradi. Har bir inson muloqot chog'ida ushbu uchta holatdan birini tanlaydi va bu uning kommunikatsiya sifatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Bo'lajak psixologlar uchun bu nazariya orqali o'zlarining ham, boshqalar bilan bo'lgan muloqotdagi holatlarini anglash imkoniyati yaratiladi. Ayniqsa, mijoz bilan professional munosabatda muloqotdagi ego-holatni tanlash juda muhimdir. Psixologik determinantlar sifatida shaxsning bolalikdagi tajribalari, ota-ona bilan munosabatlari va hozirgi hayotdagi emotsional holatlari asosiy o'rin tutadi. Bern nazariyasiga asoslangan mashg'ulotlar orqali talabalarda reflektiv tafakkur, muloqotdagi o'z pozitsiyasini tahlil qilish, konfliktli holatlarni boshqarish ko'nikmalari shakllanadi. Transaksion analiz yordamida shaxslararo muloqotdagi muammolar ildizini aniqlash va

ularni psixologik yondashuv bilan hal etish yo'llari o'rgatiladi. Bu nazariyaning qo'llanilishi bo'lajak psixologlarning ijtimoiy rollarni anglashiga va to'g'ri munosabat o'rnatishiga yordam beradi.

Yevropa psixologik maktablarida kommunikativ kompetentlik psixologik salomatlik, emotsional barqarorlik va madaniy moslashuvchanlik bilan bevosita bog'lanadi. Masalan, G. Xofstede madaniyatlararo kommunikatsiya nazariyasida shaxsning muloqotga tayyorligi va samaradorligi uning madaniy qadriyatlari va normativ tizimiga mosligi bilan belgilanadi. Shuning uchun, bo'lajak psi ologlar uchun madaniy kompetentlik va moslashuvchanlikni rivojlantirish juda muhim ahamiyat kasb etadi. Hozirgi global dunyoda psixologlarning turli madaniyat vakillari bilan muloqot qilishlari ko'paymoqda, shuning uchun ular madaniyatlararo farqlarni chuqur tushunib, o'z xatti-harakatlarini shunga moslashtira olishlari talab etiladi. Xofstede nazariyasiga ko'ra, shaxsning kommunikativ kompetentligini shakllantirishda madaniy qoidalarga rioya qilish, til va nutq uslubini to'g'ri tanlash, shuningdek, boshqalar bilan o'zaro hurmat va ishonch o'rnatish kabi omillar muhim rol o'ynaydi. Bo'lajak psixologlar uchun bunday ko'nikmalarni o'rganish, ularni amalda qo'llash imkoniyatini beruvchi treninglar va seminarlar o'tkazilishi zarur. Madaniyatlararo kommunikatsiyani o'rganish psixologga nafaqat mijoz bilan, balki jamoa a'zolari va hamkasblar bilan ham samarali muloqot qilishda yordam beradi. Bu esa psixologik xizmat sifatini oshirishga, natijada jamiyatda ijobiy o'zgarishlarni ta'minlashga xizmat qiladi. Shu sababli, madaniyatga doir psixologik determinantlar bo'lajak mutaxassislarning kommunikativ malakalarini mustahkamlashda alohida e'tibor talab qiladi. O'z navbatida, bu nazariy yondashuv bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar kommunikatsiyaning psixologik asoslarini yanada chuqurroq anglashga imkon yaratadi.

Umuman olganda, bo'lajak psixologlarning kommunikativ kompetentligini rivojlantirishda psixologik determinantlarni aniqlash va ularni nazorat qilishning ahamiyati katta. Har bir nazariya va ilmiy izlanish bu sohada o'ziga xos qarashlarni taklif etadi va kommunikativ kompetentlikni shakllantirishning samarali metodlarini ochib beradi. Vygotskiy, Leontyev, Rogers, Bandura, Bern va Xofstede kabi olimlarning ishlarida keltirilgan g'oyalar o'zaro to'ldiruvchi va psixologik jarayonlarning turli jihatlarini yorituvchi ahamiyatga ega. Ushbu nazariyalar asosida yaratilgan pedagogik va amaliy metodlar bo'lajak psixologlarga o'zining ichki va tashqi kommunikativ salohiyatini mukammal shakllantirish imkonini beradi. Shu bilan birga, psixologik determinantlarni hisobga olgan holda, individual yondashuvni ishlab chiqish zaruriyati yuzaga keladi. Chunki har bir shaxsning muloqotdagi tajribasi, hissiy holati va motivatsiyasi boshqacha bo'ladi. Bu esa psixologik tayyorgarlik jarayonining moslashuvchan va kontekstga yo'naltirilgan bo'lishini taqozo etadi. Shu sababli, kommunikativ kompetentlikni rivojlantirish psixologik va pedagogik tizimda doimiy takomillashtirilishi kerak bo'lgan murakkab jarayon hisoblanadi. Bu yo'nalishda ilmiy tadqiqotlar va innovatsion yondashuvlar dolzarb ahamiyatga ega bo'lib qolmoqda.

Bo'lajak psixologlarning kommunikativ kompetentligini oshirishga qaratilgan ilmiy yondashuvlarning yana bir muhim jihati shundaki, ular nafaqat kasbiy mahoratni, balki shaxsiy o'sish va ijtimoiy moslashuvchanlikni ham rivojlantiradi. Bu masalani ko'p yillik izlanishlari bilan yoritgan G. Salovey va P. Mayer tomonidan ilgari surilgan emotsional intellekt nazariyasi ayniqsa ahamiyatli. Unga ko'ra, kommunikativ kompetentlikning asosiy psixologik determinantlaridan biri bu – emotsional intellekt bo'lib, u shaxsning o'z va boshqalar his-tuyg'ularini anglab, boshqarish qobiliyatini bildiradi. Emotsional intellektning rivojlanishi bo'lajak psixologlarga muloqot jarayonida to'g'ri hissiy reaktsiyalar ko'rsatishga, stress holatlarini samarali boshqarishga va mijoz bilan mustahkam psixologik aloqani o'rnatishga yordam beradi. Bu esa ularning professional muvaffaqiyatini sezilarli darajada oshiradi. Emotsional intellektga asoslangan treninglar va mashg'ulotlar yordamida talabalar o'z ichki dunyosini anglashni o'rganadilar, bu esa kommunikativ kompetentligini yanada mustahkamlaydi. Shuningdek, bu yondashuv bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar psixologlarning ijtimoiy rollarni anglash va ularni samarali bajarishda ham yordam beradi. Bo'lajak mutaxassislarning hissiy barqarorligi va kommunikativ malakalarining uyg'unligi professional faoliyatda yuqori natijalarga erishishga xizmat qiladi.

Yakuniy tahlilda, psixologik determinantlarning bo'lajak psixologlarning kommunikativ kompetentligini rivojlantirishdagi roli haqida so'z borar ekan, ilmiy izlanishlar bu masalaning ko'p qirrali

ekanligini ko'rsatadi. Har bir yondashuv – psixologik, kognitiv, ijtimoiy yoki madaniy – bu kompetentligini shakllantirishga o'zining muhim ta'sirini o'tkazadi. Shu nuqtai nazardan, psixologik determinantlarni kompleks tarzda o'rganish va qo'llash psixologik tayyorgarlik sifatini oshirishning kalitidir. Bo'lajak psixologlarning muvaffaqiyatli kommunikatsiyasi faqatgina ularning bilimlari bilan emas, balki shaxsiy xususiyatlari, emotsional holati va ijtimoiy tajribalarining uyg'unligi bilan belgilanadi. Shuning uchun, zamonaviy psixologik ta'lim jarayonida ushbu determinantlarni hisobga olgan holda maxsus metodikalar ishlab chiqilishi muhimdir. Bu esa kasbiy malaka va shaxsiy o'sish jarayonlarini integratsiyalashga yordam beradi. Shunday qilib, ilmiy tadqiqotlar va amaliy faoliyat orqali bo'lajak psixologlarning kommunikativ kompetentligini yanada rivojlantirish istiqbollari kengaymoqda.

Muhokama. Bo'lajak psixologlarning kommunikativ kompetentligini rivojlantirishda psixologik determinantlarning o'rni va ahamiyati yuzasidan olib borilgan ilmiy muhokamalar sohaning dolzarb masalalaridan biri hisoblanadi. Kommunikativ kompetentlik nafaqat professional faoliyatda, balki shaxsning ijtimoiy hayotidagi muvaffaqiyati uchun ham muhimdir. Psixologik determinantlar shaxsning emotsional holati, kognitiv jarayonlari, ijtimoiy tajribalari va ichki motivatsiyasi bilan chambarchas bog'liq bo'lib, ular kommunikatsiyaning samaradorligini belgilovchi asosiy omillar sifatida qaraladi. Mutaxassislarning fikricha, bu determinantlarni rivojlantirish uchun nafaqat nazariy bilimlar, balki amaliy ko'nikmalarni shakllantirish muhimdir. Shu sababli, psixologik tayyorgarlik jarayonida kommunikativ malakalarni mustahkamlashga qaratilgan maxsus treninglar, rolli o'yinlar va interaktiv mashg'ulotlar muhim o'rin tutadi. Bundan tashqari, kommunikatsiyaning turli vaziyatlarida psixologning shaxsiy xususiyatlari va hissiy barqarorligi ham katta ahamiyat kasb etadi. Bu esa, o'z navbatida, individual yondashuvni qo'llash zaruratini yuzaga keltiradi. Shu ma'noda, psixologik determinantlar kommunikativ kompetentlikning dinamik va ko'p qirrali jihatlarini ochib beradi. Ularni chuqur o'rganish va amaliyotda qo'llash bo'yicha ilmiy izlanishlar davom etmoqda.

Psixologik determinantlarning har bir qismi kommunikativ kompetentlikka o'ziga xos ta'sir ko'rsatadi va bu ta'sirni kompleks tarzda hisobga olish talab etiladi. Emotsional intellekt nazariyasida keltirilgan fikrlar asosida, emotsional barqarorlik va boshqalar bilan hissiy munosabatlarni to'g'ri boshqarish ko'nikmalari kommunikatsiya sifatini sezilarli darajada yaxshilaydi. Ayniqsa, psixologning o'z his-tuyg'ularini anglab, ularni boshqarishi va mijozning hissiyotlarini to'g'ri idrok etishi muhimdir. Buning uchun bo'lajak mutaxassislar emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan maxsus dasturlar orqali o'qitiladi. Shuningdek, kognitiv determinantlar – shaxsning tafakkur uslubi, fikrlash qobiliyati va muammolarni hal qilishdagi yondashuvlari ham kommunikativ kompetentlikni shakllantirishda katta rol o'ynaydi. Bu jihatlarni rivojlantirish bo'yicha ilgari surilgan metodikalar psixologlarning murakkab vaziyatlarda samarali muloqot qilishi imkonini yaratadi. Shu bilan birga, ijtimoiy determinantlar, ya'ni shaxsning jamiyatdagi o'rni va ijtimoiy rollarni to'g'ri anglash qobiliyati ham muhim hisoblanadi. Bu omillarni birlashtirish orqali kommunikativ malakalar tizimli va mukammal rivojlanadi.

Madaniyatlararo va kontekstual determinantlarning ahamiyati haqida ham alohida to'xtalish lozim. Globalizatsiya jarayonlari va ijtimoiy muhitning o'zgarishi bo'lajak psixologlardan turli madaniyat vakillari bilan samarali muloqot qilishni talab qiladi. Shu bois, kommunikativ kompetentligini rivojlantirishda madaniyatlararo sezgirlik va moslashuvchanlikni shakllantirish zarur. Xofstede va boshqa olimlarning tadqiqotlari madaniyatlararo farqlarni tushunish va ularga moslashish kommunikatsiya jarayonining muhim determinantlari ekanligini ko'rsatadi. Bo'lajak psixologlarning ta'lim jarayonida turli madaniyatlarda yuzaga keladigan psixologik va kommunikativ xususiyatlar haqida chuqur bilim berish lozim. Bu esa nafaqat ularning professional faoliyatida, balki shaxsiy hayotida ham samarali bo'ladi. Shu tariqa, madaniyatlararo determinantlar kommunikativ kompetentlikni shakllantirishda asosiy rol o'ynaydi va bu yo'nalishda metodik ishlarni davom ettirish muhimdir. Madaniyatlararo ko'nikmalarning rivojlanishi psixologlarning global maydonda faoliyat yuritishi uchun poydevor bo'lib xizmat qiladi.

Muhokamani yakunlab aytganda, bo'lajak psixologlarning kommunikativ kompetentligini rivojlantirishda psixologik determinantlarni chuqur va tizimli o'rganish hamda ularni amaliyotga sa-

marali tatbiq etish muhim vazifa hisoblanadi. Bu jarayon kasbiy malaka bilan birga shaxsiy rivojlanishni ham ta'minlaydi. Shuning uchun ta'lim tizimida psixologik determinantlarga doir integrativ yondashuvlar va innovatsion metodlar joriy etilishi lozim. Zamonaviy psixologik tayyorgarlik jarayonida nafaqat bilim va ko'nikmalar, balki hissiy-psixologik barqarorlik, madaniyatlararo sezgirlik va ijtimoiy moslashuvchanlik kabi ko'nikmalarni rivojlantirishga katta e'tibor berilishi kerak. Bunday yondashuv bo'lajak mutaxassislarning professional va shaxsiy sifatlarini uyg'unlashtirishga xizmat qiladi. Kelgusida ushbu sohada olib boriladigan ilmiy tadqiqotlar va amaliy ishlar psixologlarning kommunikativ kompetentligini yanada oshirishga ko'maklashadi. Shu tariqa, psixologik determinantlar bo'yicha chuqur muhokamalar nafaqat nazariy, balki amaliy sohalarda ham samarali natijalarga olib keladi.

Xulosa. Bo'lajak psixologlarning kommunikativ kompetentligini rivojlantirishda psixologik determinantlarning o'rni nihoyatda muhim ekanligi yaqqol namoyon bo'ladi. Ushbu determinantlar insonning shaxsiy xususiyatlari, emotsional holati, ijtimoiy tajribasi hamda kognitiv imkoniyatlarini o'z ichiga oladi. Kommunikativ kompetentlik nafaqat kasbiy muvaffaqiyatning, balki samarali muloqotning ham poydevori hisoblanadi. Shuning uchun bo'lajak psixologlar o'zlarida bu malakalarni chuqur va kompleks tarzda rivojlantirishlari lozim. Psixologik determinantlarni hisobga olish orqali muloqot jarayonlarining murakkabligi va nozik tomonlarini yaxshiroq anglash mumkin bo'ladi. Bu esa o'z navbatida, mutaxassisning professional faoliyatida yuzaga keladigan turli muammolarni samarali hal qilish imkonini beradi. Shuningdek, bu jarayon talabalarning shaxsiy o'sishi, ijtimoiy moslashuvi va o'z-o'zini anglashini kuchaytiradi. Natijada, psixologik tayyorgarlik yuqori sifatga erishadi va kasbga tayyorlik darajasi oshadi. Shunday qilib, kommunikativ kompetentligini shakllantirishdagi psixologik omillarni chuqur o'rganish zamonaviy psixologiya sohasida dolzarb va zarur yo'nalishlardan biri sifatida qaraladi.

Shu bilan birga, psixologik determinantlarning rivojlanishi bo'yicha ilgari surilgan nazariyalar va ilmiy tadqiqotlar ushbu sohadagi yondashuvlarning ko'p qirraliligini ko'rsatadi. Har bir nazariya o'ziga xos ravishda kommunikativ kompetentlikning turli jihatlarini ochib beradi va amaliy faoliyatga yangi usullarni taklif etadi. Bu esa bo'lajak psixologlarning nafaqat nazariy bilimlarini, balki amaliy ko'nikmalarini ham yanada mustahkamlashga xizmat qiladi. Masalan, Vygotskiy va Leontyevning ijtimoiy faoliyatga oid yondashuvlari, Rogersning shaxsga yo'naltirilgan metodikasi, Banduraning sotsial-kognitiv nazariyasi va Bernning transaksion analizi psixologik determinantlarning kompleks tizimini tashkil etadi. Ushbu nazariyalar birgalikda kommunikativ kompetentlikni yanada puxta va samarali rivojlantirish imkonini yaratadi. Shu tariqa, zamonaviy ta'lim jarayonida ushbu ilmiy yondashuvlarni integratsiyalash va ularni amaliyotga tatbiq etish bo'yicha ishlar davom ettirilmoqda. Bu esa bo'lajak psixologlarning kasbiy muvaffaqiyatini ta'minlashda muhim omil bo'lib xizmat qiladi. Shunday qilib, psixologik determinantlarni o'rganish va qo'llash kommunikativ malakalarni shakllantirishning asosiy vazifasi sifatida namoyon bo'ladi.

Bundan tashqari, kommunikativ kompetentligini rivojlantirishda individual shaxsiy xususiyatlarni hisobga olishning ahamiyati katta. Har bir shaxsning o'ziga xos emotsional va kognitiv xususiyatlari mavjud bo'lib, ular muloqot jarayonida turlicha namoyon bo'ladi. Bu holat psixologlarning kasbiy faoliyatida muhim o'rin tutadi, chunki har bir mijoz bilan samarali muloqot o'rnatish uchun moslashuvchan yondashuv talab etiladi. Shu nuqtai nazardan, bo'lajak psixologlarning kommunikativ kompetentligini oshirishda individual psixologik xususiyatlarni aniqlash va rivojlantirish metodlari muhim ahamiyat kasb etadi. Bundan tashqari, emotsional intellekt va madaniy moslashuvchanlik kabi komponentlarni rivojlantirish ham ushbu jarayonni yanada samarali qiladi. O'z navbatida, bu yondashuv psixologlarning professional tayyorgarligini yanada chuqurlashtiradi va ularning jamiyatdagi rolini mustahkamlaydi. Natijada, kommunikativ malakalar nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham yuqori darajada shakllanadi. Shunday qilib, shaxsiy xususiyatlarga e'tibor qaratish bo'lajak mutaxassislarning samarali faoliyat ko'rsatishida muhim vosita bo'lib xizmat qiladi.

Xulosa sifatida aytish mumkinki, bo'lajak psixologlarning kommunikativ kompetentligini rivojlantirish jarayonida psixologik determinantlarning to'liq va puxta o'rganilishi nihoyatda zarur. Bu omillar nafaqat muloqotning samaradorligini oshiradi, balki psixologlarning shaxsiy va professional o'sishiga ham katta ta'sir ko'rsatadi. Ilmiy nazariyalar va tadqiqotlar asosida yaratilgan

metodikalar ushbu determinantlarni rivojlantirishda samarali vosita sifatida namoyon bo'ladi. Bunday yondashuvlar bo'lajak mutaxassislarning ijtimoiy va kasbiy jihatdan tayyorligini oshirishga yordam beradi. Natijada, psixologlar o'z mijozlari bilan yanada samarali va maqsadga muvofiq muloqot o'rnatadi, bu esa kasb sohasidagi muvaffaqiyatning asosiy ko'rsatkichlaridan biridir. Shu bilan birga, kommunikativ kompetentligini rivojlantirish uchun psixologik omillarni integrativ tarzda o'rganish va qo'llash dolzarb masala bo'lib qolmoqda. Kelajakda bu yo'nalish bo'yicha olib boriladigan ilmiy ishlar psixologik yordam sifatini yanada oshirishga katta hissa qo'shadi. Shunday qilib, psixologik determinantlar va ularning kommunikativ kompetentlikka ta'siri bo'yicha chuqur tahlil va amaliy tadqiqotlar olib borilishi zarur.

Oxir-oqibat, kommunikativ kompetentligini rivojlantirishning psixologik determinantlari bo'lajak psixologlarning professional tayyorgarligida ajralmas tarkibiy qism sifatida qabul qilinishi kerak. Ular shaxsning ichki psixologik jarayonlari bilan chambarchas bog'liq bo'lib, muloqotning samaradorligi va sifatini belgilovchi asosiy omillar hisoblanadi. Kommunikativ malakalar orqali psixolog o'z mijozining ehtiyojlarini chuqur anglaydi, ishonchli aloqani o'rnatadi va natijada samarali psixologik yordam ko'rsatadi. Bu jarayon esa faqat bilim va ko'nikmalarni o'rgatish bilan emas, balki psixologik holatlarni boshqarish va rivojlantirish orqali amalga oshiriladi. Shuning uchun, ta'lim jarayonida psixologik determinantlarga doir bilimlarni chuqur o'rganish va amaliy mashg'ulotlarni yo'lga qo'yish muhimdir. Bunday yondashuv bo'lajak mutaxassislarning professional malakasi va shaxsiy rivojlanishini yanada mustahkamlashga xizmat qiladi. Natijada, ular jamiyatda yuqori ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lgan samarali psixologlar sifatida shakllanadi. Shunday qilib, psixologik determinantlar kommunikativ kompetentligini rivojlantirishning poydevorini tashkil qiladi va zamonaviy psixologik ta'lim jarayonining ajralmas qismi hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Slastenin V.A. Obshaya psixologika. -M.– 2002. – 120 s.
2. Bolotov V.A., Serikov V.V. Kompetentnostnaya model: Ot idei k obrazavatelnoy programmoy. Psixologika. 2003. № 3. ISSN 2181-1717 (E) Образование и инновационные исследования (2023 год №3) http://interscience.uz 363
3. Bondorevskaya Ye.V., Kulnevich S.V. Psixologika. 2004. № 10. – S. 36-42.
4. Blinov V.I.Prakticheskaya podgotovka budущix uchiteley: progmatika, prespektivы. Moskva. IOO. MONRF. 200
5. Кодирова, Д. М. (2022). Катта ва кичик гуруҳлардаги ўқувчи шахсига индивидуал-психологик ёндашувнинг ўзига хос хусусиятлари. Oriental Art and Culture, 3(4), 542-547.

Tog'aymurotova Nigora O'tkir qizi
O'zbekiston Milliy universiteti magistri,
Temurbeklar maktabi harbiy akademik litseyi psixologi

ANGLANILGAN OTA-ONALIKNING PSIXOLOGIK PORTRETI: QADRIYATLAR, MUNOSABATLAR, TARBIYA USLUBI

Annotatsiya. *Maqolada anglanilgan va ongli ravishda farzand tarbiyasiga yondashayotgan ota-onalarning psixologik portreti yoritiladi. Asosiy e'tibor ularning qadriyatlari, tarbiyaviy qarashlari va xulq-atvor uslublariga qaratilgan. Anglanilgan ota-onalik - bu shunchaki bola ehtiyojlarini qondirish emas, balki bolaning individual rivojlanishini ongli ravishda qo'llab-quvvatlash, ota-onaning shaxsiy mas'uliyati va o'zini anglash qobiliyati bilan bog'liq bo'lgan murakkab jarayondir. Ushbu yondashuvda ota-onaning ichki motivlari, refleksiv fikrlashi, hissiy yetukligi va tarbiya uslublari muhim o'rin tutadi. Shuningdek, bolaning hissiy farovonligi, mustaqillik hissi va shaxsiy rivojlanishi uchun anglanilgan tarbiyaning ahamiyati ko'rsatib o'tiladi. Maqola ota-onalarga farzandlari bilan sog'lom muloqot o'rnatish, tarbiya jarayonida muvozanatni saqlash va oilaviy munosabatlarni mustahkamlash bo'yicha amaliy yo'nalishlarni ochib beradi. Natijada, anglanilgan ota-onalik nafaqat bolaning, balki butun oilaning psixologik barqarorligi va ijobiy rivojlanishiga xizmat qiluvchi qadriyat sifatida namoyon bo'ladi.*

Kalit so'zlar: *anglanilgan ota-onalik, psixologik portret, qadriyatlar, tarbiyaviy qarashlar, refleksiya, hissiy yetuklik, ota-onalik mas'uliyati, shaxsiy rivojlanish, tarbiya uslubi, farovonlik.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ ОСОЗНАННОГО РОДИТЕЛЬСТВА: ЦЕННОСТИ, ОТНОШЕНИЯ, СТИЛЬ ВОСПИТАНИЯ

Аннотация. *В статье представлен психологический портрет осознанного родителя, где внимание уделяется ценностям, воспитательным установкам и стилям поведения. Осознанное родительство понимается не как простое удовлетворение потребностей ребёнка, а как глубокое и ответственное сопровождение его индивидуального развития. Такой подход предполагает личную ответственность родителей, их способность к саморефлексии, эмоциональную зрелость и умение выстраивать гармоничные отношения в семье. Подчёркивается важность того, что именно внутренние установки и ценностные ориентиры родителей определяют характер взаимодействия с ребёнком, формируют его чувство безопасности, автономии и уверенности в себе. Осознанное родительство способствует укреплению эмоционального благополучия ребёнка, развитию самостоятельности и раскрытию личностного потенциала. В то же время оно становится источником психологической устойчивости для всей семьи, обеспечивая гармонию и поддержку во взаимоотношениях. Таким образом, данный подход выступает как ценностная основа воспитания, направленная на гармоничное развитие как ребёнка, так и семьи в целом.*

Ключевые слова: *осознанное родительство, психологический портрет, ценности, установки, рефлексия, эмоциональная зрелость, родительская ответственность, личностное развитие, стиль воспитания, благополучие.*

PSYCHOLOGICAL PORTRAIT OF CONSCIOUS PARENTING: VALUES, RELATIONSHIPS, PARENTING STYLE

Abstract*. The article highlights the psychological portrait of parents who consciously and consciously approach child-rearing. The main focus is on their values, educational views, and behavioral styles. Conscious parenting is not just the satisfaction of the child's needs, but a complex process associated with the conscious support of the child's individual development, personal responsibility, and the ability of parents to understand themselves. In this approach, the internal*

motives of parents, reflexive thinking, emotional maturity, and upbringing methods play an important role. The importance of conscious upbringing for the emotional well-being, sense of independence, and personal development of the child is also indicated. The article reveals practical directions for parents to establish healthy communication with their children, maintain balance in the upbringing process, and strengthen family relationships. As a result, conscious parenting manifests itself as a value that serves not only the psychological stability and positive development of the child, but also the whole family.

***Keywords**: conscious parenting, psychological portrait, values, educational views, reflection, emotional maturity, parental responsibility, personal development, upbringing style, well-being.*

Kirish. Bugungi globallashuv, texnologik taraqqiyot va ijtimoiy hayotning tezkor sur'atlari sharoitida ota-onalik mas'uliyatini anglash va uni ongli ravishda amalga oshirish dolzarb masalalardan biriga aylandi. Jamiyat taraqqiyoti bevosita inson kapitaliga bog'liq bo'lib, inson kapitalining shakllanishida esa oilaning va xususan, ota-onaning o'rni beqiyosdir. Bola tug'ilgan ilk kunidan boshlab ijtimoiylashuv jarayoniga kirishadi va bu jarayonda ota-onaning tarbiyaviy qarashlari, qadriyatlari va xulq-atvor uslublari uning hayotiy tajribasiga, shaxsiy rivojlanishiga chuqur ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, psixologiyada so'nggi o'n yilliklarda keng muhokama qilinayotgan "anglanilgan ota-onalik" tushunchasi nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham muhim yo'nalishga aylanmoqda.

Anglanilgan ota-onalik obyektiv jihatdan - bola ehtiyojlarini to'laqonli qondirish, uning individual rivojlanishini ongli ravishda qo'llab-quvvatlash, oilada sog'lom psixologik muhit yaratish jarayonidir. Subyektiv jihatdan esa bu tushuncha ota-onaning o'zini shaxs sifatida qay darajada anglay olishi, hissiy jihatdan barqarorligi, qaror qabul qilishda mas'uliyati, farzandi bilan samimiy va doimiy muloqot olib borishga tayyorligi bilan belgilanadi. Har bir oilaning tajribasi, qadriyatlari va madaniy konteksti bu jarayonga o'ziga xos rang beradi. Masalan, ba'zi ota-onalar uchun ongli ota-onalik farzand bilan vaqtni sifatli o'tkazish, ba'zilari uchun esa uni mustaqil qarorlar qabul qilishga tayyorlash bilan ifodalanadi. Psixologiya fanida ushbu yo'nalishning shakllanishida bir qator nazariy va amaliy manbalar muhim rol o'ynagan. Xususan, G. Neufeld va G. Maté o'zlarining "Bolalaringizni qo'ldan chiqarmang" asarida farzand va ota-ona o'rtasidagi emotsional aloqaning barqaror bo'lishini shaxsiy rivojlanishning eng muhim omili sifatida ko'rsatadilar. Ularning fikriga ko'ra, ota-onaning bola ehtiyojlariga javob berishi bilan bir qatorda, uning ichki dunyosini tushunishga intilishi ham juda katta ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, J. Kabat-Zinn tomonidan ilgari surilgan "mindful parenting" konsepsiyasi ota-onaning ongli ravishda hozirgi lahzada farzandi bilan birga bo'lishi, sabr va diqqatni tarbiya jarayonida markazga qo'yishini ta'kidlaydi. Bu konsepsiya obyektiv jihatdan ilmiy tadqiqotlarda tasdiqlangan bo'lsa, subyektiv jihatdan ota-onalarning amaliy tajribalarida o'z aksini topmoqda.

Milliy an'analarga murojaat qiladigan bo'lsak, o'zbek oilalarida farzand tarbiyasiga oid qadriyatlar asrlar davomida shakllangan. Oiladagi kattalarga hurmat, mehr-oqibat, farzandni mustaqil hayotga tayyorlash kabi tamoyillar qadimdan mavjud bo'lgan. Bugungi kunda esa bu qadriyatlar zamonaviy psixologik yondashuvlar bilan uyg'unlashib, anglanilgan ota-onalik tushunchasini yanada boyitmoqda. Masalan, avvallari ota-onaning so'zi so'zsiz bajarilishi kerak bo'lgan bo'lsa, hozirgi davrda farzandning fikri, hissiyotlari va shaxsiy ehtiyojlari inobatga olinishi ota-onalikning ajralmas qismi sifatida qaralmoqda. Bu obyektiv jihatdan oilaviy munosabatlarning demokratiklashuvi bilan bog'liq bo'lsa, subyektiv jihatdan ota-onalarning tarbiyaga yondashuvining o'zgarishi sifatida namoyon bo'ladi. O'zbek jamiyatida kechayotgan ijtimoiy-iqtisodiy o'zgarishlar ham ota-onalik mas'uliyatini ongli ravishda anglash zarurligini kuchaytirmoqda. Masalan, urbanizatsiya, oilaviy modelning kichrayishi, ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi - bularning barchasi ota-onalardan farzand tarbiyasida yangicha yondashuvni talab etmoqda. Anglanilgan ota-onalik bu jarayonda ota-onalarga yo'l-yo'riq ko'rsatib, farzand tarbiyasida an'anaviy va zamonaviy qadriyatlarni uyg'unlashtirish imkonini beradi.

Avvalo, anglanilgan ota-onalik tushunchasini aniqlash, uning mazmunini ochib berish va ilmiy asoslarini tushuntirish uchun psixologik adabiyotlar, monografiyalar, maqolalar va ilmiy tadqiqotlar o'rganildi. Ushbu tahlilda xorijiy olimlardan J. Kabat-Zinn, G. Neufeld, G. Maté, shuningdek, zamonaviy psixologiyada "mindful parenting" yo'nalishini rivojlantirgan boshqa mualliflarning ishlari asosiy manba bo'ldi. Ularning qarashlari orqali anglanilgan ota-onalikning nazariy asoslari, ya'ni ota-onaning refleksiya qobiliyati, hissiy yetukligi va tarbiyaviy qarashlarining bola rivojlanishidagi ahamiyati yoritildi. Shu bilan birga, milliy manbalar - o'zbek pedagogik merosi va tarbiyaviy qadriyatlarni aks ettiruvchi ilmiy ishlar ham tahlil qilindi. Adabiy manba tahlili natijasida anglanilgan ota-onalikning xalqaro va milliy kontekstdagi umumiy qiyofasi aniqlashtirildi.

Anglanilgan ota-onalik tushunchasi so'nggi o'n yilliklarda psixologiya fanida keng o'rganilayotgan mavzulardan biridir. Ushbu yondashuv nazariy jihatdan bir necha asosiy oqimlarga tayangan holda shakllangan. Avvalo, gumanistik psixologiya (A. Maslou, K. Rojers) insonning o'zini anglash, o'z imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish va shaxsiy o'sish tamoyillarini ilgari surgan[1]. Bu yondashuv ota-onaning shaxs sifatida o'zini anglashini farzand tarbiyasining markaziga qo'yadi. Attachement theory (bog'lanish nazariyasi) asoschisi J. Bowlby esa bolaning emotsional rivojlanishi uchun ota-ona bilan xavfsiz va barqaror bog'lanish muhimligini ko'rsatib bergan. Bu nazariya ongli ota-onalikning nazariy poydevorlaridan biri bo'lib xizmat qiladi, chunki anglanilgan ota-onalar farzand bilan barqaror emotsional aloqa o'rnatishga intiladi. Mindful Parenting konsepsiyasi (J. Kabat-Zinn, 1997; 2011) esa ota-onalarning e'tibor va hozirlik holatida bo'lishi, hissiy reaktivlikni kamaytirishi va sabr-toqatni kuchaytirishini asoslaydi. Kabat-Zinnning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, ongli tarbiya ota-onaning stressni kamaytirish qobiliyatini oshiradi va bolaning emotsional farovonligiga bevosita ijobiy ta'sir ko'rsatadi.[2]

G. Neufeld va G. Maté (2006) tomonidan yozilgan "Hold On to Your Kids" (o'zbek tiliga tarjimada "Bolalaringizni qo'ldan chiqarmang") kitobida esa farzandni jamiyat yoki tengdoshlar emas, balki ota-ona bilan emotsional aloqasi orqali tarbiyalash muhimligi ta'kidlanadi. Bu qarash o'zbek oilalarida ham muhim, chunki milliy qadriyatlarda farzand va ota-ona munosabati doimiy mehr-oqibat va hurmatga asoslanadi[3]. Shuningdek, o'zbek olimlari ham ota-onalik psixologiyasi masalalarini keng o'rganib kelmoqda. Jumladan, S. Karimova (2018) va M. Jo'raev (2020) ishlarida oilaviy qadriyatlarning farzand tarbiyasidagi o'rni, shuningdek, ota-onalarning tarbiyaviy qarashlari va psixologik xususiyatlari yoritilgan. Bu ishlarda milliy an'ana va zamonaviy psixologik yondashuvlarni uyg'unlashtirish g'oyalari ilgari surilgan.

So'nggi yillarda olib borilgan neyroilmiy tadqiqotlar ota-onaning hissiy barqarorligi va mehr-muhabbati bolaning miya rivojlanishiga bevosita ta'sir qilishini isbotlamoqda (Schore, 2015). Masalan, ota-onaning bolaning stressiga qanday munosabat bildirishidan uning nerv tizimining barqarorligi shakllanadi. Shunday ekan, anglanilgan ota-onalik nafaqat psixologik, balki biologik jihatdan ham bolaning sog'lom o'sishi uchun zarur.

Bugungi kunda ota-onalar farzand tarbiyasida raqamli muhit bilan ham yuzma-yuz kelmoqda. "Digital parenting" tushunchasi farzandning internet, ijtimoiy tarmoqlar va raqamli texnologiyalardan foydalanishini ongli nazorat qilishni bildiradi (Livingstone & Blum-Ross, 2020). Anglanilgan ota-onalar farzandlarini texnologiyadan cheklash emas, balki xavfsiz, mas'uliyatli va maqsadli foydalanishga o'rgatish orqali ularning shaxsiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlaydilar. Zamonaviy psixologiya ota-onaning "Emotsional intellekti" (Mayer, Salovey & Caruso, 2004) farzand tarbiyasida muhim omil ekanini ta'kidlaydi. Ota-onaning o'z his-tuyg'ularini anglash va boshqarish qobiliyati farzandning emotsional barqarorligiga bevosita ta'sir qiladi. Bu esa ongli tarbiyaning zamonaviy talqinida ota-onaning Emotsional kompetensiyasini markaziy qadriyat sifatida ko'rsatadi. Ota-onalik masalalarida gender psixologiyasi ham muhim o'rin tutadi. An'anaviy jamiyatlarda farzand tarbiyasi ko'proq onaga yuklangan bo'lsa, hozirgi zamonda otaning ham faol

[1] Maslow, A. H. (1954). *Motivation and Personality*. Harper & Row.
[2] Kabat-Zinn, J., & Kabat-Zinn, M. (2011). *Everyday Blessings: The Inner Work of Mindful Parenting.* Hachette Books.
[3] Neufeld, G., & Maté, G. (2006). *Hold On to Your Kids: Why Parents Need to Matter More Than Peers.* Vintage Canada.

ishtiroki anglanilgan ota-onalikning muhim qismi sifatida qaralmoqda (Pleck, 2010). Bu yondashuv oilada gender tengligini ta'minlab, bolada ota va onaning bir xil darajadagi ahamiyatini shakllantiradi.

Ushbu maqolada tadqiqot ishlari uchun bir necha nazariy va amaliy metodlar foydalanish mumkin. Xususan, So'rovnoma metodidan foydalanish. Empirik bosqichda ota-onalarning qadriyatlari, tarbiyaviy qarashlari va shaxsiy yondashuvlarini aniqlash maqsadida so'rovnoma o'tkazildi. So'rovnoma maxsus ishlab chiqilgan anketalar asosida tuzildi. Unda ota-onalardan farzandlari bilan muloqot qilish uslublari, tarbiya jarayonida qo'llaydigan qadriyatlari, hissiy barqarorlik darajalari va o'zini ota-ona sifatida qanday tasavvur qilishlari haqida ma'lumotlar olindi. So'rovnomada ochiq va yopiq turdagi savollar uyg'unlashtirildi, bu esa natijalarni sifat va miqdoriy jihatdan tahlil qilish imkonini berdi. Masalan, yopiq savollar ota-onalarning ma'lum xatti-harakatlarni qanchalik tez-tez amalga oshirishi haqida statistika to'plashga yordam bersa, ochiq savollar ularning shaxsiy tajribasi va subyektiv qarashlarini aniqlash imkonini berdi. Intervyu metodidan foydalanish. So'rovnomaga qo'shimcha ravishda yarim tuzilgan intervyular o'tkazildi. Bu metod ota-onalarning ongli yondashuvini yanada chuqurroq o'rganishga xizmat qildi. Intervyular jarayonida ota-onalardan farzandlari bilan yuzaga keladigan murakkab vaziyatlar, tarbiya jarayonidagi xatolar va ulardan chiqish yo'llari haqida shaxsiy fikrlari olindi. Shu orqali, anglanilgan ota-onalikning subyektiv jihatlari - refleksiya, mas'uliyat, shaxsiy qadriyatlar - yaqqolroq ko'rinishga ega bo'ldi. Intervyu natijalarini qayta ishlashda psixologik tahlil va tematik kodlash usullari qo'llanildi. Bu esa umumiy tendensiyalar bilan bir qatorda, individual xususiyatlarni ham ajratib ko'rsatishga imkon berdi.

Ma'lumotlarni qayta ishlash. So'rovnoma va intervyulardan olingan natijalar statistik va sifat tahlili orqali umumlashtirildi. Statistik ma'lumotlar jadval va grafiklarda ifodalanib, umumiy tendensiyalar aniqlashtirildi. Sifat tahlili esa ota-onalarning subyektiv qarashlarini, hissiy yondashuvlarini va shaxsiy tajribalarini tavsiflashga qaratildi. Bu ikki yo'nalishning uyg'unligi natijada anglanilgan ota-onalikning obyektiv va subyektiv ko'rinishlarini taqqoslash imkonini berdi. Shunday qilib, metodlarning uyg'un qo'llanishi maqolaning nazariy asoslanganligi va amaliy ishonchliligini ta'minladi. Adabiy manba tahlili orqali konseptual asoslar ochib berildi, so'rovnoma va intervyular esa ota-onalarning amaliy tajribasini yoritishga xizmat qildi. Bu yondashuv orqali anglanilgan ota-onalikning psixologik portreti yanada to'liqroq shakllantirildi.

Xulosa. Anglanilgan ota-onalik psixologik portretini tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, zamonaviy jamiyatda farzand tarbiyasi bevosita ota-onalarning qadriyat tizimi, ular bilan bo'ladigan emotsional munosabatlar va qo'llaniladigan tarbiya uslublari bilan chambarchas bog'liqdir. Ota-onalarning ongli ravishda o'z qarashlarini, qadriyatlarini va pedagogik tamoyillarini farzandlari bilan munosabatlarda qo'llay bilishi ularning shaxs sifatida shakllanishiga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Qadriyatlar tizimi anglanilgan ota-onalikning markaziy o'qidir: u nafaqat oiladagi axloqiy me'yorlarni, balki bolaga beriladigan tarbiyaviy yo'nalishni ham belgilaydi. Qadr topadigan qadriyatlar (mehr, mas'uliyat, halollik, mustaqillik) farzandda ijtimoiy moslashuvchanlik, ijobiy shaxsiy xususiyatlar va ma'naviy barkamollikni shakllantiradi. Past darajada baholangan qadriyatlar esa ko'pincha tarbiyada ziddiyatlar, noto'g'ri qarashlar va farzandning psixologik beqarorligiga olib keladi. Munozarali jihatlar shuni ko'rsatadiki, ota-onalarning farzandlariga nisbatan emotsional munosabatlari ham shaxs rivojida hal qiluvchi o'rin tutadi. Demokratik va qo'llab-quvvatlovchi munosabatlar bolaning o'ziga ishonchini, mustaqil fikrlashini va ijtimoiy faoliyatini rag'batlantirsa, avtoritar yoki befarq yondashuvlar aksincha, qo'rquv, passivlik, mustaqillikning cheklanishi kabi salbiy oqibatlarga olib keladi. Tarbiya uslublariga kelganda, anglanilgan ota-onalikning samaradorligi tarbiya uslubining ongli tanlanishi va muvozanatli qo'llanishi bilan belgilanadi. Demokratik va dialog asosidagi uslublar zamonaviy psixologiyada eng maqbul yo'l sifatida e'tirof etiladi, chunki ular farzandning shaxsiy imkoniyatlarini to'liq ro'yobga chiqarishga yordam beradi. Avtoritar yoki haddan ziyod liberal yondashuvlar esa tarbiyaviy jarayonda muvozanatni buzib, bola shaxsiyatida ziddiyatli xususiyatlarni shakllantirishi mumkin Umuman olganda, anglanilgan ota-onalik - bu ota-onaning o'z qadriyatlari va pedagogik qarashlarini anglab, farzand shaxsini barkamol va mustaqil inson qilib tarbiyalash yo'lida mas'uliyatli, ongli va barqaror yondashuvdir. Shunday yondashuv oila institutining

mustahkamlanishiga, jamiyatda sog'lom munosabatlar rivojlanishiga va kelajak avlodning barkamol shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Maslow, A. H. (1954). *Motivation and Personality.* Harper & Row.
2. Kabat-Zinn, J., & Kabat-Zinn, M. (2011). *Everyday Blessings: The Inner Work of Mindful Parenting.* Hachette Books.
3. Neufeld, G., & Maté, G. (2006). *Hold On to Your Kids: Why Parents Need to Matter More Than Peers.* Vintage Canada.
4. Jo'raev, M. (2020). *Milliy qadriyatlar va farzand tarbiyasi psixologiyasi.* Samarqand: Zarafshon nashriyoti
5. Karimova, S. (2018). *Oila psixologiyasi va tarbiya masalalari.* Toshkent: Fan nashriyoti.
6. Schore, A. N. (2015). *Affect Regulation and the Origin of the Self: The Neurobiology of Emotional Development.* Routledge.
7. Livingstone, S., & Blum-Ross, A. (2020). *Parenting for a Digital Future.* Oxford University Press.
8. Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. (2004). *Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications.* Psychological Inquiry, 15(3), 197–215.
9. Pleck, J. H. (2010). *Fatherhood and Masculinities.* In M. Kimmel, J. Hearn, & R. W. Connell (Eds.), *Handbook of Studies on Men and Masculinities.* SAGE.

Toshxo'jayev Mavlon Kamilovich
Qarshi davlat universiteti tadqiqotchisi

HARBIY XIZMATCHILARDA KASBIY STRESS NAMOYON BO'LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada harbiy xizmatchilarda kasbiy stress namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari keng tahlil qilingan. Maqolada stressning namoyon bo'lish mexanizmlari, uning emotsional, kognitiv va xulqiy ko'rinishlari, hamda uni yumshatishga qaratilgan psixologik omillar chuqur tahlil qilinadi.*

Kalit so'zlar*: harbiy xizmatchilar, kasbiy stress, psixologik xususiyatlar, emotsional barqarorlik, psixologik qo'llab-quvvatlash, ekstremal sharoit.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА У ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Аннотация. *В статье представлен комплексный анализ психологических особенностей проявления профессионального стресса у военнослужащих. В статье подробно анализируются механизмы проявления стресса, его эмоциональные, когнитивные и поведенческие проявления, а также психологические факторы, направленные на его снижение.*

Ключевые слова: *военнослужащие, профессиональный стресс, психологические характеристики, эмоциональная устойчивость, психологическое сопровождение, экстремальные условия.*

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE MANIFESTATION OF OCCUPATIONAL STRESS IN MILITARY SERVICEMEN

Abstract. *This article provides a comprehensive analysis of the psychological features of the manifestation of occupational stress in military servicemen. The article provides an in-depth analysis of the mechanisms of stress manifestation, its emotional, cognitive and behavioral manifestations, as well as psychological factors aimed at mitigating it.*

Keywords: *military servicemen, occupational stress, psychological characteristics, emotional stability, psychological support, extreme conditions.*

Harbiy xizmatchilarda kasbiy stress hodisasi odatiy mehnat faoliyatidagi stressdan tubdan farq qiladi. Harbiy xizmatning asosiy psixologik xususiyati shundaki, u nafaqat jismoniy tayyorgarlik va texnik malakani, balki yuqori darajada rivojlangan emotsional barqarorlik, irodaviy chidamlilik va tezkor qaror qabul qilish qobiliyatini talab qiladi. Harbiy xizmatchilar duch keladigan stress omillari ko'pincha yuqori xavf, noaniqlik, kuchli ijtimoiy mas'uliyat, shuningdek, vazifa va talablarning bevosita hayot va sog'liq bilan bog'liqligi bilan xarakterlanadi. Shunday ekan, kasbiy stressning psixologik mexanizmlarini tushunish uni samarali boshqarish va kamaytirish choralarini ishlab chiqishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Kasbiy stressning namoyon bo'lishida individual psixologik xususiyatlar alohida ahamiyatga ega. Temperament, emotsional regulyatsiya darajasi, impulsivlik yoki aksincha, ortiqcha ehtiyotkorlik, ichki nazorat darajasi, muammolarni hal etish strategiyalari – bularning barchasi harbiy xizmatchining stressga bo'lgan javob shaklini belgilaydi. Masalan, yuqori emotsional barqarorlikka ega, o'z kuchlariga ishonchi mustahkam, maqsadga yo'naltirilgan xizmatchilar murakkab vaziyatlarda ham konstruktiv qarorlar qabul qilishga moyil bo'ladilar. Aksincha, o'zini boshqarish darajasi past, xavotirchanlik yuqori bo'lgan shaxslar stress ta'sirida tezroq emotsional zo'riqishga, charchashga yoki ijtimoiy izolyatsiyaga moyillik ko'rsatadi.

Emotsional sohada kasbiy stress odatda asabiylik, bezovtalik, g'azab yoki tushkunlik ko'rinishida namoyon bo'ladi. Bunday holatlar uzoq davom etganda, ular emotsional charchash va "kuyish" sindromiga olib kelishi mumkin. Bunday sindrom faqat ruhiy holat emas, balki faoliyat samaradorligini pasaytiruvchi, xatti-harakatlarni o'zgartiruvchi jarayon hamdir. Kognitiv darajada stress diqqatning pasayishi, xotira hajmining kamayishi, vaziyatni to'g'ri baholashdagi xatolar, muammolarni hal etishda qat'iylikning yo'qolishi bilan ifodalanadi. Xulqiy darajada esa bu o'zaro muloqotdan chekinish, ortiqcha shaxsiy masofa saqlash, ba'zan esa tajovuzkor yoki xavfli xatti-harakatlarda ifodalanishi mumkin.

Harbiy xizmatchilarda kasbiy stressni shakllantiruvchi tashqi omillar ham turlicha. Operatsion sharoit – jangovar vazifalar, tinchlikparvarlik missiyalari yoki maxsus operatsiyalar – stressning kuchi va tabiati jihatidan farq qiladi. Jangovar vazifalarda bevosita xavf omillari yuqori bo'lsa, tinchlikparvarlik missiyalarida odatda axloqiy ziddiyatlar, cheklangan vakolatlar, fuqarolar bilan murakkab muloqot kabi stress manbalari ko'proq uchraydi. Shuningdek, uzoq muddatli navbatchilik, oiladan uzoqlashish, izolyatsiya sharoitlari, iqlim va geografik omillar ham stress darajasini oshiradi.

Tashkiliy-ijtimoiy omillar orasida liderlik sifati va birlikdagi ijtimoiy uyg'unlik alohida o'rin tutadi. Adolatli, qo'llab-quvvatlovchi, aniq maqsadlar qo'yuvchi rahbar stressning salbiy oqibatlarini sezilarli darajada kamaytirishi mumkin. Birlik ichidagi o'zaro ishonch va hamkorlik, o'zaro yordam va psixologik xavfsizlik muhitining mavjudligi ham stressga qarshi muhim himoya vositasidir. Aksincha, adolatsizlik, kommunikatsiya yetishmasligi, rahbariyatning befarqligi yoki haddan tashqari qattiq intizomiy choralari stressni kuchaytiradi.

Harbiy xizmatdagi kasbiy stressning yana bir muhim jihati – u faqat individual darajada emas, balki butun jamoa faoliyatiga ta'sir qilishi. Bir askarning ruhiy zo'riqishi butun bo'linma ichidagi emotsional fonni o'zgartirishi, bu esa jangovar tayyorgarlikka va xizmat samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shuning uchun ham psixologik monitoring nafaqat individual darajada, balki jamoaviy darajada ham olib borilishi lozim.

Stressni yumshatishda va unga bardoshlilikni oshirishda psixologik tayyorgarlik muhim o'rin tutadi. Maxsus tayyorgarlik mashg'ulotlari, stressni boshqarish bo'yicha treninglar, nafas olish texnikalari, autogen mashqlar, vizualizatsiya usullari, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlari harbiy xizmatchining ruhiy barqarorligini oshiradi. Bundan tashqari, oilaviy qo'llab-quvvatlash, ijtimoiy xizmatlar, maxfiy psixologik maslahatlar tizimi stressning og'ir oqibatlarini kamaytirishga yordam beradi.

1-jadval

Ijtimoiy-adaptatsiya xususiyatlarini o'rganish hamda xavotir va depressiya darajalarini o'rganish metodikalari natijasining o'zaro aloqasi

shkalalar	Xavotir	Depressiya
Adaptatsiya	0,459*	0,427*
O'zini qabul qilish	0,237	0,464*
Boshqalarni qabul qilish	0,459*	0,125
Emotsional diskomfort	0,581**	0,467*
Nazorat	0,539**	0,208
Hukmronlik	0,544**	0,437*

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

Keltirilgan jadval ko'rsatkichlari xavotir va depressiya o'lchovlari bilan turli psixologik shkalalar o'rtasidagi korrelyatsiya munosabatlarini yoritadi va ushbu bog'liqliklarning psixologik talqini shaxsning emotsional, ijtimoiy hamda moslashuv jarayonlari haqida chuqur tushunchaga ega bo'lish imkonini beradi. Avvalo, "Adaptatsiya" ko'rsatkichining xavotir bilan o'rtacha musbat korrelyatsiyaga (0,459) ega ekanligi, shuningdek, depressiya bilan ham shunga yaqin darajada (0,427) bog'langanligi, moslashuv jarayonlarida hissiy beqarorlikning muhim omil ekanligini ko'rsatadi. Bu shuni anglatadiki, moslashuv qobiliyati pasaygan shaxslar o'zlarini yangi ijtimoiy vaziyatlarga, atrof-muhit talablari va stress manbalariga moslashtirishda qiyinchiliklarga duch kelishadi, bu esa ularning xavotir va depressiv holatlar darajasini oshiradi. Shuningdek, bu bog'liqlik shuni ham anglatadi-ki, adaptatsiya resurslari yetarli bo'lmaganda, hissiy reaktivlik kuchayadi, ichki noaniqlik hissi ortadi va bu holat xavotir bilan depressiyaning birgalikda kechishiga sharoit yaratadi.

"O'zini qabul qilish" shkalasi xavotir bilan pastroq, lekin ijobiy bog'liqlikka (0,237) ega bo'lsa-da, depressiya bilan o'rtacha darajada (0,464) korrelyatsiya ko'rsatmoqda. Bu natija o'z shaxsini to'liq va shartsiz qabul qilmaslik depressiv kechinmalarni kuchaytirishini anglatadi. O'ziga nisbatan tanqidchanlik, ichki baholash mezonlarining haddan tashqari yuqoriligi yoki o'zini qadr-qimmatini past his qilish kabi omillar depressiya xavfini sezilarli darajada oshirishi mumkin. Xavotir bilan bog'liqlikning pastroq bo'lishi esa shuni ko'rsatadiki, xavotir ko'proq vaziyatli va tashqi stressorlar bilan, depressiya esa ichki o'zlik haqidagi salbiy tasavvurlar bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

"Boshqalarni qabul qilish" ko'rsatkichi xavotir bilan o'rtacha musbat bog'liqlikka (0,459) ega bo'lib, depressiya bilan esa ahamiyatsiz darajada (0,125) bog'langan. Bu shuni ko'rsatadiki, boshqalar bilan o'zaro munosabatlarda qiyinchiliklar, ijtimoiy signallarni noto'g'ri talqin qilish, ishonch yetishmasligi yoki ijtimoiy baholardan qo'rquv xavotir darajasini oshiradi, biroq depressiv holatlar ko'proq individual ichki omillarga bog'liq. Shu bois, ijtimoiy integratsiya, empatiya va o'zaro qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini kuchaytirish xavotirni pasaytirishda samarali bo'lishi mumkin, ammo bu yondashuv depressiyani kamaytirishda to'g'ridan-to'g'ri natija bermasligi ehtimol.

“Emotsional diskomfort” shkalasi xavotir bilan yuqori darajada (0,581), depressiya bilan ham yetarli darajada (0,467) bog’langan. Bu shuni bildiradiki, hissiy noqulaylik, ichki bezovtalik va salbiy emotsional fonning kuchliligi har ikki holat – ham xavotir, ham depressiya – bilan yaqin aloqada. Emotsional diskomfort shaxsning stressga nisbatan sezgirligini oshiradi, shaxsiy resurslarini tezroq tugatadi va umumiy psixologik barqarorlikni pasaytiradi. Bu holat ko’pincha hissiy o’z-o’zini tartibga solish ko’nikmalari yetarli bo’lmagan shaxslarda yanada kuchli namoyon bo’ladi. “Nazorat” shkalasi xavotir bilan yuqori (0,539) musbat bog’liq bo’lib, depressiya bilan esa ahamiyatsizroq (0,208) darajada korrelyatsiyaga ega. Bu natija nazorat ehtiyoji kuchli bo’lgan shaxslar, nazorat imkoniyatini yo’qotganda, xavotir darajasining keskin ortishiga moyil ekanligini ko’rsatadi. Xavotir ko’pincha noaniqlikdan va vaziyatni boshqara olmaslik hissidan kuchayadi, shuning uchun ortiqcha nazoratga intilish – agar bu intilish amalga oshmasa – xavotirning surunkali shakllanishiga olib keladi. Depressiya bilan bog’liqlikning pastligi esa bu omilning depressiv jarayonlarga bilvosita ta’sir qilishi mumkinligini bildiradi.

“Hukmronlik” shkalasining xavotir bilan (0,544) va depressiya bilan (0,437) o’rtacha musbat korrelyatsiyasi, yuqori hukmronlik ehtiyoji va boshqalar ustidan ustunlikka intilish, psixologik beqarorlik bilan birga kechishi mumkinligini ko’rsatadi. Bu holatda, hukmronlik qila olmaslik yoki ijtimoiy mavqe va ta’sirini yo’qotish xavfi xavotir darajasini oshiradi. Shuningdek, bunday shaxslar o’z maqsadlariga erisha olmaganida yoki ijtimoiy ta’sir doirasi torayganda, bu holat ularning depressiv kayfiyatga tushish ehtimolini ham kuchaytiradi.

Xulosa qilib aytganda, harbiy xizmatchilarda kasbiy stress namoyon bo’lishining psixologik xususiyatlari ko’p omilli bo’lib, individual shaxsiy sifatlar, tashqi operatsion sharoit, ijtimoiy muhit va tashkiliy madaniyat o’zaro ta’sirida shakllanadi. Stressni boshqarish va kamaytirish uchun kompleks yondashuv – ya’ni individual psixologik tayyorgarlikni oshirish, jamoaviy qo’llab-quvvatlashni mustahkamlash, liderlik sifatini yaxshilash va xizmat sharoitlarini optimallashtirish zarur. Bu esa nafaqat harbiy xizmatchining shaxsiy salomatligi, balki butun bo’linma faoliyatining samaradorligi uchun ham muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Бондарева П. Г. Характеристика эмотсионалной сферы детей с нарушением интеллекта // Научное знание современности. – 2021. – №. 6. – С. 10-13.

2. Борневассер М.Д. Стресс в условиях труда // Психические состояния. Хрестоматия. СПб.: Питер, 2000. С. 195 - 214.

3. Вагин И.П.Победи свои втрахи. – СПб.: Питер, 2010. – 271 с.

4. Варламова Е.П. Жизненный пут как творческая активност. Психологические проблемы самореализатсии / Е.П. Варламова, Ю.Н. Михайлова // под ред. Л.А. Головей, Л.М. Коростылевой. - Спб., 1999. – С.37-50.

5. Василюк Ф. Е. Психология переживания. М.: 2010. – С.56.

Туракулова Азиза Санджар қизи
Национальный университет Узбекистана имени Мирзо Улугбека,
доктор философии по психологическим наукам (PhD), доцент кафедры психологии

РОЛЬ СЕМЬИ В СОХРАНЕНИИ НАЦИОНАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ ГЛОБАЛИЗАЦИИ

Аннотация. *В статье анализируется роль семьи как ключевого социального института в сохранении национально-культурной идентичности в условиях глобализации. Подчеркивается, что именно в семье закладываются основы этнического самосознания, формируются ценностные ориентации, нормы поведения и отношение к культурному наследию. Семейные традиции выступают важнейшим механизмом межпоколенной передачи исторической памяти и этнокультурных кодов, что обеспечивает устойчивость национальной идентичности. Вместе с тем процессы глобализации и модернизации приводят к трансформации семейных моделей: меняются гендерные роли, характер воспитания детей, структура коммуникации между поколениями. Эти изменения создают противоречие между стремлением к сохранению традиций и необходимостью адаптации к новым социальным условиям. На примере Узбекистана можно заметить, что с одной стороны, сохраняется ориентация на традиционализм и ценность семейных связей, а с другой – усиливается влияние глобальных культурных стандартов. Делается вывод о том, что семья остаётся фундаментом национально-культурной идентичности, несмотря на вызовы глобализационной эпохи, выступая балансирующим звеном между традицией и современностью.*

Ключевые слова: *семья; семейные ценности; национально-культурная идентичность; этническое самосознание; традиции; глобализация; межпоколенные отношения; культурное наследие.*

GLOBALLASHUV SHAROITIDA MILLIY-MADANIY IDENTIFIKATSIYANI SAQLASHDA OILANING O’RNI

Annotatsiya. *Maqolada globallashuv sharoitida milliy-madaniy identifikatsiyani saqlashda oila institutining o’rni tahlil qilinadi. Ta’kidlanishicha, aynan oilada etnik o’zlikni anglashning asoslari shakllanadi, qadriyat yo’nalishlari, xulq-atvor me’yorlari va madaniy merosga munosabat tarbiyalanadi. Oilaviy an’analar tarixiy xotira va etno-madaniy kodlarni avloddan-avlodga yetkazuvchi muhim mexanizm sifatida milliy identiklikning barqarorligini ta’minlaydi. Shu bilan birga, globallashuv va modernizatsiya jarayonlari oilaviy modellarning transformatsiyasiga olib kelmoqda: gender rollari, farzand tarbiyasi uslubi va avlodlararo muloqot shakllari o’zgarib bormoqda. Bu jarayonlar an’analarni saqlash intilishi bilan yangi ijtimoiy sharoitlarga moslashish zarurati o’rtasida muvozanatni yuzaga keltiradi. O’zbekiston va Ozarbayjon misolida umumiy va o’ziga xos tendensiyalar ko’rib chiqiladi: bir tomondan, an’anaparastlik va oilaviy aloqalarning qadriyat sifatidagi ahamiyati saqlanib qolmoqda, boshqa tomondan esa global madaniy standartlarning ta’siri kuchaymoqda. Xulosa qilinishicha, oila globallashuv davri chaqiriqlariga qaramay, milliy-madaniy identifikatsiyaning asosiy tayanchi bo’lib qolmoqda hamda an’ana va zamonaviylik o’rtasida muvozanatni ta’minlovchi omil sifatida namoyon bo’ladi.*

Kalit so’zlar: *oila; oilaviy qadriyatlar; milliy-madaniy identifikatsiya; etnik o’zlikni anglash; an’analar; globallashuv; avlodlararo munosabatlar; madaniy meros.*

THE ROLE OF THE FAMILY IN PRESERVING NATIONAL AND CULTURAL IDENTITY IN THE CONTEXT OF GLOBALIZATION

Abstract. *The article explores the role of the family as a key social institution in preserving national and cultural identity under the conditions of globalization. It is emphasized that the foundations of ethnic self-awareness, value orientations, behavioral norms, and attitudes toward cultural heritage are primarily shaped within the family. Family traditions function as an essential mechanism of intergenerational transmission of historical memory and ethnocultural codes, thereby ensuring the stability of national identity. At the same time, globalization and modernization processes lead to transformations in family models: gender roles are shifting, parenting styles are changing, and the structure of intergenerational communication is being reshaped. These transformations generate a tension between the aspiration to preserve traditions and the necessity to adapt to new social conditions. Using Uzbekistan and Azerbaijan as case studies, the article highlights both shared and unique tendencies: on the one hand, there is a persistent orientation toward traditionalism and the high value of family ties; on the other, the influence of global cultural standards is becoming more pronounced. The study concludes that despite the challenges of globalization, the family remains the foundation of national and cultural identity, serving as a balancing factor between tradition and modernity.*

Keywords: *family; family values; national and cultural identity; ethnic self-awareness; traditions; globalization; intergenerational relations; cultural heritage.*

Введение (Introduction).

Современная эпоха глобализации сопровождается активной трансформацией традиционных культурных и социальных институтов. Одним из ключевых вызовов становится сохранение национально-культурной идентичности в условиях стремительного обмена идеями и ценностями. В научной литературе подчеркивается, что культурный код - набор традиций, норм и духовно-нравственных ориентиров - подвергается смешению и трансформации под влиянием глобальных процессов[1]. В этом контексте семья выступает как важный инструмент для преемственной передачи этнокультурных ценностей, обеспечивая устойчивость этнического самосознания и культурной памяти. В данных работах можно обратить внимание на многослойную природу взаимодействия между глобальными процессами и личностью, в частности, авторами обсуждаются механизмы формирования самосознания в условиях глобализации, включая роль культурных институтов, таких как семья.

Эмпирические исследования в странах Центральной Азии также подтверждают существование гибридных моделей идентичности, сочетающих традиционные семейные ценности и современные мировоззренческие ориентиры. Так, исследования молодежи Казахстана отмечают, что молодое поколение балансирует между «неотрадиционализмом» (сохранением культурного наследия) и глобальными ценностями индивидуализма и прав человека (Buribayeva et al., 2025).

Таким образом, данное исследование направлено на изучение роли семьи как социально-психологического механизма сохранения национально-культурной идентичности в условиях глобализационных трансформаций.

Методы (Methods).

Для проведения нашего исследования нами были отобраны 147 респондентов в возрасте от 20 до 30 лет, каждому из которых было необходимо принять участие в исследовании. Основным критерием для выбора которых являлся признак принадлежности к узбекскому этносу – представители мононациональной (узбекской) и межнациональной (узбекской и др. национальности) семей, приблизительно уравненных по признакам образования (студенты, продолжающие обучение).

[1] Katzarska-Miller, I., & Reysen, S. (2022). *Globalized Identities*. Palgrave Macmillan.

Таблица 1. Характеристика респондентов.

Тип семьи	Национальность	Тип идентичности	Количество
Мононациональная	Узбекская	Моноэтническая (узбекская)	20
		Азиат/Мусульманин	16
		Неопределенная/Маргинальная	18
		Моноэтническая (другая)	10
Межнациональная	Узбекская и др. национальность	Моноэтническая (узбекская)	27
		Азиат/Мусульманин	17
		Неопределенная/Маргинальная	32
		Моноэтническая (другая)	8

По результатам проведения методик, полученные данные обрабатывались и анализировались с помощью статистического пакета SPSS 15.0, а также статистической программы Excel. Данные по каждому из этапов были внесены в программу SPSS, где была произведена описательная статистика данных. После того, как была выполнена описательная статистика, мы произвели проверку на надежность использованных опросников (каждой шкалы) и на нормальность распределения ответов респондентов (по каждой шкале), после чего приступили к непосредственному сравнению двух групп. Ввиду особенностей распределения ответов, нами был использован непараметрический метод обработки данных для сравнения двух независимых групп – Тест Манна-Уитни. Также был использован непараметрический метод сравнения нескольких независимых выборок Краскела-Уоллиса.

Результаты (Result and Discussion)

Нами представлены результаты пилотного исследования, проведенного среди молодежи Узбекистана в возрасте 19-35 лет.

Анализ результатов исследования путем использования методик Индекс толерантности, Выраженность Этнической идентичности, Типы Этнической идентичности продемоснстрировал различия между показателями различных типов идентичности (на основе определения себя к категориям) респондентами в зависимости от типа семьи, в которых они воспитывались – моноэтническая и смешання.

Таблица 2. Результаты сравнения четырех групп идентификации респондентов по тесту Краскала-Уоллиса (методики Индекс толерантности, Выраженность Этнической идентичности, Типы Этнической идентичности) в разных типах семьи.

Тип_семьи		Индекс_этнической_т	Индекс_социальной_т	Т_черта_Личности	Индекс_Т_общий балл	Когнитив комп Эт-	Аффектив комп Эт-	Выраженность_эт-	Этнонигилизм	Норма	Этноэгоизм	Этноизоляционизм	Этнофанатизм
моноэтническая	Хи-квадрат	5,979	3,236	4,665	5,327	1,786	,079	,046	4,697	7,526	6,456	6,602	1,204
	Ур-нь значимости	,113	,357	,198	,149	,618	,994	,997	,195	,041	,096	,091	,752
смешанная	Хи-квадрат	7,829	4,249	2,665	3,393	,078	1,521	1,882	1,883	,812	2,651	1,380	,663
	Ур-нь значимости	,028	,236	,446	,335	,994	,677	,597	,597	,847	,449	,710	,882

В Таблице 1 представлены результаты проведенного анализа по критерию Краскала–Уоллиса. Согласно показателям, указанным в таблице, значимые различия наблюдаются по шкале «Норма» (p = 0,041) в моноэтнической семье и «Индекс_этнической_толерантности» (p = 0,028) в смешанной семье, а также «Этноэгоизм» и «Этноизоляционизм» в моноэтнической семье на уровне тенденции.

Это говорит о том, что существуют различия между показателями определения себя к этнической группе в моноэтнических семьях по параметру «Нормативной» этнической идентичности (адекватное, позитивное восприятие своей принадлежности без крайностей). Были выявлены значимые различия в выраженности компонентов этнической идентичности у респондентов из моноэтнических и смешанных семей, по шкале «Норма» (p = 0,041) указывают на то, что в условиях моноэтнической семьи этническая идентичность формируется преимущественно по нормативному типу. Это означает, что индивиды воспринимают свою этническую принадлежность адекватно, позитивно и без крайностей. Семейная среда в данном случае выступает фактором естественного укоренения, в котором этничность не требует защиты или агрессивного утверждения. Психологически это проявляется в уверенности в своей идентичности и гармоничном сочетании этнической принадлежности с личностным развитием. Также, значимые различия (p = 0,028) по индексу этнической толерантности указывают, что именно в смешанных семьях формируется более высокая способность к межэтническому принятию и взаимодействию. В отличие от моноэтнических семей, где толерантность скорее носит латентный характер, у членов смешанных семей она становится жизненной необходимостью для успешной адаптации. Психологически это проявляется в развитии когнитивной гибкости, эмпатии и навыков межкультурной коммуникации. Наряду с этим, повышенная толерантность может сочетаться с ощущением размытости этнических границ, что иногда вызывает трудности в определении «своей» идентичности.

Вместе с тем, особое внимание заслуживают показатели Этноэгоизма и Этнофанатизма, так как они отражают крайние формы этнической самоидентификации. Этноэгоизм проявляется в виде умеренной акцентуации «своей» этнической группы. В условиях моноэтнической семьи это скорее латентная установка («мы лучше заботимся друг о друге», «наши традиции правильнее»), чем агрессивная форма этноцентризма, тогда как Этноизоляционизм фиксируется на уровне тенденции и может быть связан с закрытостью семейного уклада и ориентацией на сохранение культурной чистоты. В повседневной жизни это выражается в более настороженном отношении к «чужим» и ограничении межэтнических контактов.

Далее представим показатели средних рангов для шкал, по которым были получены значимые различия, в Таблице 3.

Таблица 3. Показатели средних рангов для групп по выделенным шкалам (методики Индекс толерантности, Выраженность Этнической идентичности, Типы Этнической идентичности) в разных типах семьи.

ЭИ	Тип_семьи	Индекс_этнической_т	Норма	Этноэгоизм	Этноизоляционизм
Узбек	Моноэтническая (n=20)	28,48	29,90	19,40	19,23
	Смешанная (n=27)	33,54	28,21	27,41	24,54
азиат, мусульманин	Моноэтническая (n=16)	14,00	24,17	20,93	29,45
	Смешанная (n=17)	50,93	31,41	23,02	23,96
не определен, человек мира	Моноэтническая (n=18)	31,78	31,89	18,68	31,78
	Смешанная (n=32)	34,69	22,50	21,02	27,43
Другое	Моноэтническая (n=10)	25,95	16,80	24,53	22,50
	Смешанная (n=8)	50,38	18,52	22,13	25,15

Как нами было отмечено ранее, респонденты, идентифицирующие себя как узбеки и происходящие из моноэтнических семей (n = 20), демонстрируют относительно более низкий уровень выраженности этнической идентичности (ЭИ = 28,48) по сравнению с представителями смешанных семей (ЭИ = 33,54). При этом именно в условиях смешанных браков наблюдается повышение показателей этноэгоизма (27,41 против 19,40) и этноизоляционизма (24,54 против 19,23).

Данные различия позволяют предположить, что семейный контекст играет значимую роль в актуализации этнической идентичности. В моноэтнической семье принадлежность к своей этнической группе воспринимается как естественная и само собой разумеющаяся, что способствует формированию более «нормативной» и сбалансированной идентичности (Phinney, 1990; Verkuyten, 2005). В то же время смешанные семьи оказываются пространством интенсивного межэтнического взаимодействия, где принадлежность к определённой этнической группе требует дополнительного осознания и подтверждения. В результате этническая идентичность не только усиливается, но и приобретает более защитный, акцентуированный характер, что может быть связано с необходимостью сохранить культурные границы в условиях их потенциального размывания (Berry, 2005; Roccas & Brewer, 2002).

Таким образом, полученные данные подтверждают, что смешанный тип семьи способствует как усилению рефлексии этнической принадлежности, так и формированию более выраженных механизмов психологической защиты - этноэгоизма и этноизоляционизма. Подобные тенденции согласуются с результатами кросс-культурных исследований, согласно которым межэтнические браки могут становиться триггером как для развития толерантности и гибридной идентичности, так и для усиления этноцентрических установок (Sam & Berry, 2010; Chen et al., 2014).

В группе респондентов, идентифицирующих себя как «азиаты» и относящих себя к мусульманской традиции, обнаруживаются существенные различия в зависимости от типа семьи. В моноэтнических семьях (n = 16) уровень этнической идентичности фиксируется на минимальном значении (ЭИ = 14,00), что отражает слабую рефлексию этнической принадлежности при однородной культурно-религиозной среде. Однако в условиях смешанных браков (n = 17) данный показатель резко возрастает (ЭИ = 50,93). Это указывает на то, что религиозно-

культурный компонент, в частности ислам, становится значимым фактором «активации» этнической идентичности, выступая своеобразным «усилителем» в контексте межэтнического взаимодействия. Подобные результаты согласуются с исследованиями, подтверждающими, что религия может служить ресурсом сохранения этнокультурных границ и усиления чувства «своего» в условиях глобализации и мультикультурализма (Peek, 2005; Verkuyten & Yildiz, 2007).

Для респондентов, идентифицирующих себя как «человек мира», в моноэтнических семьях (n = 18) фиксируется достаточно высокий уровень этнической идентичности (ЭИ = 31,78), сопровождающийся выраженным этноизоляционизмом (31,78). В смешанных семьях (n = 32) этническая идентичность усиливается (ЭИ = 34,69), однако показатели по шкале «Норма» заметно снижаются (22,50), тогда как этноизоляционизм остаётся на достаточно высоком уровне (27,43). Это свидетельствует о том, что космополитическая самоидентификация сопровождается определённой амбивалентностью: стремление к универсализму и открытости сочетается с высокой чувствительностью к этническим границам. Данный феномен подтверждает выводы о том, что «глобальные идентичности» не исключают этнической рефлексии, а, напротив, могут усиливать её в контексте межкультурных взаимодействий (Arnett, 2002; Chen et al., 2008).

Респонденты с неопределённой или неуточнённой этнической принадлежностью (Другое) демонстрируют в моноэтнических семьях (n = 10) средний уровень этнической идентичности (ЭИ = 25,95) при умеренных значениях этноэгоизма (24,53) и этноизоляционизма (22,50). Однако в условиях смешанных семей (n = 8) показатели резко возрастают (ЭИ = 50,38), сопровождаясь ростом этноэгоизма (22,13) и этноизоляционизма (25,15). Это позволяет заключить, что именно семейная среда выступает ключевым «катализатором» формирования этнической идентичности у представителей данной группы. Контраст культур и необходимость самоопределения в многообразной среде побуждают к более выраженному утверждению этнической принадлежности. Подобные тенденции согласуются с результатами исследований о роли семейного контекста в процессе этнической социализации и выработки устойчивых идентификационных стратегий (Umaña-Taylor et al., 2014; Mähönen & Jasinskaja-Lahti, 2013).

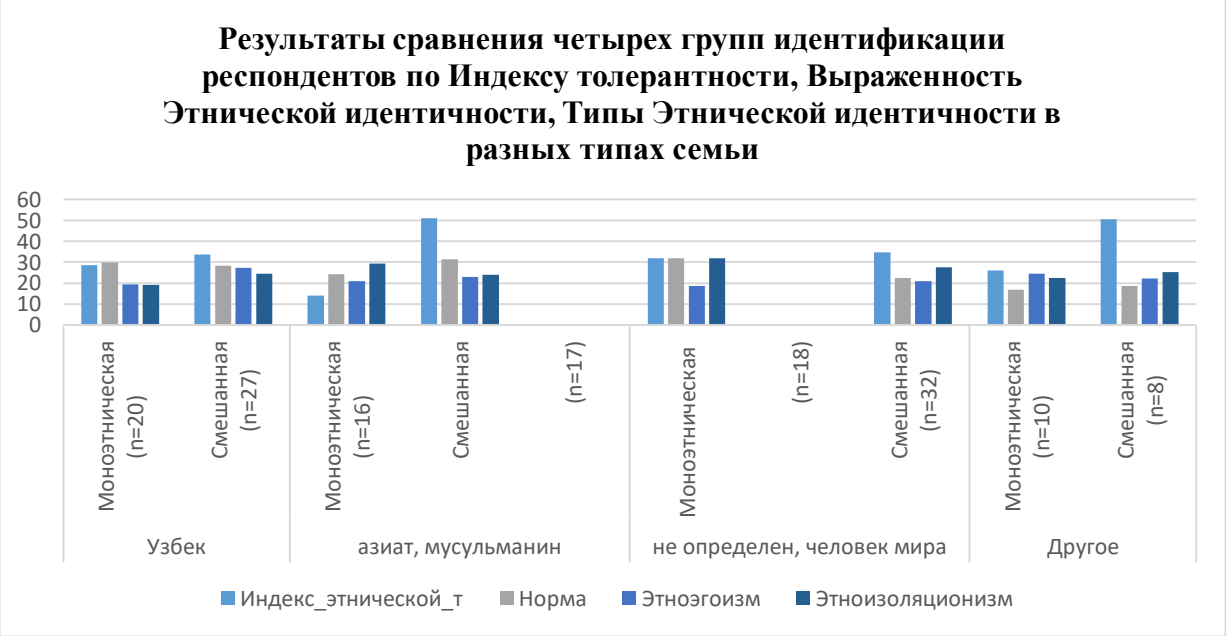


Рисунок 1. Результаты сравнения четырех групп идентификации респондентов по Индексу толерантности, Выраженность Этнической идентичности, Типы Этнической идентичности в разных типах семьи.

Результаты, представленные в Таблице 2, демонстрируют, что выраженность этнической идентичности и её формы существенно варьируют в зависимости от типа семьи и самоидентификации респондентов. В целом, респонденты из смешанных семей чаще демонстрируют более высокие показатели этнической идентичности, чем их сверстники из моноэтнических семей. Это указывает на то, что межэтническая семейная среда выступает фактором, усиливающим рефлексию и актуализацию этнической принадлежности, что согласуется с положениями социальной идентичности Т. Тэджфела и Дж. Тёрнера о роли межгрупповых границ в формировании «образа себя».

Однако усиление этнической идентичности в смешанных семьях нередко сопровождается ростом этноэгоизма и этноизоляционизма. Такой эффект можно интерпретировать как «защитную реакцию» на необходимость сохранения собственной культурной и этнической уникальности в условиях межэтнического взаимодействия. При этом у представителей моноэтнических семей чаще встречается «нормативная» форма этнической идентичности, характеризующаяся адекватным и позитивным восприятием своей принадлежности без тенденции к гипертрофированному противопоставлению «своих» и «чужих». Эти данные согласуются с эмпирическими исследованиями, подчеркивающими, что культурная однородность снижает уровень этнической тревожности и способствует интеграции (Phinney, 1996; Verkuyten, 2018).

Особый интерес представляют группы с неопределённой или смешанной этничностью, а также респонденты с космополитической («человек мира») самоидентификацией. В этих случаях смешанная семья становится своеобразным катализатором формирования более выраженной этнической идентичности, хотя она сопровождается амбивалентностью: с одной стороны, стремление к универсализму, с другой - сохранение высокой чувствительности к этническим границам. Данный феномен демонстрирует, что глобализационные процессы не устраняют этничность как психологический и социальный ресурс, а скорее делают её более гибкой и многослойной.

Заключение (Conclusion)

В ходе проведённого исследования было показано, что тип семьи играет ключевую роль в формировании и выраженности этнической идентичности. В условиях моноэтнической семьи преобладает «нормативная» форма этнической идентичности, отражающая позитивное, но сбалансированное восприятие своей этнокультурной принадлежности. Напротив, в смешанных семьях этническая идентичность усиливается и приобретает более акцентуированные формы, такие как этноэгоизм и этноизоляционизм, что может рассматриваться как ответ на необходимость сохранения культурных границ в условиях межэтнического взаимодействия.

Таким образом, семья выступает важным социально-психологическим институтом, определяющим траекторию формирования этнического самосознания. В современных условиях глобализации именно семья сохраняет статус одного из ключевых факторов, способных поддерживать баланс между сохранением национально-культурной идентичности и открытостью к межэтническому диалогу.

Список литературы.

1. Маммадов, З. (2023) The national culture of Azerbaijan on UNESCO list of cultural heritage // Вестн. Том. гос. ун-та. Культурология и искусствоведение. №50. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/the-national-culture-of-azerbaijan-on-unesco-list-of-cultural-heritage (дата обращения: 23.08.2025).

2. Arnett, J. J. (2002). The psychology of globalization. *American Psychologist, 57*(10), 774–783.

3. Berry, J. W. (2005). Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations, 29*(6), 697–712.

4. Buribayev, Y., Khamzina, Z., & Buribayeva, A. (2025). Between traditions and globalization: value orientations of Kazakhstani youth. Frontiers in Sociology, 10, 1563274.

5. Chen, S. X., Benet-Martínez, V., & Bond, M. H. (2008). Bicultural identity, bilingualism, and psychological adjustment in multicultural societies. Journal of Personality, 76(4), 803–838.

6. Mähönen, T. A., & Jasinskaja-Lahti, I. (2013). Acculturation and well-being among immigrants: The role of personal and group-level resources. International Journal of Intercultural Relations, 37(5), 615–624.

7. Peek, L. (2005). Becoming Muslim: The development of a religious identity. Sociology of Religion, 66(3), 215–242.

8. Roccas, S., & Brewer, M. B. (2002). Social identity complexity. *Personality and Social Psychology Review*, *6*(2), 88–106.

9. Sam, D. L., & Berry, J. W. (2010). Acculturation: When individuals and groups of different cultural backgrounds meet. *Perspectives on Psychological Science*, *5*(4), 472–481.

10. Umaña-Taylor, A. J., Quintana, S. M., Lee, R. M., Cross, W. E., Rivas-Drake, D., & Schwartz, S. J. (2014). Ethnic and racial identity during adolescence and into young adulthood: An integrated conceptualization. Child Development, 85(1), 21–39.

11. Verkuyten, M., & Yildiz, A. A. (2007). National (dis) identification and ethnic and religious identity: A study among Turkish-Dutch Muslims. Personality and Social Psychology Bulletin, 33(10), 1448–1462.

UDK: 159.9:37.015.3

Umarova Dilhavas Qodirjonovna
Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti psixologiya yo'nalishi magistranti, 358-maktab psixologi
ORCID: 0009-0007-4264-2174

TA'LIM TIZIMIDA PSIXOLOGLARNING MUHIM O'RNI VA KASBIY FAOLIYATIDA UCHRAYOTGAN MUAMMOLAR

Annotatsiya. *Ushbu maqolada ta'lim tizimida psixologlarning ijobiy faolligi, o'rni va izlanishlarining ahamiyati, shuningdek, ularning kasbiy faoliyati jarayonida duch kelayotgan asosiy muammolar tahlil qilinadi. Zamonaviy ehtiyojlarga mos psixologik xizmatni shakllantirish, oldini olish va tuzatishga oid faoliyatlarni yangicha metodlar bilan olib borish, shuningdek, raqamli texnologiyalarni amaliyotga tadbiq etish masalalari tahlil qilingan. Shuningdek, psixologlarning ijtimoiy ta'siri va shaxsiy kasbiy o'sishiga turtki beradigan mexanizmlar ham ko'rib chiqilgan. Psixologik xizmatning samarali tashkil etilishi, kasbiy yuklama, metodik qo'llab-quvvatlash yetishmasligi, jamoaviy munosabatlar va psixologik savodxonlik darajasi kabi omillar yoritilgan. Muammolar yechimi uchun tavsiyalar ham ilgari suriladi.*

Kalit so'zlar*: ta'lim, psixolog, kasbiy faoliyat, psixologik xizmat, muammolar, innovatsiya, profilaktika, texnologiya.*

ВАЖНАЯ РОЛЬ ПСИХОЛОГОВ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ И ПРОБЛЕМЫ, ВОЗНИКАЮЩИЕ В ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. *В статье рассматривается активная роль психологов в системе образования, значение их исследований, а также основные проблемы, с которыми они сталкиваются в своей профессиональной деятельности. Анализируется формирование психологической службы, отвечающей современным требованиям, проведение профилактической и коррекционной работы с использованием инновационных методов, а также внедрение цифровых технологий в практику. Кроме того, рассматривается социальное влияние психологов и механизмы, способствующие их профессиональному росту. Освещаются такие факторы, как нагрузка, недостаток методической поддержки, командные отношения и уровень психологической грамотности. Также представлены рекомендации по решению этих проблем.*

Ключевые слова*: образование, психолог, профессиональная деятельность, психологическая служба, проблемы, инновации, профилактика, технологии.*

THE IMPORTANT ROLE OF PSYCHOLOGISTS IN THE EDUCATION SYSTEM AND THE PROBLEMS ENCOUNTERED IN THEIR PROFESSIONAL ACTIVITIES

Abstract*. This article examines the active role of psychologists in the education system, the importance of their research, as well as the main challenges they face in their professional activities. It analyzes the formation of psychological services that meet modern needs, the implementation of preventive and corrective activities using innovative methods, and the application of digital technologies in practice. The article also discusses the social influence of psychologists and the mechanisms that stimulate their professional growth. Factors such as workload, lack of methodological support, team relations, and the level of psychological literacy are highlighted. Recommendations for solving these problems are also presented.*

Keywords*: education, psychologist, professional activity, psychological service, challenges, innovation, prevention, technology*

Kirish. Bugungi globallashuv va axborotlashgan jamiyatda ta'lim sohasida inson omili va uning ruhiy rivojlanishiga alohida e'tibor qaratilayotgan bir paytda, maktab psixologlarining roli sezi-

larli darajada ortmoqda (Abdullayeva,2019). Ular faqat diagnostika yoki korreksion ishlar bilan cheklanib qolmasdan, ta'lim-tarbiya jarayonining ajralmas ishtirokchisi sifatida faoliyat yuritmoqda. Aslida ta'lim tizimi nafaqat bilim berish, balki shaxs rivojiga ham qaratilgan bo'lishi kerak deb o'ylayman. Shu munosabat bilan maktabgacha va maktab psixologlarining faoliyati orqali ta'lim muassasalarida sog'lom psixologik muhitni shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Bu faoliyatning samaradorligi esa faqat klassik usullarga emas, balki innovatsion yondashuvlarga asoslanishi kerak deb hisoblayman.

Psixologlarning ta'lim tizimidagi o'rni juda muhim. Bizga ma'lumki maktab psixologi bolaning ruhiy holati, ta'limga munosabati, o'qishga motivatsiyasi, ijtimoiy adaptatsiyasi, jamoa bilan munosabatlari kabi omillarni kuzatadi va ular bilan ish olib boradi. Maktab psixologi profilaktik ishlar, treninglar, tashxis va tavsiya berish orqali o'quvchilarning rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi (Vygotskiy, 1978). Bundan tashqari psixolog jamiyatimizda ijobiy faol shaxs sifatida - tashabbuskorligi bilan, profilaktik va rivojlantiruvchi ishlarda faol qatnashishi bilan, hamda ta'lim jarayonining boshqa ishtirokchilari bilan samarali hamkorlikda bo'lishi bilan ham ahamiyatlidir. Bunga ko'ra psixologning faoliyati quyidagi yo'nalishlarda namoyon bo'ladi:

- Ruhiy salomatlikni saqlash va mustahkamlashga qaratilgan profilaktik tadbirlar olib boradi.
- Bola shaxsini aniqlash va rivojlantirish bo'yicha psixodiagnostik usullar qo'llaydi.
- O'qituvchilar va ota-onalar bilan suhbat va treninglar tashkil qiladi.
- Ijtimoiy emotsional ko'nikmalarni shakllantirishda yordam beradi.

Har bir kasbda kasbiy faoliyati bilan bog'liq kamchiligi, muammolari bo'lgani kabi psixologlar ish faoliyatida ham yo'q emas.

Bilamizki, bugungi kunda psixologik xizmat ta'limning ajralmas qismi hisoblananadi. Bunga ko'ra har bir ta'lim sohasida maxsus tayyorgarlikdan o'tgan psixolog ishlashi talab etilishi kerak. Lekin yurtimizda ta'lim sohasida psixologlar yetarlicha emas deb o'ylayman. Boshqa davlatlar bilan solishtirganda bizda psixologik xizmatda ixtisoslashuv, ya'ni klinik, ta'limiy, rivojlantiruvchi psixologlar yetishmaydi. Psixologlar soni talabga nisbatan kam. To'g'ri yurtimizda oxirgi yillarda ta'lim yo'nalishida psixologlarga bo'lgan e'tibor ortib bormoqda. Psixologik xizmatning huquqiy asosi mustahkamlanmoqda. 2017-yildan so'ng, O'zbekistonda ta'lim tizimida islohotlar jadallashgani sababli, psixologik xizmatlar sifatini oshirishga ham katta e'tibor qaratildi. Xususan, 2021-yilda Prezident qarori bilan maktablarda psixologlar sonini ko'paytirish va ularning malakasini oshirishga doir qarorlar qabul qilindi. Shunday bo'lsa ham ta'lim tizimida psixologlarning kasbiy faoliyatida qator to'siq va muammolar mavjud (Mirzayeva, 2021). Ularni quyidagilar bilan izohlasak bo'ladi:

- Me'yordan ortiq yuklama va tashkiliy ishlarda ishlash majburiyati.
- Yangi uslubiy materiallar va amaliy test vositalarining yetarli emasligi.
- O'qituvchi va rahbarlar tomonidan psixolog vazifalarini to'liq tushunmaslik.
- Ota-onalarning past psixologik madaniyati.
- Moliyaviy rag'bat va ish haqining yetarli darajada emasligi.

Maktab faoliyatidagi ishlarni ko'rib shunga amin bo'ldimki, haligacha o'sha eski "siyqasi chiqqan" metodikalardan foydalanilayotgani, texnologiyalar rivojlanayotgan zamonda haligacha metodikalar eski qog'oz uslubidan foydalanib qo'llanilayotgani meni ajablantirdi. Albatta bunga yechimlar bor deb o'ylayman. Yuqoridagi muammolarni bartaraf etish uchun quyidagi chora-tadbirlarni amalga oshirish tavsiya etilsa maqsadga muvofiq bo'lar edi:

- Maktab psixologlari uchun aniq ish standartlari va tavsiyanomalar ishlab chiqish.
- Malakali tayyorgarlik va qayta tayyorlash kurslarini muntazam tashkil etish.
- Psixologik xizmatning samaradorligini baholash tizimini joriy etish.
- Ta'lim muassasalarida zamonaviy metod va testlar bilan ta'minlash.
- Ota-onalar va o'qituvchilar uchun psixologik savodxonlikni oshirish kurslari.

Bundan tashqari, ta'lim muassasalarida psixologlarning ijobiy faolligi va innovatsion izlanishlarini rivojlantirish uchun quyidagi shart-sharoitlar yaratilishi ham kerak:

1. Me'yoriy asoslar: maktab psixologi faoliyatini aniq reglament qiluvchi nizomlar va ish standartlari qabul qilinishi kerak.

2. Moliyaviy rag'batlantirish: innovatsion loyihalarda faol ishtirok etgan psixologlar mukofotlanishi lozim.

3. Mutaxassislar o'rtasidagi hamkorlik: tajriba almashish, onlayn platforma va ilmiy metodik forumlar tashkil etish.

4. Innovatsion dasturlar uchun shart-sharoit: laboratoriyalar, texnik uskunalar, planshet va kompyuterlardan samarali foydalanish imkonini berish.

Buning qatorida psixologiya sohasidagi innovatsion izlanishlar olib borilsa psixologik xizmat sifatini tubdan yaxshilagan bo'lamiz. Xususan quyidagilarni keltirib o'taman:

- Geymifikatsiya elementlari - bolalarda qiziqish va motivatsiyani kuchaytiradi.
- Onlayn testlar va mobil ilovalar - tezkor va qulay diagnostika imkonini beradi (Masalan: Google Forms, PsyToolkit, Lusher Digital Test, Attention App kabi platformalar).
- Ijtimoiy rolda bajariladigan o'yinlar - bolalarda murakkab vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilish ko'nikmasini rivojlantiradi.
- Raqamli o'quv kurslari - psixologlarning malakasini muntazam oshirishga yordam beradi.
- Profilaktik platformalar – stress, bulling, internetga bog'lanish kabi muammolarni bartaraf etish bo'yicha mobil ilovalar, testlar va guruh mashg'ulotlari.
- Emotsional intellektni rivojlantirish – maxsus o'yinlar, mashqlar va murabbiylik jarayonlari orqali bolalarda emotsional savodxonlikni shakllantirish.

Psixologiya sohasida innovatsion izlanishlar olib borilishi juda muhim, chunki bu bilan nafaqat inson ruhiyati, balki butun jamiyat hayotiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Umuman olganda, bu bilan psixologiya sohasi biz uchun yanada samaraliroq, yanada ommabop va zamon talabiga mosroq bo'ladi.

Xulosa. Psixolog - ta'lim muassasasidagi tarbiya va ta'limning sifatiga bevosita ta'sir etuvchi muhim shaxs hisoblanadi. Ta'lim tizimida psixologlarning ijobiy faolligi va innovatsion izlanishlari - bu kelajakda rivojlangan, ruhan sog'lom, ijtimoiy faol shaxslar tarbiyasi uchun asosiy poydevor deb aytsak adashmaymiz. Bu jarayonni qo'llab-quvvatlasak, rag'batlantirsak va tizimli ravishda tashkil qilsak, ta'lim sifatining yangi bosqichga chiqishiga sababchi bo'lamiz. Psixologlarning kasbiy faoliyatini qo'llab-quvvatlash, muammolarni aniqlash va yechim taklif etish orqali nafaqat bolalarning, balki butun ta'lim tizimining samaradorligiga ijobiy ta'sir ko'rsatgan bo'lamiz. Psixologlarni har taraflama qo'llab-quvvatlash orqali butun bir jamiyatni ruhiy salomatligini mustahkamlashga hissa qo'shgan bo'lamiz.

Foydalanilgan Adabiyotlar ro'yxati.

1. J.Abdullayeva. Maktab psixologiyasi. – Toshkent: "O'qituvchi", 2019.
2. Sh.Mirzayeva. Ta'lim muassasasida psixologik xizmat tashkil etish. – Toshkent: Fan, 2021.
3. Vygotsky, L. S. (1978). Mind in society: The development of higher psychological processes. Harvard University Press.
4. Woolfolk, A. (2016). Educational Psychology. 13th Edition. Pearson Education.
5. UNESCO (2020). Supporting students' well-being and mental health during and after COVID-19.

Umarova Shohida Absalomovna
CHDPU Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi
E-mail. umarovashohida018@gmail.com

MIGRANT OILALARIDA QADRIYATLAR O'ZGARISHINING IJTIMOIY -PSIX-OLOGIK DETERMINANTLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada migrant oilalarida qadriyatlar o'zgarishining ijtimoiy-psixologik determinantlari tahlil qilinadi. Migratsiya jarayoni natijasida yuzaga keladigan madaniy muhitga moslashuv, iqtisodiy sharoit, ta'lim tizimi va ijtimoiy munosabatlarning oilaviy qadriyatlar tizimiga ta'siri ko'rib chiqilgan. Shuningdek, migratsiya stressi, identiklik inqirozi, avlodlararo tafovut va oilaviy rollar transformatsiyasi kabi psixologik omillarning ahamiyati ochib beriladi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, migrant oilalarda milliy va yangi jamiyat qadriyatlarining sintezi yuzaga kelib, gibrid qadriyat tizimi shakllanishi aniqlangan. Shu bilan birga, qadriyatlarning uyg'unligi oilaviy barqarorlik va psixologik farovonlikning muhim omili sifatida baholanadi.*

Kalit so'zlar: *migrant oilalar, qadriyatlar, ijtimoiy determinantlar, psixologik determinantlar, moslashuv, identiklik, avlodlararo tafovut.*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ИЗМЕНЕНИЯ ЦЕННОСТЕЙ В СЕМЬЯХ МИГРАНТОВ

Аннотация. *В данной статье рассматриваются социально-психологические детерминанты изменения ценностей в семьях мигрантов. Анализируется влияние адаптации к новой культурной среде, экономических условий, образовательной системы и социальных отношений на трансформацию семейных ценностей. Кроме того, раскрывается значение таких психологических факторов, как стресс миграции, кризис идентичности, межпоколенческие различия и трансформация семейных ролей. Результаты исследования показывают, что в семьях мигрантов формируется гибридная система ценностей, основанная на синтезе национальных и ценностей принимающего общества. При этом гармонизация ценностей выступает важным фактором семейной стабильности и психологического благополучия.*

Ключевые слова: *семьи мигрантов, ценности, социальные детерминанты, психологические детерминанты, адаптация, идентичность, межпоколенческие различия.*

SOCIO-PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF VALUE CHANGES IN MIGRANT FAMILIES

Abstract. *This article examines the socio-psychological determinants of value transformation in migrant families. It analyzes the impact of adaptation to a new cultural environment, economic conditions, the educational system, and social relations on the restructuring of family values. Furthermore, the significance of psychological factors such as migration stress, identity crisis, intergenerational differences, and the transformation of family roles is revealed. The research findings indicate that migrant families develop a hybrid system of values based on the synthesis of national traditions and those of the host society. At the same time, the harmonization of values is considered an essential factor in ensuring family stability and psychological well-being.*

Keywords: *migrant families, values, social determinants, psychological determinants, adaptation, identity, intergenerational differences.*

Kirish. Bugungi globallashuv sharoitida xalqaro migratsiya jarayonlari jadal sur'atlar bilan rivojlanib bormoqda. Jahon miqyosida iqtisodiy imkoniyatlarni izlash, yaxshiroq hayot sharoitiga erishish, shuningdek, siyosiy va ijtimoiy omillar tufayli millionlab insonlar boshqa mamlakatlarga ko'chib o'tmoqda. Migratsiya jarayoni, bir tomondan, yangi imkoniyatlar va resurslarga ega bo'lish imkonini bersa, boshqa tomondan, shaxs va oilaning ijtimoiy-psixologik hayotida qator murakkabliklarni yuzaga keltiradi. Xususan, migrant oilalarida qadriyatlarning o'zgarishi jarayoni murakkab ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida namoyon bo'ladi. Oila – jamiyatning eng muhim ijtimoiy instituti

sifatida qadriyatlar, urf-odatlar va an'analarni avloddan-avlodga yetkazuvchi muhim tizim hisoblanadi. Ammo yangi madaniy muhitga kirib kelgan migrant oilalari mavjud qadriyatlarini qayta ko'rib chiqishga, ularni yangi sharoitlarga moslashtirishga majbur bo'ladilar. Bu esa oilaviy rollar transformatsiyasi, avlodlararo tafovutlar, identiklik muammolari va psixologik moslashuv jarayonlarini yuzaga keltiradi. Shuningdek, iqtisodiy sharoitning o'zgarishi, ta'lim tizimi, ijtimoiy aloqalar va mehnat bozoridagi faoliyat oilaviy qadriyatlarga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Natijada milliy qadriyatlar va yangi jamiyat qadriyatlari sintezi asosida gibrid qadriyat tizimi shakllanadi. Bunday jarayon oilaviy barqarorlik, psixologik salomatlik va ijtimoiy integratsiya uchun muhim ahamiyat kasb etadi. Shu boisdan migrant oilalarida qadriyatlar o'zgarishining ijtimoiy-psixologik determinantlarini o'rganish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham dolzarb masaladir. Ushbu maqolada mazkur jarayonning asosiy omillari, ularning oilaviy hayotga ta'siri hamda natijalari ilmiy tahlil etiladi.

Migratsiya jarayoni zamonaviy jamiyatda keng tarqalgan ijtimoiy hodisalardan biri hisoblanadi. Insonlarning yangi mamlakatlarga ko'chib o'tishi ularning iqtisodiy ahvoli, ijtimoiy hayoti va psixologik salomatligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Eng avvalo, bu jarayon oilaviy qadriyatlarning qayta ko'rib chiqilishi va o'zgarishini keltirib chiqaradi. Oila esa jamiyatning asosiy ijtimoiy instituti sifatida qadriyatlar, an'analar va madaniy merosni saqlovchi va avloddan-avlodga yetkazuvchi tizim hisoblanadi. Shu sababli migrant oilalarida qadriyatlarning o'zgarish omillarini ilmiy jihatdan o'rganish dolzarb masalalardan biridir. Kanadalik psixolog J. Berry (1997) o'zining "Acculturation Theory" (Akkulturatsiya nazariyasi)da ta'kidlaganidek, migratsiya jarayoni ikki asosiy yo'l bilan kechadi: assimilyatsiya (yangi jamiyat qadriyatlarini to'liq qabul qilish) va integratsiya (milliy qadriyatlarni saqlagan holda yangi qadriyatlarga moslashish). Shu nuqtai nazardan, migrant oilalaridagi qadriyatlar o'zgarishi ijtimoiy hamda psixologik determinantlar ta'sirida shakllanadi.

Tadqiqotlar natijalari va muhokama. Migrant oilalarida qadriyatlar o'zgarishining ijtimoiy-psixologik determinantlarini o'rganish natijalari shuni ko'rsatadiki, bu jarayon ko'p qirrali va murakkab bo'lib, u oilaning ijtimoiy muhitga moslashuvi hamda shaxsiy psixologik holati bilan chambarchas bog'liqdir. Ijtimoiy determinantlar bo'yicha natijalar: Madaniy muhit ta'siri. Tadqiqotlar (Berry, 2005; Hofstede, 2001) shuni ko'rsatadiki, migrant oilalari yangi jamiyat qadriyatlariga moslashishda ikki xil yo'lni tanlaydi: integratsiya (milliy qadriyatlarni saqlash bilan birga yangi qadriyatlarga moslashish) yoki assimilyatsiya (yangi qadriyatlarni to'liq qabul qilish). Integratsiyani tanlagan oilalar odatda psixologik jihatdan barqarorroq bo'lib chiqadi. Iqtisodiy omillar: Ma'lumotlarga ko'ra, iqtisodiy mustaqillikka erishgan migrant oilalarida an'anaviy rollar sezilarli darajada o'zgaradi. Ayollarning mehnat bozoriga kirib borishi ularning oiladagi mavqeini kuchaytirgan bo'lsa, erkaklarning an'anaviy "asosiy ta'minotchi" roli nisbatan zaiflashgan. Ta'lim tizimi: Farzandlar yangi ta'lim tizimida tezroq integratsiyalashib, yangi qadriyatlarni qabul qilganlari sababli ota-onalardan farqli dunyoqarashga ega bo'lmoqda. Bu esa avlodlararo tafovutlarni kuchaytirib, oilaviy muhokama va nizolarning asosiy manbalaridan biriga aylangan. Ijtimoiy aloqalar: Mahalliy aholiga yaqin bo'lgan va faol ijtimoiy aloqalarni shakllantirgan oilalar qadriyatlar tizimida tezroq ijobiy transformatsiyaga erishgan. Aksincha, ijtimoiy izolyatsiyada qolgan oilalarda qadriyatlar o'zgarishi sekin kechgan va ko'pincha ichki qarama-qarshiliklarga olib kelgan.

Psixologik determinantlar bo'yicha natijalar: Migratsiya stressi. O'tkazilgan tadqiqotlar (Berry, 1997; Ward, 2001)ga ko'ra, til bilmaslik, ijtimoiy izolyatsiya va diskriminatsiya oilaviy stressni kuchaytiradi. Stress darajasi yuqori bo'lgan oilalarda qadriyatlar keskin o'zgarishi yoki qadriyatlar inqirozi kuzatilgan. Identiklik inqirozi. Migrant oilalarida identiklik masalasi dolzarb bo'lib, ayniqsa ikkinchi avlod vakillari ko'pincha "ikki madaniyatli identiklik"ka ega bo'lishadi. Bu ularga ko'p madaniyatli jamiyatda muvaffaqiyatli moslashish imkonini bersa-da, ba'zi hollarda "ikki olam orasida qolish" hissini kuchaytirgan. Avlodlararo tafovutlar. O'smirlar va yoshlar yangi qadriyatlarni tezroq qabul qilishi ota-onalar bilan nizolarga sabab bo'lgan. Mead (1970) tomonidan ilgari surilgan "prefigurativ madaniyat" g'oyasi amalda o'z tasdig'ini topdi: yoshlar kattalarga qaraganda tezroq o'zgarib, ularga yangi qadriyatlarni o'rgata boshlaydi. Oilaviy rollar transformatsiyasi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, ayollarning iqtisodiy mustaqilligi oshgani sari oiladagi qaror qabul qilish jarayonida ularning ishtiroki kuchaymoqda. Bolalarning yangi muhitga tez moslashishi esa ota-onalarning ularning qarashlariga moslashishga majbur qilmoqda. Natijalar shuni ko'rsatadiki, migrant oilalarida qadriyatlarning o'zgarishi bir yoqlama emas, balki dinamik va ikki tomonlama jarayondir. Milliy

qadriyatlar saqlanib qolishi bilan birga, yangi jamiyat qadriyatlari bilan uyg'unlashib, o'ziga xos gibrid qadriyat tizimi shakllanmoqda. Bu tizim oilaviy barqarorlikni mustahkamlashi mumkin, biroq avlodlararo qarama-qarshilik va identiklik inqiroziga ham olib kelishi ehtimoli yuqori. Shu bois, migrant oilalarning moslashuv jarayonida ularni ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, psixologik xizmatlar ko'rsatish va madaniyatlararo muloqotni kuchaytirish muhim ahamiyat kasb etadi. Olimlar (Berry, Tajfel, Hofstede, Triandis)ning nazariy qarashlari amaliy tadqiqot natijalari bilan uyg'unlashib, migrant oilalaridagi qadriyatlar transformatsiyasini yanada chuqurroq anglash imkonini berdi.

Xulosa. Migrant oilalarida qadriyatlar o'zgarishi murakkab ijtimoiy-psixologik jarayon bo'lib, u ijtimoiy determinantlar (madaniy muhit, iqtisodiy sharoit, ta'lim tizimi, ijtimoiy aloqalar) va psixologik determinantlar (moslashuv, identiklik inqirozi, avlodlararo tafovut, oilaviy rollar transformatsiyasi) ta'sirida shakllanadi. Ushbu jarayon natijasida gibrid qadriyat tizimi yuzaga keladi, oilaviy barqarorlik esa qadriyatlarning uyg'unligiga bog'liq bo'ladi. Shunday ekan, migrant oilalar bilan ishlashda psixologik yordam, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va madaniyatlararo muloqotni kuchaytirish zarurdir. Migrant oilalarida qadriyatlar o'zgarishi ko'p qirrali va murakkab jarayon bo'lib, u ijtimoiy (madaniy muhit, iqtisodiy sharoit, ta'lim, ijtimoiy aloqalar) hamda psixologik (stress, identiklik inqirozi, avlodlararo tafovut, oilaviy rollar) determinantlar ta'sirida shakllanadi. Olimlar (Berry, Hofstede, Triandis, Tajfel, Mead)ning ta'kidicha, qadriyatlar o'zgarishining eng muhim natijasi – milliy va yangi jamiyat qadriyatlari sintezi asosida gibrid qadriyat tizimining yuzaga kelishidir. Bu tizim oilaviy barqarorlik va psixologik farovonlik uchun hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Migrant oilalarida qadriyatlar o'zgarishining ijtimoiy-psixologik determinantlarini o'rganish shuni ko'rsatadiki, bu jarayon murakkab, ko'p omilli va dinamik xarakterga ega. Migratsiya nafaqat ijtimoiy-iqtisodiy hayotni, balki oila institutining ichki tuzilishi, qadriyatlari va psixologik muhitini ham sezilarli darajada o'zgartiradi. Ijtimoiy determinantlar – yangi madaniy muhitga moslashuv, iqtisodiy sharoit, ta'lim tizimi va ijtimoiy munosabatlar oilaviy qadriyatlarning qayta shakllanishida asosiy rol o'ynaydi. Ayniqsa, farzandlarning ta'lim jarayonida yangi qadriyatlarni tezroq o'zlashtirishi ota-onalar bilan avlodlararo tafovutlarni kuchaytiradi. Psixologik determinantlar – migratsiya stressi, identiklik inqirozi, avlodlararo qarama-qarshiliklar va oilaviy rollar transformatsiyasi qadriyatlar tizimini o'zgartiruvchi muhim omillar sifatida namoyon bo'ladi. Milliy va yangi qadriyatlarning sintezi natijasida migrant oilalarda o'ziga xos gibrid qadriyat tizimi shakllanmoqda. Bu tizim bir tomondan oilaviy barqarorlik va ijtimoiy moslashuvni ta'minlasa, boshqa tomondan avlodlararo muammolar va identiklik inqirozini ham kuchaytirishi mumkin. Olingan natijalardan kelib chiqib, quyidagi ilmiy-amaliy xulosalarga kelish mumkin: Migrant oilalarni ijtimoiy qo'llab-quvvatlash dasturlarini kuchaytirish, ayniqsa, psixologik moslashuv jarayoniga ko'mak berish muhimdir. Ta'lim tizimida madaniyatlararo muloqotni rag'batlantirish va oilaviy qadriyatlarni uyg'unlashtirishga yordam beruvchi pedagogik yondashuvlarni rivojlantirish lozim. Migratsiya jarayonida ayollar va yoshlarning oila qadriyatlari tizimidagi o'rni va rolini to'g'ri yo'naltirish, ularning faol ishtirokini qo'llab-quvvatlash ijtimoiy barqarorlikka xizmat qiladi. Umuman olganda, migrant oilalarida qadriyatlar o'zgarishini tadqiq etish nafaqat ilmiy-nazariy, balki amaliy jihatdan ham dolzarbdir. Chunki qadriyatlarning uyg'unlashuvi jamiyatning ijtimoiy integratsiyasi, oilaviy barqarorlik va shaxsiy psixologik farovonlikni ta'minlashning muhim shartidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Ляльчук Г.Д. Психологическая помощь семьям трудовых мигрантов/Г.Д. Ляльчук // Молодий вчений. - 2015. - № 5-4 (20). - С. 84-87

2. Aripova G. Migrant ayollarning tibbiy moslashuvi. // *Psixologiya va hayot* , 2021 yil, 2-son.

3. Бельская О.Н. Психологический феномен брака и семьи в современной и дореволюционной России /О.Н.Бельская // Евразийский союз ученых.2016. № 3-5 (24). С. 9-11.

4. Beshimov U. Mehnat migratsiyasining ijtimoiy-psixologik holati. // *Jamiyat va boshqaruv* , 2023 yil, № 4.

5. Suvorova N. Migrant bolalar tibbiy moslashuvi muammolari. // *Bolalik psixologiyasi* , 2021 y., 3-son.

Urinova Latofat Shovkatovna
Turon universiteti Pedagogika va psixologiya kafedrasi dotsenti,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD).

TALABALARDA DIQQAT SIFATLARINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOKORREKSION DASTURI

Annotatsiya. *Maqolada talabalarda diqqat sifatlarini rivojlantirishning psixokorreksion dasturi, uning metodologik asosi, ta'limiy va tarbiyaviy maqsadi, tashkil etish qoidalari, dastur tuzilmasi hamda metodik tavsiyalar va texnologiyalar yoritilgan.*

Tayanch tushunchalar: *diqqat, diqqat xususiyatlari, psixokorreksion dastur, identifikatsiya, refleksiya, empatiya, trening, kognitiv ko'nikmalar.*

ПСИХОКОРРЕКЦИОННАЯ ПРОГРАММА РАЗВИТИЯ СВОЙСТВ ВНИМАНИЯ У СТУДЕНТОВ

Аннотация. *В статье рассматривается психокоррекционная программа, направленная на развитие свойств внимания у студентов, её методологическая основа, образовательные и воспитательные цели, принципы организации, структура программы, а также методические рекомендации и технологии.*

Ключевые слова: *внимание, свойства внимания, психокоррекционная программа, идентификация, рефлексия, эмпатия, тренинг, когнитивные навыки.*

A PSYCHOCORRECTIONAL PROGRAM FOR DEVELOPING ATTENTION QUALITIES IN STUDENTS

Abstract. *The article discusses a psychocorrectional program aimed at developing attention qualities in students, its methodological foundations, educational and pedagogical objectives, organizational principles, program structure, as well as methodological recommendations and technologies.*

Keywords: *attention, attention characteristics, psychocorrectional program, identification, reflection, empathy, training, cognitive skills.*

Kirish. Bugungi kunda o'quv faoliyati samaradorligini oshirishda talabalarning individual xususiyatlari va psixik jarayonlarini inobatga olgan holda ta'lim jarayonini tashkil etish muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Bu jarayonda talabalarda shakllangan diqqat sifatlarining ko'rsatgichlari individual xususiyatlar va psixik jarayonlar sifatini ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Izlanishlarimiz doirasida talabalarda diqqat sifatlari rivojlanishining psixologik xususiyatlarini o'rganib tahlil qildik. Tahliliy natijalarning ishonchliligini aniqlash maqsadida talabalarda diqqat sifatlarini rivojlantirishga xizmat qiluvchi psixologik trening mashg'ulotlaridan foydalanish maqsadida psixokorreksion dastur ishlab chiqishga qaror qildik. Dasturning asosiy maqsadi – talabalarning diqqat sifatlarini rivojlantirishga xizmat qiluvchi psixologik metodikalar va mashg'ulotlardan foydalanish, diqqat zaifligini korreksiyalash va diqqat sifatlariga salbiy ta'sir ko`rsatuvchi omillarning oldini olish uchun psixoprofilaktika ishlarini olib borishdan iboratdir.

Mavzuga oid adabiyotlarning tahlili. Diqqat va uning sifatlarini o'rganish muammolari hamda o`quv motivlarining ta'limiy ahamiyati O'zbekistonlik va xorijiy izlanuvchilarning ko'plab tadqiqotlarining predmeti bo'lgan. Mamlakatimizda mazkur yo'nalish doirasida A.Jabborov, A.A.Fayzullaev, A.I.Rasulov, A.Q.Saitova, E.G'.G'oziyev, E.Z.Usmonova, F.G.Habibullayev, M.G.Davletshin, M.E.Zufarova, M.A.Xalimova M.A.Maqsudova, N.G'.Kamilova, N.I.Xalilova, N.T.Norqulova, N.S.Abdullayeva, R.Z.Asamova, U.E.Latipova va Z.Nishonovalarning ilmiy izlanishlarida diqqat sifatlarining ilmiy ahamiyati, diqqat turlarining qiyosiy xarakteristikasi, psixik jarayonlar samaradorligini ta'minlashda diqqatning roli, irodaviy sifatlarni shakllantirishda ixtiyoriy diqqatning ahamiyati, diqqat va e'tiborlilikning ta'lim oluvchilar aqliy sifatlariga ta'siri, diqqat

yetishmovchiligi sindromi va uni psixokorreksiya qilish yo`llari, o`quv motivlari va diqqat sifatlari bog'liqligining ta'limiy ahamiyati o'rganilgan[5].

Tadqiqot metodologiyasi. Talabalarda diqqat sifatlarini rivojlantirishga xizmat qiluvchi psixologik trening mashg'ulotlaridan iborat psixokorreksion dastur ilmiy ahamiyatga ega ishlanma bo'lib, aqliy faoliyat bilan shug'ulanish jarayonida diqqat sifatlarini nazorat qilish ko'nikmasini rivojlantirishga xizmat qiladi. Mashg'ulotlarni tashkil qilish va samarali qo`llash uchun quyidagi me'zonlarga tayangan holda psixotreningni olib borishni maqsad qildik[4]:

Psixokorreksion dasturning ta'limiy maqsadi:

1. Talabalarni aqliy sifatlarini boshqarishga o'rgatish;
2. Bilish jarayonlarini rivojlantirish;
3. O`zining individual xususiyatlarini anglashga undash;
4. Aqliy faoliyat bilan shug'ulanish jarayonida diqqat sifatlarini nazorat qilishga o'rgatish.
5. Talabalarning boshqalar tomonidan to'g'ri tushunilishiga imkon beradigan identifikatsiya, refleksiya, empatiya kabi psixologik mexanizmlarini rivojlantirish.

Dasturning tarbiyaviy maqsadi:

1. Talabalarda diqqat sifatlarini rivojlantirish jarayonida irodaviy sifatlarini takomillashtirish va o'z-o'zini boshqarishga o'rgatish.
2. O'z imkoniyatlarini intellektual xususiyatlariga tayangan holda namoyon etishini rag'batlantirish.
3. Jamoaviy hamkorlik asosida psixik sifatlarini tarbiyalash, tengdoshlarining qarashlari, fikrlari va qiziqishlarini hurmat qilish, hamjihatlik orqali ta'limiy ko'nikmalarni tarbiyalash.
4. Talabalar shaxsida ta'lim olishga va kasbiy sifatlarga ega bo'lishga oid o'quv motivlarini shakllantirish, o'qishga bo'lgan salbiy munosabatning oldini olishga xizmat qiluvchi ma'lumotlar bilan ishlash.
5. Talabalarda zamonaviy axborot vositalaridan samarali foydalanish, o'quv faoliyati uchun ijobiy ahamiyatga ega ma'lumotlar bilan ishlashning ahamiyatini anglatish[3].

Treningni tashkil etish va jihozlash

Treningni tashkil qilish va o'tkazish jarayonida unda qatnashayotgan har bir talabaning ruhiy holati va individual xususiyatlarlarini oldindan inobatga olgan holda ular bilan muloqotga kirishishga harakat qildik. Trening mashg'ulotini o`tkazish uchun qulay va erkin harakatlanishga mo'ljallangan xonani tanlab oldik. Auditoriyada talabalarning o'zaro mashg'ulotlarni bajarish jarayonida guruhdoshlari bilan yuzma-yuz o`tirgan holda bir-birini ko`rib turishi va bir-birining borligini shu orqali his qilishi uchun xona stullarni doira shaklda joylashtirdik. Mashg'ulotdagi vazifalarni bajarish jarayonida xalaqit qilishi mumkin bo'lgan ortiqcha jihozlar bo`lmasligiga alohida e'tibor qaratdik. Chunki, shunday sharoitda ishtirokchilarning o`zlarini erkin his qilishlari ularda o`ziga bo`lgan ishonchni oshiradi va mashg'ulotga nisbatan qiziqish uyg'otadi, hamda diqqat, idrok, xotira, tafakkur, tasavvur, xayol va nutqiy sifatlarini amalda samarali ishlata olishiga imkon yaratadi[1].

Trening jarayonida guruhda qatnashoyotgan talabalar sonini 10-12 kishidan iborat holda shakllantirdik. Bunda guruhdagi talabalar sonining me'yordaligi ularning vazifalarni bajarish jarayonida bir-birlarini tezroq tushunishlari va tez til topisha olishlariga alohida e'tibor qaratdik. Shundan so'ng talabalarga treningning maqsadi, vazifalari, u orqali talabalar egallashi lozim bo'lgan ko'nikmalar haqida tushunchalar berildi. Guruh a'zolari bilan mashg'ulot davomiyligini haftasiga 2-3 kun har kuni ikki soatdan davom etishini belgilab oldik. Bunda nazarda tutilgan vaqt trening orqali samarali natijaga erishish imkonini berishini inobatga oldik.

Shundan so`ng psixokorreksion dastur mazmuni haqida talabalarga ilmiy va amaliy ma'lumotlar bergan holda individual suhbat orqali ularning motivlari aniqlab olindi. Individual suhbatda ishtirokchilarga quyidagi savollar bilan murojaat qilinadi.

Psixokorreksion mashg'ulotdan nima kutyapsiz?,

Psixokorreksion mashg'ulot mavzusi sizga ma'qulmi?, va h.k

Psixokorreksion mashg'ulotini o`tkazish jarayonida quyidagi bosqichlarga e'tiborga qaratdik.

Psixokorreksion mashg'ulotining birinchi bosqichida guruhiy qoidalarni belgilab oldik. Ishtirokchilar psixokorreksion mashg'ulot qoidalariga rioya qilishlari va har bir a'zoning bildirilgan

fikrlarini e'tiborga olishlari muhimligi ta'kidlandi. Psixokorreksion mashg'ulotni o`tkazish jarayonida funksional vazifalarni samarali bajarishga xizmat qiluvchi quyidagi tamoyillar belgilab olindi:

1.Intizomga qat'iy rioya qilish tamoyili. Bunda har bir guruh a'zosi mashg'ulotga o'z vaqtida kelishi va ketishi kerakligini his etib, bunga qat'iy amal qilishi lozim.

2. Yagona mikrofon tamoyili. Bunda bir ishtirokchi so'zlayotganda, boshqalar unga diqqat bilan quloq solishi va gapini bo'lmasligi, bir-birining shaxsini hurmat qilishlari lozim.

3. Fikrni birinchi shaxs tomonidan bayon etish tamoili. Bunda doimo mulohazalar "Menimcha...", "Mening fikrimcha...", "Mening o'ylashimcha..." qabilida bayon etilishi maqsadga muvofiq.

4. "Muloyimlik" tamoyili. Barcha qatnashchilar bir-birlariga xushmuomalalik bilan va o'zlarini taqdim qilganda aytgan ismlari bilan murojaat qilishlari kerak bo'ladi.

5. Shu yerda va hozir tamoyili. Guruhdagi muomala-munosabat mashg'ulot jarayoniga bevosita aloqador, ya'ni hozirgi zamonga bog'liq bo'lishi zarur. Shuningdek, har bir ishtirokchi barcha muammolarini unutib, o'zini faqat "shu yerda va hozir" holatida his qilishi lozim.

6. Vaqtni tejash tamoyili. Guruh ishtirokchilari trening mashg'uloti davomida gaplarini imkon qadar qisqa, lo'nda ifodalashi, mavzu doirasidan chetga chiqib ketmasligi lozim.

Treningdagi ikkinchi bosqichi-guruh a'zolarining bir-biriga murojaat etish usulini tanlash maqsadida har bir talabaning ismini aytib murojaat qilishni taklif qildik. Chunki, ismni aytib murojaat qilish o'zbek mentalitetida samimiylik va o`zaro yaqinlik tuyg'ularini vujudga keltiradi.

Treningdagi uchinchi bosqich-Tanishuv bosqichi bo`lib uni turli xil usulda tashkil etish mumkin, lekin mohiyat bitta bo'ladi. "Bu bosqichda har bir ishtirokchi o'zini bu yerda qanday nom bilan atashlarini istasa, shunday atashi mumkinligiga kelishib olinadi. Talabalar bir-birlari haqida yetarli ma'lumotlarga ega bo`lsada bu bosqichga rioya qilishlari psixologik jihatdan muhimdir. Chunki, ishtirokchilarning tanishuv bosqichi-ularning o'tkazilayotgan mashg'ulotga va ayni paytdagi muhitga moslashish jarayoni bo'lib, ulardagi hayajon va noqulaylik holatlarini bartaraf etishning eng yaxshi yo'lidir.

Treningni to'rtinchi bosqichi bu - kutishlar bosqichi bo'lib, guruh a'zolarining har biridan treningdan nimalar kutayotganligi so'raladi. Trener ulardan bugungi treningdan nimalarni kutayotganligini ya'ni kutilmalarini bilib shunga qarab o'z ishini rejalashtiradi. Bunda guruh a'zolari aylana bo'ylab o'zlarining treningdan kutilmalarini, xavotirlari va e'tirozlarini aytib chiqishlari so'raladi. Trener barcha ishtirokchilarning fikrlarini ularga baho bermasdan, muhokama qilmasdan, hayron bo'lmasdan, xayrixohlik bilan eshitishi lozim. Shundan so'nggina guruh ishlash uchun tayyor hisoblanadi va mashg'ulotlarni boshlash mumkin bo'ladi.

Psixologik trening maxsus tarzda uyushtirilib, unda alohida vaziyatlarda har bir trening ishtirokchisining shaxsiy ehtiyojlari, ularda individual shakllanishi zarur bo'lgan sifatlar katta rol o'ynaydi va shaxs ataylab u yoki bu ijtimoiy psixologik vaziyatlarga qo'yiladi" [2].

Tahlil va natijalar.

Uslubiy metodik tavsiyalar va texnologiyalar.

1.Talabalarning psixik jarayonlarini boshqarishda relaksatsiya va refleksiyadan foydalanish;

2.Diqqatni taqsimlash va to'plash hamda aqliy sifatlarni rivojlantirishga oid psixogimnastik mashqlarni bajarish;

3.Jamoaviy ishlash ko'nikmasini shakllantirishga oid mashg'ulotlarni tashkil etish;

4.Aqliy zo'riqishni bartaraf etishga yo'naltirilgan psixologik mashg'ulotlarni o'tkazish;

5.Kognitiv ko'nikmalarni rivojlantiruvchi metodlarni bajarish.

Talabalarni diqqat sifatlarini rivojlantirishga yo'naltirish va bu borada ijobiy ahamiyatga ega bo'lgan o'z-o'zini boshqarishga oid usullarni o'rgatish, salbiy sifatlarni korreksiyalash va diqqat sifatlarini rivojlantirishga xizmat qiluvchi psixoprofilaktik trening mashg'ulotlarini o'tkazish uchun vazifalar belgilib olindi.

Quyidagi 1-jadvalda ushbu vazifani amalga oshirish jarayonida qo'llanilgan mashg'ulot tuzilmasi keltirilgan.

1-jadval

Talabalarda diqqat sifatlarini rivojlantirishga qaratilgan psixokorreksion dastur rejasi

Davomiyligi: 2 soat.

Reja:

№	psixokorreksion mashg'ulot mazmuni	Davomiyligi	Materiallar	Mashqning maqsadi
1. Kirish qismi				
1.	Tanishuv	10 daqiqa	Beydjiklar, markerlar, skotch, qaychi.	Ishtirokchilar bilan tanishuv
2.	Kutilayotgan natijalar	5 daqiqa	Flipchart va markerlar	Ishtirokchilarni mashg'ulotdan kutayotgan natijalarini aniqlash
3.	Qoidalar	5 daqiqa	Flipchart, markerlar va skotch	Mashg'ulot qoidalarini aniqlab olish va eslatib o'tish
2. Asosiy qism				
4.	"Psixokorreksion rivoyat" usuli	10 daqiqa	Flipchart, markerlar	Ishtirokchilarga diqqatli bo`lish-ning ahamiyatini tushuntirish
5.	"Klaviatira" usuli	30 daqiqa	Tarqatma materiallar	Talabalarning xotira xususiyatlari va diqqat sifatlari o`rtasidagi uyg'unlikni mashg'ulot orqali yanada rivojlantirish
6.	"Qarsak" mashqi	10 daqiqa	Amaliy harakat	Harakat sezgilari va diqqat si-fatlari o`rtasidagi uyg'unlikni shakllantirish
7.	"Sonlarning mantiqiy qatorini top" metodi	20 daqiqa	Tarqatma materiallar	Diqqatni berilgan topshiriqqa yo'naltirish va mantiqiy fikrlash orqali metodni bajarish
8.	"Motivatsiya stuli" metodi	20 daqiqa	Flipchart, markerlar	Talabalarga ijobiy ta'sir ko`rsat-ish orqali ularni ruhlantirish
3. Yakuniy qism				
9.	Yakuniy xulosalar	10 daqiqa		psixokorreksion mashg'ulotga yakun yasash, kutilgan natijalar tahlili.

Xulosa va tavsiyalar. Xulosa qilib aytganda talabalarda diqqat sifatlarini rivojlantirishga xizmat qiluvchi psixologik trening mashg'ulotlaridan foydalanish o'quv faoliyati samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Korreksion dastur asosida talabalarning diqqat sifatlarini rivojlantirishga qaratilgan psixoprofilaktik mashg'ulotlardan foydalanish, diqqat zaifligini korreksiyalash va diqqat sifatlariga salbiy ta'sir ko`rsatuvchi omillarning oldini olish orqali talabalarda o'qishga bo'lgan ijobiy motivlarni shallantirish ko'zda tutilgan.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1.Soatov A.J. Bo'lajak pedagog-psixologlarda psixologik maslahat berish ko'nikmalarini shakllantirish texnologiyasi. O'quv qo'llanma. - Qarshi: Fan va ta'lim. 2022. - 106 b.

2.Soatov.A.J. Bo'lajak pedagog-psixologlarda psixologik maslahat berish ko'nikmalarini shakllantirish metodikasini takomillashtirish. Pedagogika fanlari falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi. 13.00.02. – Q.: QDU, 2022. – 58 b.

3.Urinova L.Sh. Diqqatning MDH psixologlari tomonidan o'rganilishi. O'zMU xabarlari jurnali. Yanvar 2023. 199-202 b.

4.Urinova L. Вестник интегративной психологии. "Роль развития качеств внимания в учебной деятельности учащихся". 2022.-372 с.

5.Urinova L.Sh. Talabalarda diqqat sifatlari rivojlanishining psixologik xususiyatlari. Psixologiya fanlari falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi. 19.00.06. – B.: BuxDU, 2024 . – 18 b.

Usmanova Shoira Djumabekovna
O'zMU Ijtimoiy fanlar fakulteti,
Psixologiya kafedrasi dotsenti, psixologiya fanlari nomzodi

TA'LIM SIFATINI TAMINLASHDA TALABALAR BILIMINI BAHOLASHNING IJTIMOIY PSIXOLOGIK JIXATLARI

Annotatsiya. *Maqolada talabalarning standartlashtirilgan bilim, ko'nikma va malakalarini o'zlashtirish darajasini baholash va monitoring qilishning muhim vazifasi - bu talaba egallashi kerak bo'lgan kasbiy tayyorgarlik darajasiga, uning ilmiy dunyoqarashiga, ekologik va axloqiy tarbiyani shakllantirishga qo'yiladigan minimal talablarga javob beradigan bilim ko'rsatkichlarini jamiyat tomonidan baholashning ijtimoiy-psixologik masalalari yoritilgan.*

Kalit so'zlar: *o'zlashtirish, bilim, ko'nikma va malaka, baholash, baholashning milliy tizimi, baholashning ijtimoiy psixologik jihatlari.*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ СТУДЕНТОВ В ОБЕСПЕЧЕНИИ КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация. *В статье раскрыта важная задача оценки и контроля уровня освоения стандартизированных знаний, умений и квалификации обучающихся - социально-психологические вопросы оценки обществом показателей знаний, отвечающих минимальным требованиям к уровню профессиональной подготовки, которую должен приобрести обучающийся, его научному мировоззрению, формированию эколого-нравственного воспитания.*

Ключевые слова: *усвоение, знания, навыки и компетенции, оценка, национальная система оценивания, социально-психологические аспекты оценивания.*

SOCIO-PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF ASSESSING STUDENTS' KNOWLEDGE IN ENSURING THE QUALITY OF EDUCATION

Annotation. *The article reveals the important task of assessing and monitoring the level of mastery of standardized knowledge, skills and qualifications of students - socio-psychological issues of society's assessment of knowledge indicators that meet the minimum requirements for the level of professional training that a student must acquire, his scientific worldview, and the formation of environmental and moral education*

Key words: *assimilation, knowledge, skills and competencies, assessment, national assessment system, socio-psychological aspects of assessment.*

3-Renesans jarayoni jamiyat hayotining barcha sohalarini qamrab olgan hozirgi kunda mamlakatimizdagi ta'lim tizimi oldidagi muhim funksiyalaridan biri o'sib kelayotgan yosh avlodga ta'lim, tarbiya berishning yangi va samarali usullarini yaratish, talabalarning bilim darajalariga bo'lgan talabni ko'tarish, o'qitishning rejalashtirilgan natijalariga erishish hisoblanadi. O'zbekiston Respublikasi ta'lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasi ta'lim tizimida talabalarning tabiiy yo'nalishdagi o'quv modulilardan savodxonlik darajasini baholashning milliy tizimini yaratish, ta'lim-tarbiya jarayoniga individuallashtirish tamoyillarini tatbiq etish, davlat ta'lim standartlarida ko'zda tutilgan kompetensiyalarni baholash mezonlarini ishlab chiqish kabi dolzarb funksiyalarni ilgari surgan. Amaldagi bakalavriat yo'nalishi davlat ta'lim standartlari kompetensiyaviy yondashuvga asoslanganligiga qaramasdan, o'qitish va baholash metodlari asosan o'quv materiali va axborotni yodlash hamda bayon qilishga qaratilganligi, tanqidiy fikrlash, axborotni mustaqil izlash va tahlil qilish ko'nikmalari va boshqa malakalarni rivojlantirishga yo'naltirilgan Nazorat va baholash metodlarini chuqur tahlil etish zaruriyatini talab etadi. Kasbiy shakllanishda ta'lim sifatini ta'minlash talabalar bilimini baholashning ijtimoiy –psixologik jihatlarining tahlili masalaning dolzarbligini

belgilaydi.

Talabalarning DTS bilan me'yorlangan bilim, ko'nikma, malaka va kompetensiyalarning o'zlashtirish darajasini baholash va nazorat qilishning muhim funksiyasi talabalarning kasbiy tayyorgarlik darajasiga qo'yiladigan minimal talablarga javob beradigan va talaba tomonidan o'zlashtirilishi shart bo'lgan bilim ko'rsatkichlariga egaligini, ularning ilmiy dunyoqarashlarini, ekologik, axloqiy tarbiyasining shakllanishini baholash hisoblanadi.

Nazorat va baholashning ta'limiy funksiyasining mohiyati shundaki, nazorat va baholash topshiriqlarini bajarish davomida talabalar egallagan bilimlarini tizimlashtiradi, umumlashtiriladi, mukammallashtiradi. Talabalar avval o'zlashtirgan bilim, ko'nikma, malaka va kompetensiyalarini yangi va kutilmagan vaziyatlarda amalda qo'llash orqali yangi bilimlarni egallashi, namoyish etish imkonini beruvchi nazorat va baholash talabalarning nafaqat diqqati, fikrlashi, xotirasining rivojlanishiga, balki bilim doirasining kengayishiga, kognetiv sohani chuqurlashuviga zamin yaratadi. Bu esa ta'limning eng muhim ijtimoiy psixologik jihatidir.

Nazorat va baholashning tarbiyaviy funksiyasi haqida so'z yuritilganda, nazorat va baholash talaba mustaqil ta'limdan berilgan topshiriqlarni o'z vaqtida puxta, mustaqil, muntazam bajarishga undashi va o'z bilimining baholanishiga doim tayyor bo'lishlikka o'rgatishi nazarda tutiladi. Nazorat va baholash talabada burch, majburiyat, javobgarlik, vijdon kabi axloqiy sifatlarning shakllanishiga yordam beradi. Nazorat va baholash jarayonida talabalar o'rtasida o'zaro munosabatlar hamda o'qituvchi va talaba o'rtasida hamkorlik munosabatlari shakllanadi.

Nazorat va baholashning rivojlantiruvchi funksiyasi shundaki, Nazorat va baholash orqali o'qituvchi muntazam ravishda talabalarning zehni, idrok etish xususiyati, xotira va fikrlash qobiliyatlarining rivojlanganligi, bilim darajasi, ularning yutuqlari va kamchiliklari haqida doim xabardor bo'ladi. Bu esa o'qituvchiga birinchidan talabalarning aqliy faoliyatini rivojlantirish, ikkinchidan har bir talabaning o'ziga xos individual rivojlanish xususiyatlarini hisobga olgan holda ularning bilish faoliyatini rivojlantirish va har bir talabaning o'zlashtirishini yaxshilashga erishish uchun zarur.

Nazorat va baholashning diagnostik funksiyasining mohiyati talaba-lar bilimi va ko'nikmalaridagi nuqsonlar, kamchiliklar, bo'shliqlar, talabalarning o'quv materialini o'zlashtirishdagi qiyinchiliklarni tug'diruvchi sabablar haqida muntazam axborot olish sanaladi. Bunday axborotlar o'qitishning samarali usullarini tanlash va bu usullarni hamda ta'lim jarayonini takomillashtirishning yo'nalishini aniq belgilash imkonini beradi.

Talabalarning bilimidagi kuchli va zaif tomonlaridan xabardor bo'lish o'qituvchiga o'z pedagogik mahorati, ish usullari va talabaning individual xususiyatlari haqida axborotga ega bo'lish bilan ta'lim jarayonini takomillashtirish uchun orientir (mo'ljal olish) bo'lib xizmat qiladi. Nazorat va baholashning natijalari o'qituvchiga talabalarning bilimlaridagi bo'shliqlarni to'ldirishga yo'naltirishiga yordam bersa, talabalarga esa o'z xato va kamchiliklarini aniqlab, ularni tuzatishiga yordam beradi. Undan tashqari nazorat va baholash natijalariga ko'ra ta'lim muassasasi rahbariyati, ota-onalar o'quv jarayoni samaradorligi haqida axborotga ega bo'ladilar.

Nazorat va baholashning profilaktik funksiyasi. Ma'lumki, o'zlashtirilgan o'quv materiallari vaqt o'tgan sari talabalarning xotirasidan chiqadi. Bu talaba bilimi va ko'nikmalarini ishga solish, ulardan foydalanishga talab bo'lmasa ayniqsa sezilarli bo'ladi. Talabalar bilimini muntazam nazorat va baholash qilinishi avval o'zlashtirilgan bilim, ko'nikma, malaka va kompetensiyalarni yangi va kutilmagan vaziyatlarda amalda qo'llash orqali yangi bilimlarni o'zlashtirish, shuningdek, mustahkamlash, takrorlash imkonini beradi. Takrorlash esa talaba xotirasini charxlab boruvchi profilaktik chora sifatida nazorat va baholash bilan chambarchas bog'liq.

Talabalar bilimi va malakasini nazorat va baholash qilishning quyidagi tamoyillari mavjud:

1. Muntazamlilik. Nazorat va baholash ta'lim-tarbiya jarayonining ajralmas qismi sifatida barcha o'qitish shakllari: ma'ruza, laboratoriya, amaliy va seminar mashg'ulotlarda talabalarning o'quv faoliyati bilan chambarchas bog'liq holda muntazam ravishda tashkil etiladi.

2. Beg'arazlilik. Nazorat va baholash o'qituvchining talabalarni chuqur o'rganmasdan, taxminiy va sub'ektiv fikrlarga asoslanib, yuzaki mulohaza yuritib, noto'g'ri xulosa chiqarishini inkor etgan holda talabalar bilimiga to'g'ri, shaffoflik, beg'arazlik bilan, xolisona, aniq fikrlarga

asoslanib baho berishni talab etadi. Nazorat va baholash o'quv jarayonining ma'lum bosqichidagi ma'lum dastur bo'yicha talabalarning olgan haqiqiy bilimlarini belgilaydi.

3. Keng qamrovlilik. Nazorat va baholash belgilangan dasturning barcha bo'limlarini qamrab oladi va talabaning nazariy bilim, ko'nikma, malaka, aqliy va intellektual salohiyati, kompetensiyalarining sinovini ta'minlaydi.

4. Individuallilik. Nazorat va baholash har bir talabaning bilim darajasini hamda uning o'quv faoliyati, individual xususiyatlarini kuzatish, o'rganish imkonini beradi.

Individual mustaqil nazorat va baholash ishlaridan doska oldida javob berishdan tortinadigan, dadil javob bera olmaydigan, jur'atsiz talabalar uchun foydalanish maqsadga muofiq bo'ladi. Bunday holatlarda talaba o'ziga topshirilgan funksiyani yaxshi bajarganini ochiq-oydin muhokama qilish bilan talabani qo'llab-quvvatlash uning o'z kuchiga ishonchini orttiradi.

5. Tabaqalashgan yondashuv**.** Nazorat va baholash jarayonida modulning, shu modul bo'limlarining o'ziga xos xususiyatlari hisobga olinadi, bu xususiyatlardan kelib chiqqan holda nazorat va baholashning turli usullari qo'llanadi. Bu esa nazorat va baholashning alohida olingan bir usulidan foydalanishda kelib chiqadigan kamchiliklarning yuzaga kelishini bartaraf etadi.

6. O'quv moduliga tayyorgarlik darajasiga bo'lgan talablarni hamda talabalarni har tomonlama o'rganib chiqish asosida nazorat va baholash o'tkazuvchilar tomonidan nazorat va baholash natijalariga qo'yiladigan talabning yagonaligi ta'minlanadi.

7. Nazorat va baholash oldindan belgilangan tasniflar tizimi asosida o'quv jarayonining barcha bosqichlarida ma'lum maqsadga yo'naltirilgan holda tashkil etiladi.

Oliy ta'lim tizimida o'qitish samaradorligi talaba bilim va malakasini nazorat va baholash qilishning nafaqat usul va shakllarning xilma-xilligiga, balki nazorat va baholashning mazmuniga ham bog'liq. O'quv materialini o'zlashtirish jarayonida o'qituvchi berayotgan ilmiy axborotlar hajmi o'quv dasturi tomonidan belgilangan talab darajasidan yuqori bo'lishi kerak. Bunday qo'shimcha ma'lumotlar o'rganiladigan o'quv materialini o'quv moduli yangiliklari, mustaqil hayot va kasbiy faoliyatdagi muammoli vaziyatlar, ishlab chiqarish tarmoqlaridagi yangiliklar bilan boyitish uchun zarur. Bunday ma'lumotlar talabalarning kasbiga va o'quv moduliga bo'lgan qiziqishini orttiradi. Lekin talabalar bilimi nazorat va baholashi qat'iy belgilangan standart asosida o'tkaziladi.

Nazorat va baholash jarayonida talaba tomonidan aqliy operatsiyalarni bajarishi, ayniqsa, tahliliy-tanqidiy faoliyat bilan shug'ullanadi. Kasbiy ob'ektlar, jarayonlar, hodisalarga tasnif va ta'rif berish, ularni o'zaro taqqoslash umumiy xulosalar chiqarish kabi topshiriqlar talabadan murakkab fikrlash faoliyatini va malakani talab etadi. Nazorat va baholashda xuddi shunday topshiriqlar bo'lishi kerak. O'quv modulining o'rganish ob'ektiga bog'liq holda ob'ektlar va to'plamlarning tuzilishi va funksiyalaridagi o'xshashlik va farqlarni aniqlash, ob'ektlarda sodir bo'ladigan jarayonlar, tushunchalarni o'zaro taqqoslash va bir-biri bilan bog'lash, xulosa chiqarish kabi savol va topshiriqlar talabaning bilim sifati va malaka darajasini aniqlashda hamda ularning kasbiy tayyorgarligini yuqoriga ko'tarishda katta ahamiyatga ega.

Xulosa qilib aytganda, talabalar amaliy ko'nikma, mahorat va malakalarga, masalan, darslik bilan mustaqil ishlash, vaqtinchalik loyihalar tayyorlash, tabiatda kuzatishlar olib borish, ob'ektlarni aniqlash, oddiy tajribalar o'tkazish kabi malakalarga yetarli darajada ega emaslar. O'qituvchi ta'lim jarayonida talabalarda amaliy malakalarning shakllanishiga kasbiy hodisa va jarayonlarning mohiyatini tushunib yetish uchun tajribalar o'tkazish, ob'ektlar ustida kuzatishlar olib borish, tabiatdagi mavsumiy va jarayonlardagi tizimli o'zgarishlarni kuzatish, bu kuzatishlar asosida ob'ektlarni ishlash va yangi muhitga moslanishlarini aniqlash, kasbiy xilma –xillikni anglash kabilarga e'tibor qaratmog'i shart. Bu esa oliy ta'lim mazmunini kuchaytiradi va talabani ob'ektning o'ziga xos xususiyatlarini anglashga o'rgatadi. Ma'lumki, mashg'ulotlarda tasviriy, tabiiy, verbal ko'rgazma vositalari va ob'ektlardan foydalanish talabalarning yangi materialning mohiyatini tushunib yetishiga yordam beradi. Nazorat va baholash ishlarida obyektlar bilan bog'liq masala va mashqlar berilishi, masalan, ob'ekt tuzilishining o'ziga xos tomonlarini aniqlash, kasbiy muhitga moslanish belgilarini aniqlash, ob'ektning xarakteristikasini tuzish, ob'ekt tuzilish va funksiyalari o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlash maqsadiga yo'naltirilgan topshiriqlarning bo'lishi muhim ahamiyat kasb etadi.

Ta’lim-tarbiya jarayonining samaradorlik va sifat ko’rsatkichini aniqlashda talabalar tomonidan bilim, ko’nikma, malaka va o’quv moduliga doir xususiy kompetensiyalarni o’zlashtirilish darajasini nazorat va baholash qilish va baholash muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. O’zbekiston Respublikasi xalq ta’limi tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to’g’risidagi O’zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019 yil 29 apreldagi PF-5712-son Farmoni. (Qonun hujjatlari ma’lumotlari milliy bazasi, 29.04.2019 y., 06/19/5712/3034-son)
2. J. Tolipova. Pedagogik kvalimetriya. O’quv qo’llanma. TDPU. T.: 2017yil. 160 bet
3. K. Jalilov. Baholash nazariyasi asoslari (pedagogik o’lchovlar, testologiya). Toshkent: Akademnashr, 2020.
4. Brookhart, S.M. (2014) How To Design Questions and Tasks To Assess Student Thinking, Alexandria, VA: ASCD, 2014 Kubiszyn, T. and Borich, G. (2013) Yeducational Testing and Measurement: Classroom Application and Practice. Hoboken, NJ: Wiley, 2013.
5. Воробева, С. В. Современные средства оценивания результатов обучения в общеобразователной школе. Изд. 2-е, пер. и доп. Москва: Юрайт, 2019.

Usmonov Alisher G'offorali o'g'li
Farg'ona davlat universiteti Registrator ofisi menejeri,
Buxoro davlat universiteti mustaqil tadqiqotchisi

SPORT JAMOALARIDA SAMARALI BOSHQARUV: YETAKCHILIK USLUBLARINING PSIXOLOGIK TAHLILI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada sport jamoalarida yetakchilik uslublarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari atroflicha tahlil etilgan. Yetakchilik sport jamoalarining samarali faoliyat yuritishida muhim psixologik va ijtimoiy omil hisoblanadi. Tadqiqotda rasmiy va norasmiy yetakchilarning roli, ularning jamoadagi o'zaro munosabatlarga ta'siri, shuningdek, avtoritar, demokratik va laissez-faire kabi boshqaruv uslublarining sportchilar motivatsiyasi va jamoaviy ruhga ta'siri o'rganilgan. Maqola davomida zamonaviy psixologik nazariyalar asosida yetakchilikka oid tiplashtirishlar keltirilib, ularning sport muhitiga mosligi tahlil qilingan. Shuningdek, so'rovnoma va kuzatuv metodlari asosida olingan empirik ma'lumotlar asosida jamoalarda samarali yetakchilikni shakllantirish bo'yicha amaliy tavsiyalar berilgan.*

Kalit so'zlar: *sport jamoasi, yetakchilik uslublari, ijtimoiy psixologiya, avtoritar lider, demokratik lider, norasmiy yetakchi, jamoaviy munosabatlar, motivatsiya, psixologik iqlim, boshqaruv uslubi.*

ЭФФЕКТИВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ В СПОРТИВНЫХ КОМАНДАХ: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ СТИЛЕЙ ЛИДЕРСТВА

Аннотация. *В статье представлен комплексный анализ социально-психологических особенностей стилей лидерства в спортивных командах. Лидерство является важным психологическим и социальным фактором эффективного функционирования спортивных команд. В исследовании рассматривается роль формальных и неформальных лидеров, их влияние на командные отношения, а также влияние авторитарного, демократического и либерального стилей управления на мотивацию и командный дух спортсменов. В статье представлены типологии лидерства, основанные на современных психологических теориях, и анализируется их применимость к спортивной среде. Также даются практические рекомендации по развитию эффективного лидерства в командах, основанные на эмпирических данных, полученных с помощью анкетирования и наблюдения.*

Ключевые слова: *спортивная команда, стили лидерства, социальная психология, авторитарный лидер, демократический лидер, неформальный лидер, отношения в команде, мотивация, психологический климат, стиль управления.*

EFFECTIVE MANAGEMENT IN SPORTS TEAMS: A PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF LEADERSHIP STYLES

Abstract. *This article provides a comprehensive analysis of the socio-psychological characteristics of leadership styles in sports teams. Leadership is an important psychological and social factor in the effective functioning of sports teams. The study examines the role of formal and informal leaders, their impact on team relationships, and the impact of authoritarian, democratic, and laissez-faire management styles on athletes' motivation and team spirit. The article presents leadership typologies based on modern psychological theories and analyzes their suitability for the sports environment. It also provides practical recommendations for developing effective leadership in teams based on empirical data obtained through questionnaires and observation methods.*

Keywords: *sports team, leadership styles, social psychology, authoritarian leader, democratic leader, informal leader, team relations, motivation, psychological climate, management style.*

Kirish. Zamonaviy sport jamoalarida muvaffaqiyatli faoliyat yuritishning asosiy omillaridan biri bu - samarali yetakchilik tizimini shakllantirishdir. Jamoa ichida sog'lom ijtimoiy-psixologik muhit yaratish, o'zaro hamjihatlikni mustahkamlash va har bir a'zoning ichki salohiyatini to'laqonli yuzaga chiqarish - bevosita rahbarlik va yetakchilik uslublariga bog'liqdir. Sport jamoalaridagi yetakchilik murabbiy yoki rasmiy rahbar bilan cheklanmay, ko'pincha norasmiy liderlar faoliyati bilan ham boyib boradi.

Psixologik nuqtai nazardan, har bir yetakchilik uslubi jamoaning ruhiy iqlimi, motivatsiya darajasi va natijalarga bo'lgan intilishiga turlicha ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa, avtoritar, demokratik va laissez-faire (ozod) uslublarning sportchilarga ta'siri, ularning o'zaro munosabatlari va o'zini tutishidagi farqlari sport psixologiyasi doirasida alohida e'tibor talab etadi.

Ushbu maqolada sport jamoalarida uchraydigan yetakchilik uslublari, ularning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari, norasmiy liderlarning tutgan o'rni hamda samarali rahbarlik modelini shakllantirish omillari tahlil etiladi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Ushbu ilmiy tadqiqot sport jamoalarida yetakchilik uslublarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini chuqur o'rganishga, shuningdek, bu uslublarning sportchilarning motivatsiyasi, emotsional holati va jamoaviy hamkorligiga ta'sir darajasini aniqlashga qaratilgan. Tadqiqotda an'anaviy yondashuvlardan tashqari, zamonaviy psixometrik va diagnostik metodlar uyg'unligida tizimli yondashuv qo'llanildi.

1. Nazariy-metodologik asoslar: tadqiqot psixologik va sotsiologik ilmiy yondashuvlar uyg'unligiga tayanadi. Yetakchilik uslublari Lewin, Lippitt va White (1939) tomonidan taklif etilgan klassik tipologiya (avtoritar, demokratik, laissez-faire) asosida tahlil qilindi. Shuningdek, transformatsion va tranzaksion liderlik konsepsiyalari (Bass, 1985) sport kontekstiga moslashtirildi. Psixologik aspektlarda Vygotskiyning madaniy-tarixiy yondashuvi va Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasiga tayanildi.

2. Tadqiqot metodlari: tadqiqotda kompleks yondashuv asosida bir nechta metodlar uyg'unlashtirildi:

- Sotsiometrik tahlil - sport jamoalari ichidagi norasmiy ijtimoiy rollarni aniqlash uchun Moreno sotsiometriyasi asosida amalga oshirildi. Bu metod yordamida norasmiy liderlar aniqlandi va ularning ijtimoiy ta'siri baholandi.
- "Liderlik uslubi indikatorlari" psixodiagnostik testi - murabbiy va yetakchilarning boshqaruv uslublarini aniqlashda Fiedler kontingensiya modeli asosida tuzilgan savolnoma qo'llanildi.
- Qiyosiy kuzatuv metodikasi - sport jamoalarida trening va musobaqa jarayonlari bevosita kuzatildi. Bunda verbal va neverbal muloqot, baholovchi ishoralar, emotsional reaksiya va jamoaviy qaror qabul qilish jarayonlari tahlil qilindi.
- Yarim strukturaviy intervyular - murabbiylar va sportchilar bilan chuqur suhbatlar o'tkazildi. Intervyular yordamida individual yetakchilik tajribalari, motivatsion omillar va murabbiy-sportchi o'zaro munosabatlari o'rganildi.
- "Emotsional intellect" darajasini baholash - Salovey va Mayer modeliga asoslangan EQ testlar yordamida yetakchilarning empatiya, o'z-o'zini boshqarish va ijtimoiy ong darajalari aniqlandi.

3. Tanlov (sample) va statistik ishlov: tadqiqotda 5 ta professional sport jamoasidan jami 60 nafar ishtirokchi (40 nafar sportchi va 20 nafar murabbiy) jalb etildi. Respondentlarning yoshi 18–40 oralig'ida, tajriba darajasi 2 yildan 15 yilgacha bo'lgan. Ma'lumotlarga deskriptiv va inferensial statistik tahlil (korrelyatsion tahlil, chi-kvadrat testi) usullari qo'llanilib, SPSS dasturi orqali ishlov berildi.

4. Metodikaning innovatsion jihati: ushbu tadqiqotda metodik yondashuvning original jihati shundaki, klassik psixologik testlar bilan birga, videoanalitik va mikrosotsiometrik usullar birlashtirildi. Trening jarayonlari videoga olinib, keyinchalik raqamli ko'rsatkichlar asosida jamoaviy muloqot intensivligi va liderlik harakatlarining chastotasi baholandi. Bu esa natijalarni faqat subyektiv fikrlar emas, balki obyektiv ko'rsatkichlar orqali isbotlash imkonini berdi.

Metodologik model: Sport jamoalarida yetakchilik uslublarini o'rganish bo'yicha tizimli yondashuv

Tadqiqotning metodologik asoslari: tadqiqot ijtimoiy-psixologik yondashuv, kommunikativ yetakchilik nazariyasi, va guruhlararo munosabatlar psixologiyasiga asoslangan. Bunda sport jamoalaridagi yetakchilik uslublarining turlari, ularning guruh dinamikasiga ta'siri va shaxslararo munosabatlardagi o'rni tizimli tahlil qilinadi.

Tadqiqot ob'ekti va predmeti: Sport jamoalarida faoliyat yurituvchi sportchilar guruhi. **Predmeti**: Yetakchilik uslublarining sportchilar psixologik holatiga, motivatsiyasiga va jamoa ichki muhitiga ta'siri.

Model tuzilmasi.

Komponent	Mazmuni
Diagnostik bosqich	Sport jamoalarida mavjud yetakchilik uslublarini aniqlash uchun so'rovnoma va kuzatuv usullari qo'llaniladi.
Tahliliy bosqich	Yetakchilik uslublarining jamoaviy ishlashga va sportchilar motivatsiyasiga ta'siri o'rganiladi. Statistik tahlil (χ^2, t-test, korrelyatsion tahlil) qo'llaniladi.
Modellashtirish bosqichi	Samarali yetakchilik modelini ishlab chiqish. Rivojlantiruvchi trening dasturlari orqali yetakchilik ko'nikmalarini mustahkamlash.
Baholash bosqichi	Model samaradorligi eksperimental va nazorat guruhlari orqali sinovdan o'tkaziladi.

Tadqiqot metodlari.

- ***So'rovnoma*** (Likert shkalasi asosida) – sportchilar va murabbiylarning yetakchilik bo'yicha qarashlarini aniqlash.
- ***Intervyu*** – rasmiy va norasmiy yetakchilar bilan chuqur suhbatlar.
- ***Kuzatuv*** – treninglar va musobaqalar jarayonida real yetakchilik holatlarini aniqlash.
- ***Psixodiagnostik testlar*** – shaxsiy xususiyatlar va ijtimoiy ta'sirchanlikni baholash.
- ***Statistik tahlil*** – SPSS yoki Excel yordamida yig'ilgan ma'lumotlarni tahlil qilish.

Tadqiqot modeli asosida asosiy gipoteza: Sport jamoalarida moslashuvchan, kommunikativ va demokratik uslubdagi yetakchilik - sportchilar o'rtasidagi o'zaro ishonch, motivatsiya va jamoaviy muvaffaqiyat darajasini oshiradi.

Muhokama. Tadqiqot o'rganish natijalari sport jamoalarida mavjud yetakchilik uslublarining sportchilarning psixologik holati, jamoa ichki muhitining barqarorligi va umumiy samaradorlik darajasiga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatdi. Empirik kuzatuv va suhbatlar asosida aniqlanishicha:

1. Avtoritar uslub ostida faoliyat yuritayotgan jamoalarda intizom yuqori bo'lishiga qaramasdan, sportchilar orasida psixologik bosim, xavotir va ijodiy faollikning cheklanishi holatlari kuzatildi.

2. Demokratik yetakchilik mavjud bo'lgan jamoalarda esa sportchilarning o'zaro ishonchi, tashabbuskorligi va jamoaga daxldorlik hissi ancha yuqori bo'lib, bu ko'rsatkichlar sport natijalariga ijobiy ta'sir qildi.

3. Liberal yetakchilik uslubi jamoalarda tartibsizlik, mas'uliyatning pasayishi va sportchilar orasida ziddiyatlarning kuchayishi holatlarini yuzaga keltirgan. Bu uslub ko'proq passiv jamoalarda, murabbiy nazorati sust bo'lgan holatlarda uchradi.

4. Ishlab chiqilgan ijtimoiy-psixologik model asosida shuni ta'kidlash mumkinki, sport jamoasida samarali boshqaruv va ijobiy psixologik muhitni ta'minlash uchun demokratik va moslashuvchan avtoritar elementlar uyg'unlashtirilgan kompleks yondashuv samarali bo'ldi.

5. Tadqiqot davomida murabbiylar va sportchilar o'rtasidagi o'zaro munosabatlar, norasmiy liderlarning jamoa ichidagi ijtimoiy-psixologik rolini aniqlash ham muhim ahamiyat kasb etdi. Norasmiy liderlar ko'pincha demokratik muhitda ijobiy psixologik omil sifatida ishtirok etdi.

6. Statistika tahlili asosida yetakchilik uslubi va jamoa psixologik holati o'rtasida o'rta va yuqori darajadagi korrelyatsion bog'liqlik mavjudligi aniqlandi ($r \approx 0.68$).

Xulosa. Sport jamoalarida yetakchilik uslublarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini chuqur o'rganish shuni ko'rsatadiki, samarali boshqaruv nafaqat murabbiyning rasmiy pozitsiyasiga, balki uning shaxsiy sifatlari, jamoa ichidagi munosabatlar va norasmiy yetakchilarning ta'siriga ham bevosita bog'liqdir. Turli yetakchilik uslublari - avtoritar, demokratik va liberal yondashuvlar - sportchilarning motivatsiyasi, intizomi va jamoaviy natijalarga erishishida turlicha natija beradi. Tadqiqot o'rganish natijalari shuni ko'rsatdiki, jamoada ijobiy psixologik muhit yaratish, sportchilar orasida o'zaro ishonch va hurmatga asoslangan munosabatlarni shakllantirish yetakchining eng muhim vazifalaridan biridir. Ayniqsa, demokratik yetakchilik uslubi jamoaning samaradorligi, muvofiqlashtirilgan harakatlar va sportchilarning psixologik barqarorligini ta'minlashda samarali hisoblanadi. Ushbu maqola doirasida ishlab chiqilgan model sport jamoalaridagi ijtimoiy-psixologik jarayonlarni tahlil qilish, yetakchilik uslublarining natijalarga ta'sirini baholash va optimal boshqaruv usullarini aniqlashda ilmiy va amaliy asos bo'lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlasr ro'yxati.

1. To'xtayev, N. A. (2018). *Sport psixologiyasi*. – Toshkent: O'zbekiston Milliy ensiklopediyasi nashriyoti, 296 b.

2. G.O.Shaxbazova Methods of adapting preschool children to sports games// Asia pacific journal of marketing & management review ISSN: 2319-2836 Vol 11, Issue 10, 2022. C.89-95.

3. Karimov, N. (2016). *Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi*. – Toshkent: "Ilm Ziyo" nashriyoti, 248 b.

4. Mamatqulov, M. M. (2020). *Sportda boshqaruv va liderlik nazariyalari.* Monografiya. – Samarqand: SamDU nashriyoti, 210 b.

5. G.O.Shaxbazova Conditions and methods of teaching the theory of movement games and sports elements, taking into account the development of independence of preschool children//ISSN: 2319-2836 V 11, Issue 09, 2022. C.75-84

6. Rajabov, I. I. (2017). *Sport mashg'ulotlarini psixologik jihatdan tashkil etish.* – Toshkent: "Fan va texnologiya", 184 b.

7. Turg'unov, D. (2021). "Jamoaviy sport turlarida yetakchilik uslublarining samaradorligi" // *Ilmiy-amaliy jurnali "Jismoniy tarbiya va sport",* №4, 2021. – B. 45–50.

8. G. Shahbazova and A.Usmonov The importance of water hardening of preschool children//International journal of research in commerce, it, engineering and social sciences ISSN: 2349-7793. Volume: 16 Issue: 03 in March 2022. C.41-45

Usmonova Dilnoza Bahodir qizi
Buxoro xalqaro universiteti tadqiqotchisi

MAKTAB TA'LIMI TIZIMIDA PSIXOLOGIK XIZMATNI TASHKIL ETISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada maktab ta'lim tizimida psixologik xizmatni samarali tashkil etishda ijtimoiy-psixologik omillar tahlil qilingan. O'quvchilarning shaxsiy rivojlanishi, ijtimoiy moslashuvi, psixologik xavfsizligi va o'quv motivatsiyasiga ta'sir etuvchi omillar ilmiy-nazariy asoslarda yoritilgan. Shuningdek, psixologik xizmat faoliyatini takomillashtirishda zamonaviy yondashuvlar, diagnostika va korreksiya metodlari, hamkorlik munosabatlarining ahamiyati tadqiq qilingan.*

Kalit so'zlar: *maktab ta'lim tizimi, psixologik xizmat, ijtimoiy-psixologik omillar, diagnostika, korreksiya, rivojlanish.*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ В СИСТЕМЕ ШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация. *В данной статье анализируются социально-психологические факторы, влияющие на эффективную организацию психологической службы в системе школьного образования. Рассмотрены вопросы личностного развития учащихся, их социальной адаптации, психологической безопасности и учебной мотивации. Особое внимание уделено современным подходам в работе школьного психолога, диагностическим и коррекционным методам, а также значению сотрудничества педагогов, родителей и психолога.*

Ключевые слова: *система школьного образования, психологическая служба, социально-психологические факторы, диагностика, коррекция, развитие.*

SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS OF ORGANIZING PSYCHOLOGICAL SERVICES IN THE SCHOOL EDUCATION SYSTEM

Annotation. *This article analyzes the socio-psychological factors that influence the effective organization of psychological services in the school education system. It examines issues of students' personal development, social adaptation, psychological safety, and learning motivation. The study emphasizes modern approaches in psychological practice, diagnostic and correctional methods, as well as the importance of collaboration between teachers, parents, and school psychologists.*

Keywords: *school education system, psychological service, socio-psychological factors, diagnostics, correction, development.*

Kirish. Jahonda ijtimoiy farovonlikni ta'minlashga xizmat qiladigan, innovatsion usullar bilan qurollangan psixologik xizmatning tashkil etilishi bo'yicha zamonaviy strategiyaga asoslangan texnologiyalar amaliyotga tatbiq etilmoqda. Rivojlangan mamlakatlarda ta'lim muassasasi rahbarlarining psixologik kompetentligini o'rganish va shu asosida ularga psixologik xizmat ko'rsatish usullari ijtimoiy-psixologik tadqiqotlarning muhim yo'nalish sifatida amaliyotga joriy qilinmoqda. Birlashgan Millatlar Tashkilotining "Dunyomizning o'zgarishi: 2030 yilgacha bo'lgan davrda barqaror rivojlanish uchun Kun tartibi" dasturi hamda "Barqaror rivojlanish maqsadlariga erishish uchun taraqqiyot siyosatiga doir tadbirlarni har tomonlama joriy qilish, jadallashtirish va qo'llab-quvvatlash" (MAPS) yondashuviga asoslanib, boshqaruv tizimi uchun rahbar kadrlarni tanlash, tayyorlash, nomzodlarni bilim darajasini va malakasini oshirish bilan bog'liq shart-sharoitlarni yaratish hamda ularga ko'rsatiladigan psixologik xizmat usullarini takomillashtirish bo'yicha tadqiqotlar olib borilmoqda.

Ta'lim tizimida o'quvchilarning shaxsiy rivojlanishi va psixologik salomatligini ta'minlash bugungi kunda eng dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. O'zbekiston Respublikasida olib

borilayotgan keng ko'lamli ta'lim islohotlari jarayonida maktab psixologik xizmatini takomillashtirish muhim vazifalardan biri sifatida belgilangan. Psixologik xizmat maktab o'quvchilarining individual xususiyatlarini o'rganish, ularning qobiliyatlarini rivojlantirish, ijtimoiy moslashuvini ta'minlash, psixologik muammolarini bartaraf etishda yordam ko'rsatishga qaratilgan faoliyatni o'z ichiga oladi.

Maktab ta'limida psixologik xizmat samaradorligi, avvalo, ijtimoiy-psixologik omillarga bog'liq. O'quvchi va o'qituvchi munosabatlari, sinfdagi ijtimoiy muhit, oilaviy tarbiya, tengdoshlar guruhi ta'siri, maktabning psixologik iqlimi – bularning barchasi bolaning shaxs sifatida shakllanishida hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi.

Shu bois, mazkur maqolada maktab ta'lim tizimida psixologik xizmatni tashkil etishning ijtimoiy-psixologik omillari ilmiy-nazariy asoslarda tahlil qilinadi.

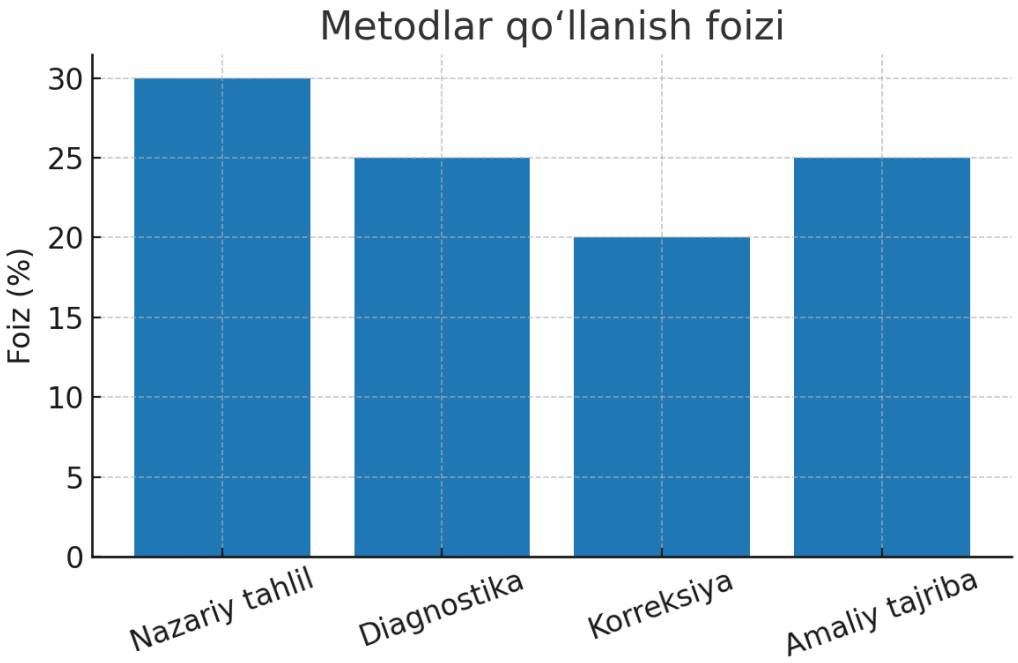
Metodologiya. Psixologik xizmat yo'nalishining nazariy-ilmiy va metodologik asoslari umumiy psixologiya fani shakllanishi bilan bog'liq uzoq tarixiy ildizlarga borib taqaladi. Albatta, psixologik xizmat jarayoni dastlabki psixologik tushunchalarning paydo bo'lish va rivojlanish davrlari bilan bevosita bog'liqdir. Shu nuqtai nazardan, psixologik xizmat fani xaqidagi dastlabki mushoxadalar eramizdan oldingi davr mutafakkirlari Fales (er.o.VII-VI asrlar), Aflotun (er.o.V-IV asrlar), Anaksimon (er.o. V asr), Geraklit (er.o. VI-V asrlar), Demokrit (er.o. V-IV asrlar), Epikur (er.o.V-IV asrlar) Galen (er.o. II asr) kabilar nazarida o'sha davr uchun muayyan ma'noda ilmiylik kashf etgan muloxazalarni o'z ichiga oladi.

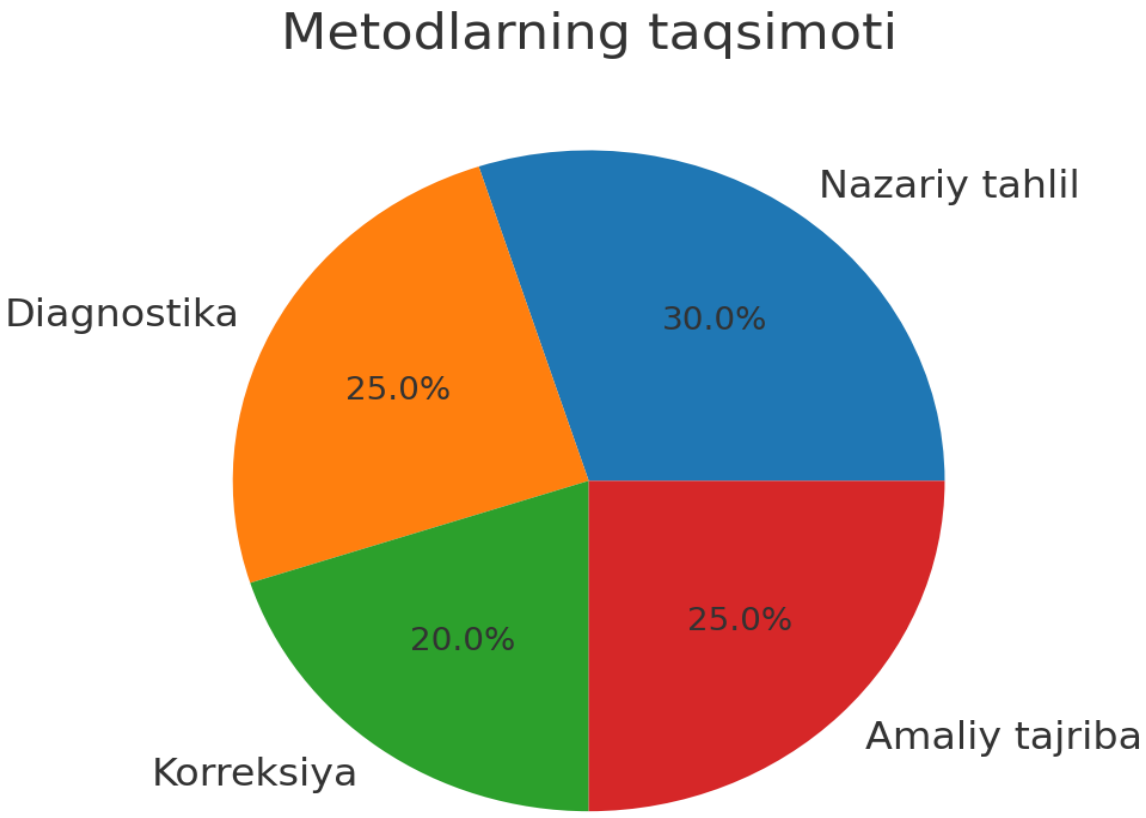
Qadimgi dunyoning bir muncha keyingi rivojlanish davrlarida xam tibbiyot, fiziologiya, fizika, mantiq kabi fanlar tizimidagi yangi kashfiyotlar inson psixologik xolatini adekvat tushunish va tavsif etish bo'yicha ilmiy yondashuvlarga asos solindi. Jumladan, rimlik shifokorlar Gippokrat (er.o. V asr), Galen (er.o. II asr), Demokrit (er.o. V-VI asr), Epikur (er.o. IV-III asr), Demokrit (er.o. V-IV asr), Sokrat (er.o. V-IV asr) kabi mutafakkirlarning mushoxadalari dastlabki psixologik xizmat tushunchalarining shakllanishiga turtki bo'ldi. Qolaversa dastlabki "psixika", "ong" tushunchalari tibbiy fiziologik bilimlar bilan bir muncha sayqal topdi. Ayni paytda, fransuz olimi R.Dekard (1596-1650) tomonidan individ xulq atvorining reflektorlik tabiatiga xos jixatlarning ilk bor kashf etilishi va uning keyinchalik rus olimlari I.S.Sechenov va I.P.Pavlovlar tomonidan o'ziga xos ilmiy asoslar bilan rivojlantirilishi insonning psixologik ta'sir doiralarini belgilashda muxim axamiyat kasb etdi. Asta-sekinlik bilan psixologik xizmat tarixida onglilik va ongsizlik masalalariga jiddiy oydinliklar kiritish tendensiyasi vujudga keldi. Jumladan, fan tarixida birinchi bo'lib ongsizlik psixikasi xaqidagi tushunchani ilgari surgan XVII asrdagi yirik nemis mutafakkiri Leybnis (1646-1716)ning ta'limotiga matematika, jumladan, integral va differensial xisoblar kashf etilishi ta'sir etgan edi. Unga ko'ra psixik xayot manzarasining arifmetik yig'indi tariqasida emas, balki integral tarzida namoyon etilishi tasavvurlarning uzluksiz chegaralanishi g'oyasiga tayangan xolda persepsiya (bevosita ongsiz idrok) ni appersepsiya (diqqat va xotirani o'z ichiga olgan anglanilgan idrok) dan farqlagan edi. Shu bilan birga u psixologiyaga juda ko'p yangiliklarni, eng avvalo, psixikaning faolligi, tabiati va uzluksiz rivojlanishi xamda psixikaning onglilik va ongsizlik ko'rinishlari o'rtasidagi murakkab nisbat xaqidagi g'oyani olib kirish bilan insonga psixologik xizmat ko'rsatish tizimiga yangicha qarashlar mavjudligini ko'rsatdi

Quyidagi jadvalda tadqiqot metodlari va ularning mazmuni keltirilgan:

Metod	Mazmuni
Nazariy tahlil	Psixologik xizmat va ijtimoiy-psixologik omillar bo'yicha manbalarni o'rganish
Diagnostika	So'rovnoma, test va kuzatish orqali o'quvchilarni baholash
Korreksiya	Trening, art-terapiya va individual mashg'ulotlar
Amaliy tajribalar	Maktab psixologlari faoliyatidan kuzatish va natijalarni umumlashtirish

Quyidagi diagrammalarda metodlarning qo’llanish foizi ko’rsatilgan.





Maktab ta’lim tizimida psixologik xizmatni tashkil etishda bir qator ijtimoiy-psixologik omillar mavjud. Birinchidan, o’quvchilarning individual psixologik xususiyatlarini hisobga olish talab etiladi. Ikkinchidan, sinf jamoasida sog’lom ijtimoiy muhitni yaratish psixolog faoliyatining muhim

yo'nalishidir. Uchinchidan, oilaviy muhit va ota-onalar bilan hamkorlik o'quvchilarning rivojlanishida katta rol o'ynaydi. Shuningdek, zamonaviy psixologik texnologiyalarni qo'llash orqali bolalarning ijtimoiy-psixologik moslashuvini samarali ta'minlash mumkin.

Maktab ta'lim tizimida psixologik xizmatni samarali tashkil etishda ijtimoiy-psixologik omillar hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. O'quvchi shaxsining ijtimoiy moslashuvi, psixologik xavfsizligi, motivatsiyasi va rivojlanishi maktabdagi umumiy psixologik muhit bilan bevosita bog'liqdir. Shu bois, psixolog, o'qituvchi va ota-onalarning hamkorligi, diagnostika va korreksiya metodlaridan foydalanish psixologik xizmat samaradorligini oshirishning asosiy yo'lidir.

Xulosa. Maktab ta'limi tizimida psixologik xizmatning ijtimoiy psixologik muammo sifatida o'rganilishi O'zbekistonda muayyan darajadagi psixologik bilimlarining bevosita amaliyotda ko'llanilishi va maxallada istiqomat qiluvchi xar bir shaxsning o'ziga xos ijtimoiy-psixologik istiqbollari ochib berishda muhim axamiyat kasb etadi. Chunki, insonni bilish va uning tashqi (real) hamda ichki (ideal) olamiga adekvat ta'sir ko'rsatish va shu ta'sirlar orqali uni boshqarish mumkinligi aniq bo'lsada, bu darajada turli xil ijtimoiy, iqdisodiy, ma'naviy va individual psixologiik manfaatlar mushtarakligiga ham alohida e'tibor berishga to'g'ri keladi. Ayni paytda har bir insonning shakllanishi unga hizmat ko'rsatuvchi tizimlarning to'laqonli ilmiy-amaliy salohiyatiga bevosita bog'liqdir. Shu ma'noda psixologik xizmat metodologiyasi o'zining shakllanishi va tuzilishiga ko'ra faqat insonga va uning betakror shaxs sifatidagi ijtimoiy-psixologik taraqqiyotiga bevosita hizmat qilishi bilan axamiyatlidir. Shu boisdan psixologik hizmatga bo'lgan ehtiyoj tobora ortib muayyan darajadagi dolzarblik kasb etmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Jalolov J. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2002.
2. Собирова Д.А. Тиббиёт ходимлари касбий компетентлигини психологик асослари. - Бухоро.: "Durdona", 2020. – 160 б.
3. Олпорт Г. Становление личности. Избранные труды. – М: Смысл, 2002 – 329 с.;
4. Терстоун Л.Л. Характер интеллекта.- М.:Педагогика, 1924.- 230 с.
5. Айзенк Г.Ю. Интеллект: новый взгляд // Вопросы психологии. 1995. М.:С. 111–131.

Xudaynazarov Tursunali Alinazarovich
Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy universiteti "Psixologiya" kafedrasi dosent
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
E-mail: tursunalihudajnazarov@gmail.com

ZAMONAVIY PEDAGOGIKA SOHASIDA RAG'BATLANTIRISH VA JAZOLASH USULLARINI QO'LLASH XUSUSIYATLARI

Annotasiya. *Zamonaviy pedagogikada ta'limning ba'zi usullarini qo'llashning o'ziga xosligi talabalar tomonidan amalga oshiriladigan faoliyatning xususiyatlarini hisobga olishni talab qiladi. Maqolada talabalar o'quv faoliyati samaradorligi misolida rag'batlantirish va jazolash usullari haqida savol ko'rib chiqiladi. Rag'batlar va jazolardan foydalanishdagi ziddiyatlar, shuningdek, ularning talaba yoshlariga ta'siri darajasi aniqlanadi.*

Kalit so'zlar: *rag'batlantirish, jazolash, ta'lim, ta'lim usullari va determinant.*

ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДОВ ПООЩРЕНИЯ И НАКАЗАНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ ПЕДАГОГИКЕ

Аннотация. *Специфика применения некоторых методов воспитания в современной педагогике требует учета особенностей деятельности учащихся. В статье рассматривается вопрос о методах поощрения и наказания на примере эффективности учебной деятельности учащихся. Выявлены противоречия в применении мер поощрения и наказания, а также степень их влияния на студенческую молодежь.*

Ключевые слова: *стимул, наказание, воспитание, методы воспитания, детерминанта.*

FEATURES OF THE APPLICATION OF ENCOURAGEMENT AND PUNISHMENT METHODS IN MODERN PEDAGOGY

Annotation*. The specifics of using some teaching methods in modern pedagogy require taking into account the characteristics of students' activities. The article examines the question of methods of encouragement and punishment on the example of the effectiveness of students' academic activities. Contradictions in the use of encouragement and punishment are revealed, as well as the degree of their impact on students.*

Keywords*: Incentives, punishments, education, educational methods, and determinants.*

Kirish. Rag'batlantirish va jazolash ta'limning barcha bosqichlarida pedagogik jarayonda har xil shakllarda qo'llanilgan eng qadimgi ta'lim usullaridan biridir. Ushbu usullarni qo'llash muammosi hozir ham dolzarb bo'lib qolmoqda, chunki, birinchidan, zamonaviy ta'lim ushbu usullarsiz amalga oshirilmaydi, ikkinchidan, zamonaviy hayot sharoitlari ushbu usullarni qo'llash uchun yangi yondashuvlarni talab qiladi, uchinchidan, bu usullar doimo dinamik ravishda o'zgaruvchan sharoitlarga muvofiqligi bilan ajralib turadi. Darhaqiqat, axir, ta'lim bu talabaning muhim kuchlarini ochib berishga, shaxsning ijobiy ijtimoiy va axloqiy fazilatlarini shakllantirishga, o'tgan avlodlar tajribasini o'zlashtirishga va u mavjud bo'lgan jamiyatning o'ziga xos ijtimoiy tomonlarini anglashga qaratilgan murakkab, ko'p qirrali jarayondir.

Asosiy qism. Hozirgi tarixiy bosqichda oliy ta'lim muassasalari zamonaviy fikrlash va faoliyat uslubiga ega bo'lgan yangi avlod odamlarini shakllantirishga chaqirilgan. Talabalarning xulqi, turmush tarzi talabaning ijtimoiy yuzidir. Har qanday yuksak axloqiy tamoyillar, eng zamonaviy bilimlar talabaning turmush tarzida aks ettirilmasa u keraksizdir. Bu jihatlar esa shaxsning ajralmas xarakteristikasi hisoblanadi. Shu munosabat bilan oliy o'quv yurtlarida ta'lim jarayonida yoshlarni tarbiyalash muammosi alohida e'tiborga loyiqdir.

Ta’limning zamonaviy haqiqatlaridagi ta’lim jarayonining mohiyati, bizning fikrimizcha, o’qituvchi va o’quvchining muloqot va jamoaviy faoliyatini kengaytirishdan iborat. Shubhasiz, ushbu jarayonning har ikkala doimiy elementlari va o’zgaruvchan sharoitlarga mos keladigan barcha tarkibiy qismlarning ajralmas dinamikasi, shu jumladan rag’batlantirish va jazolash fenomenini maqola muallifi talabalar o’quv faoliyatini samadorligini belgilovchi omili sifatida qaramoqda.

Pedagogika va psixologiyada qo’llaniladigan rag’batlar va jazolar masalasi, aniq ravshanligi bilan bir vaqtda, tashkil qilishda ham, amalga oshirishda ham, ularning ta’sir darajasini nazorat qilishda ham eng qiyin va ba’zan ziddiyatli masalalardan biridir. Rag’batlar va jazolarni qo’llashdagi ziddiyat, bir qarashda, aniq ko’rinib turibdi, chunki insonparvarlik talablaridan kelib chiqib, talaba jazolanishi mumkin emas, o’qituvchilar jazosi esa xo’rlik va haqorat elementini o’z ichiga olishi mumkin. Haqiqatda, ideal rasm har doim haqiqatdan farq qiladi va butun pedagogika va psixologiya tarixi - bu rag’batlantirish va jazolash usullarini qo’llash tarixidir, biz uni yaqin kelajakda to’liq bekor qilinishida emas, balki uni takomillashtirishda ko’ramiz.

Rag’batlantirish va jazolash usulini qo’llashdagi ziddiyat nafaqat ularning tarkibidagi turli yo’nalishlarda, balki ko’p hollarda, o’qimishli kishining unga berilgan rag’batlar va talablar bilan ichki kelishmovchiligi tufayli ba’zan, ko’p marta kuchayadi. Bundan tashqari, kelishmovchiliklar jazo va rag’batning shakli va darajasiga ishora qilishi mumkin. Nomutanosib, ma’lumotli kishilarning fikriga ko’ra, rag’batlantirish u tomonidan qabul qilinishi mumkin, ba’zida ba’zi jazolardan ko’ra salbiyroq shaklda. Talabaga tadbiq etiladigan ta’sirni idrok etishga ushbu ta’sirni talabaning yaqin atrof-muhiti (sinfdoshlar, do’stlar, qarindoshlar) tomonidan baholanishi katta ta’sir ko’rsatishi mumkin, ammo bu, shubhasiz, o’z qadr-qimmati, tanqidiy fikrlash va shaxsiyati rivojlanishining ko’rsatkichidir.

Talabani universitetda o’qitishning asosiy vazifasi bilim va kasbiy mahoratning yig’indisini olishdir, ularni o’zlashtirish darajasi asosan rag’batlar va jazolarni qo’llash bilan belgilanadi, ular asosan testlarda yoki imtihonlarda baholarda ifodalanadi. Ushbu rag’bat va jazolash shakli juda radikal, chunki u kamdan kam qo’llaniladi, yiliga atigi ikki marta. Ta’lim jarayonida qo’llaniladigan baholash va reyting tizimi rasmiy baholash orqali o’quvchilarning xatti-harakatlariga tuzatuvchi ta’sir ko’rsatish chastotasini sezilarli darajada oshirishi mumkin. Shunga qaramay, talabalarga ta’sir ko’rsatishning ushbu shakli ham ba’zida ushbu usulni qo’llash ehtiyojini qondirmaydi. Turli xil pedagogik vaziyatlar bir xil darajada katta miqdordagi rag’bat va jazo arsenalini talab qiladi, ularning faqat ahamiyatsiz qismi me’yoriy hujjatlar bilan belgilanadi. Boshqa hollarda va ularning aksariyat qismida, o’qituvchi rag’batlantirish va jazolarni qo’llash uchun o’ziga xos uslubiy metodlardan foydalanadi, bu asosan uning ishini muvaffaqiyati va samaradorligini belgilaydi.

Har qanday faoliyatning o’ziga xos xususiyatlarini hisobga olish uning samaradorligiga ta’sir qiladi, shubhasiz, ushbu qoida uni amalga oshirish uchun o’ziga xos talablarga ega bo’lgan psixologiyaga xam bu jihat tegishli xolda mavjudligi ko’zga tashlanadi.

Talabalar o’quv faoliyati samaradorligini oshirishda bilish sifatlarini rivojlantirish, anglash qobiliyatlarini shakllantirish va zarur bilimlar miqdorini egallash, o’zaro bog’liq va ular faqat shu shaklda kerakli natijani berishi mumkin. Harakat mahoratini shakllantirishdagi sezilarli o’zgarishlarga ba’zida nafaqat mashaqqatli mehnat, balki ko’p vaqt sarflash bilan ham erishiladi, ammo bilish sifatlarni o’zgartirish uchun bundan ham ko’proq vaqt va kuch talab etiladi. Yaxshilash darajasi, ushbu yo’nalishda qilingan ish uchun rag’bat sifatida yoki aksincha, etarli bo’lmagan harakatlar uchun jazo sifatida qabul qilinishi mumkin. Ushbu rag’batlantirish yoki jazolash turi, ba’zan juda ahamiyatsiz, ammo mashg’ulotning uzoq bosqichi natijalariga ko’ra samarali tuzatuvchi ta’sirga yoki ma’lum bir faoliyatga kerakli qiziqishni saqlab qolish ta’siriga ega bo’lmaydi.

Nafaqat turli xil rag’bat va jazolarga bo’lgan ehtiyoj aniq, balki vaqtinchalik omil ham ahamiyatli bo’lib, ba’zan birinchi o’ringa chiqadi, ya’ni, vaqt omili. Ko’rib chiqilayotgan usulni o’z vaqtida qo’llash mashg’ulotning ma’lum bir lahzasida eng maqbul foydalanish bilan eng ijobiy samarani ham berishi mumkin, agar u ta’lim ta’sirining maqbul vaqt oralig’i kuzatilmasa.

O’quv faoliyatida talabalarni barcha bosqichlarda doimiy ravishda rag’batlantirish, ularning ishlarini turli parametrlarini nazorat qilish va baholash foydalidir. Shu sababli, ta’lim tizimi jismoniy

mashqlar bilan organik ravishda to'ldirilgan insonning ma'naviy dunyosi bilan ishlashdan boshlanishi kerak.

Ta'lim muassasalarida har xil rag'bat turlari qo'llaniladi, darslarda eng ko'p uchraydiganlar: maqtash, minnatdorchilik, turli xil mukofotlar (diplom, medal, sovrin, ijtimoiy e'tirof va boshqalar). Mehnat amaliyotida kurslararo musobaqalashish, zakovat o'yinlarini o'tkazish, fan olimpiadalarida ishtirok etish. Talabalarga darslarda rag'batlantirish va jazolarni tanlash va ulardan foydalanishning o'ziga xos xususiyati katta, muhim tarbiyaviy ta'sir ko'rsatish hisoblanadi. Agar pedagog talabalarga faoliyatni baholashning barcha mezonlarini tushuntirsa, bu nafaqat natijani, balki unga erishishning ma'lum bir uslubining xususiyatlarini, ma'lum bir davr uchun ko'rsatkichlar dinamikasini va boshqalarni hisobga oladi, shundagina u yaxshi natija beradi. Pedagogning har bir talabaga munosabati qanchalik ko'p, e'tiborli bo'lsa, u rag'batlantirish yoki jazolash usullarini qanchalik adolatli taqsimlasa, uning amalga oshirgan harakatlarini qanchalik ob'ektiv baholasa, talabalar jamoasida shuncha tez va mustahkam do'stona munosabatlar o'rnatiladi, mikrososial talabalar muhitida integrasiya darajasi shunchalik yuqori bo'ladi.

Ba'zilarni rag'batlantirish, ma'lum bir tarzda, boshqalarga jazo sifatida qabul qilinishi mumkin va aksincha. Rag'batlantirishning yana bir elementini ko'rib chiqaylik, masalan, darslarga kechikmaydigan, topshiriqlarni o'z vaqtida bajaradigan, darslarga aniq tayyorlanadigan, ma'naviy-ma'rifiy tadbirlarda ham doimo tayyor. Kundalik tartibini kuzatadigan, ijtimoiy tadbirlarni o'tkazib yubormaydigan talaba – bu ideal, aslida talaba shunday bo'lishi kerak edi. Ammo, ba'zilari yoshlikning g'ayratidan ko'ra erinchoqlik, uyquchilik va dangasalikka moyil bo'ladi. Bunday sharoitda iloji boricha ko'proq rag'batlantirish va jazoni qo'llashga to'g'ri keladi. Bunda kamchiliklarni doimo qayd etib borish, jazo metodlaridan unumli foydalanish, kamchiliklarini qayd etish zarur.

Olimlar tomonidan ko'rsatilgan pedagogik usullardan foydalanishda o'quvchining individual xususiyatlarini (xarakter xususiyatlari, temperament xususiyatlari, shaxsning hissiyligi va boshqalar) hisobga olish zarur va majburiy bo'lib qoladi. Turli talabalarga nisbatan qo'llaniladigan bir xil rag'batlar yoki jazolar nafaqat kuchli, balki ba'zida qarama-qarshi ta'sirga ham ega bo'lishi mumkin. Ambisial ambisiyalarga ega bo'lmagan, jismoniy qobiliyatlariga shubha qiladigan, uyatchang, va o'ziga ishonmaydigan talabalar, ayniqsa, rag'batlantirishga muhtojdir. Ular, masalan, darslarda iloji boricha muntazam vazifalarni to'g'ri bajaradi, ammo muvaffaqiyatga erisha olmaydilar. Bunday vaqtda uning xatti-harakatlari maqtovga sazovor bo'lgan baho berish, ularning o'quv faoliyati davomida o'z kuchlariga bo'lgan ishonchini kuchaytiradi, ularni ijtimoiy, axloqiy rivojlanishning yangi darajasiga ko'taradi. Shu bilan birga, sog'liqni saqlash holatini, harakat qobiliyatlari va ko'nikmalarini o'zlashtirish darajasini ruhlantiradi. [4]. Ushbu talab, sanab o'tilgan ko'rsatkichlar uchun mutlaq qiymatlar har doim ham dastur materialini o'zlashtirishda ishlarning haqiqiy holatini aks ettirmasligi bilan belgilanadi. Ro'yxatdagi ko'rsatkichlarning o'zgarishi dinamikasini, ya'ni talabaning o'quv faoliyatini tavsiflovchi o'quv faoliyatini barcha tarkibiy qismlarini takomillashtirish intensivligini baholash va qayd etish ancha muhimdir.

Xulosa. Talabalar uchun rag'batlantirish har doim ustuvor vazifa ekanligi aniq, ularni olish hatto munosib jazodan ko'ra ancha yoqimli. Pedagog rag'batdan foydalanishda ham va shu kabi jazolashda ham ehtiyot bo'lishi kerak. Talaba faqat o'quv muassasasi qoidalarini bajarish uchun yoki kundalik vazifalari, haqiqiy muvaffaqiyatlari uchun rag'batlantirilishi kerak. Haddan tashqari rag'batlantirish, talaba, o'qituvchi, jamiyat faoliyati uchun zarur bo'lgan, majburiy ravishda rag'batlantirish mutlaqo teskari ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ushbu rag'batlantirish, ta'lim nuqtai nazaridan, rag'batlantiruvchilar uchun ham, ularning atrof-muhiti uchun ham halokatli. Rag'batlantirish bilan talabaning haqiqiy o'zgarishlari, yutuqlari va harakatlari qayd etiladi, shunda rag'batlantirish talabaning xulq-atvorini yaxshilashga qaratilgan bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Garina O.G., Milexina I.A., Kadushina V.A. Sosialno-ekonomicheskaya znachimost zanyatiy fizicheskoy kulturoy i sportom// Nauka i obshestvo. 2018. № 3 (32). S. 125 – 129.
2. Milexina I.A., Milexin A.V. Zdorovesberegayushaya deyatelnost studencheskoy molodeji// V sbornike: Aktualnie problemi i perspektivi razvitiya fizicheskoy kulturi i sporta v visshix uchebnix zavedeniyax Minselxoza Rossii. Sbornik statey Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferensii. 2016. S.286-290.
3. Milexin A.V., Milexina I.A., Skosireva E.N., Tarasov V.A. Vospitanie dissiplinirovannosti na zanyatiyax fizicheskoy kulturoy kak rezultat kompleksnogo vozdeystviya// V sbornike: Aktualnie problemi vospitaniya v obrazovatelnom prosesse vuza. Sb. statey Mejvuzovskoy nauchno-prakticheskoy konferensii. 2017. S.15-19.
4. Konovalova M.P., Milexina I.A., Garina O.G., Kadushina V.A., Cherevishnik N.N., Eroxina N.A., Vasekin Yu.I., Kalmikov I.S. Povishenie fizicheskogo statusa studencheskoy molodeji na osnove Vserossiyskogo kompleksa GTO. Saratov, 2018.

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

IJTIMOIY FAOLLIKNI OSHIRISHDA XOTIN-QIZLARNING O'ZIGA BO'LGAN ISHONCHINI MUSTAHKAMLASHNING PSIXOLOGIK USULLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini oshirishda psixologik yondashuvlarning roli va samaradorligi tahlil qilingan. Shaxsiy ishonch darajasi, motivatsiya va ijtimoiy stereotiplar bilan kurashish metodlari asosida amaliy tavsiyalar berilgan. Ayollarni faol va mustaqil shaxs sifatida shakllantirishda treninglar, psixologik mashg'ulotlar va reflektiv usullarning ahamiyati ochib berilgan.*

Kalit so'zlar: *xotin-qizlar, ijtimoiy faollik, psixologik ishonch, motivatsiya, stereotiplar, trening, shaxsiy o'sish, psixologik usullar.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ УКРЕПЛЕНИЯ УВЕРЕННОСТИ ЖЕНЩИН В СЕБЕ В ПОВЫШЕНИИ ИХ СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Аннотация. *В данной статье анализируется роль и эффективность психологических подходов в повышении социальной активности женщин. Даны практические рекомендации на основе уровня личной уверенности, мотивации и методов борьбы с социальными стереотипами. Раскрыто значение тренингов, психологических занятий и рефлексивных методов в формировании женщин как активных и самостоятельных личностей.*

Ключевые слова: *женщины, социальная активность, психологическая уверенность, мотивация, стереотипы, тренинг, личностный рост, психологические методы.*

PSYCHOLOGICAL METHODS OF STRENGTHENING WOMEN'S SELF-CONFIDENCE IN ENHANCING SOCIAL ACTIVITY

Abstract. *This article analyzes the role and effectiveness of psychological approaches in increasing the social activity of women. Practical recommendations are given based on the level of personal confidence, motivation, and methods of combating social stereotypes. The importance of trainings, psychological training, and reflexive methods in the formation of women as active and independent individuals has been revealed.*

Keywords: *women, social activity, psychological trust, motivation, stereotypes, training, personal growth, psychological methods.*

Kirish. Ijtimoiy faollik har bir jamiyat a'zosining o'z hayotida, oilasida va atrof-muhitda faol ishtirok etish darajasini ifodalaydi. Ayollar jamiyatning muhim bo'g'ini sifatida ko'plab sohalarda faol ishtirok etmoqda, biroq ularning ijtimoiy faolligini oshirish yo'lida hali yechimini kutayotgan masalalar mavjud. Aksar hollarda, xotin-qizlarning o'ziga bo'lgan ishonchi pastligi ularning tashabbus ko'rsatishiga to'sqinlik qiladi. Bu ishonchsizlik ijtimoiy stereotiplar, madaniy cheklovlar va shaxsiy tajribalar bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Shu sababli, ularni qo'llab-quvvatlash, psixologik yordam ko'rsatish va ongli yondashuv zarur hisoblanadi. Ayollarni faollikka undashda ularning ichki resurslarini ochib berish muhim o'rin tutadi. Shaxsiy ishonch ortidan keladigan kuch ayolni nafaqat o'z hayotida, balki jamiyatda ham faol ishtirok etishga undaydi. Ijtimoiy jarayonlarda ishtirok etish orqali ayollar o'z imkoniyatlarini kashf etadi va yangi ko'nikmalarni egallaydi. Bu esa jamiyatda tenglik va taraqqiyot sari muhim qadam bo'lib xizmat qiladi. Shuning uchun xotin-qizlarning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlash psixologik jihatdan alohida yondashuvni talab etadi.

Psixologik yondashuv orqali ayollarning ichki imkoniyatlarini aniqlash va ularni faollikka undash ancha samarali bo'ladi. Har bir insonning ruhiy holati uning tashqi dunyoga qanday munosabatda bo'lishini belgilaydi. Ayol o'zini qadrlasa, o'z fikrini erkin bildira olsa, bu holat uning faol hayot tarziga ijobiy ta'sir qiladi. Ammo bunday natijaga erishish uchun avvalo ularni tinglash, tushunish va qo'llab-quvvatlash zarur. Psixologik usullar yordamida ularning o'ziga nisbatan ijobiy munosabatini shakllantirish mumkin. Treninglar, suhbatlar, guruhiy mashg'ulotlar bu borada samarali vosita bo'la oladi. Bu jarayonlarda ayollar o'z qobiliyatlarini kashf etadi va o'z-o'ziga bo'lgan ishonchi oshadi. Tashqi muhitdan keladigan salbiy ta'sirlarni kamaytirish va ichki kuchni tiklash yo'lida psixologik yordam katta rol o'ynaydi. Natijada, xotin-qizlar o'z hayotlari uchun mas'uliyatni o'z zimmasiga olishni boshlaydi. Bu esa ularning jamiyatda faol bo'lishiga zamin yaratadi.

Xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini oshirishda ularning ijtimoiy rolini qayta ko'rib chiqish zarur. Ular faqatgina oila doirasida emas, balki siyosiy, iqtisodiy va madaniy sohalarda ham faol bo'lishlari lozim. Jamiyatdagi mavjud stereotiplar esa ko'pincha ularning imkoniyatlarini cheklab qo'yadi. Shunday sharoitda psixologik tayyorgarlik orqali ayollarga ichki kuch bag'ishlash kerak. Ularni o'z fikrini bildirishga undash, tashabbus ko'rsatishga rag'batlantirish katta ahamiyatga ega. Psixologik yondashuvlar orasida motivatsion texnikalar, ijtimoiy rol o'yinlari va o'zini anglashi bo'yicha mashg'ulotlar yaxshi natija beradi. Bu vositalar orqali ayollar o'zlarini jamiyatda muhim shaxs sifatida his qila boshlaydi. Ayolning o'ziga bo'lgan ishonchi ortgach, u faol qaror qabul qiluvchi darajaga yetadi. Shu tarzda ijtimoiy hayotda faol ishtirok etuvchi ayollar safi kengayadi. Natijada, jamiyatda barqarorlik va tenglik tamoyillari mustahkamlanadi.

Yuqoridagi maqsadlarga erishishda psixologik metodlarning individual va guruhiy shakllari qo'llanilishi mumkin. Har bir ayolning o'ziga xos psixologik holati bo'lishi sababli, yondashuvlar ham moslashtirilgan bo'lishi kerak. Individual yondashuvlarda shaxsiy suhbatlar, psixologik diagnostika va maslahatlar yordam beradi. Guruhiy shakllarda esa ayollar o'zaro fikr almashish orqali ruhiy yengillikka erishadilar. Bu esa o'z navbatida, ularning bir-biridan kuch olishiga va ijtimoiylashtirish jarayonini tezlashtirishga yordam beradi. Treninglar davomida ayollar o'zining ijtimoiy qobiliyatlarini rivojlantirish imkoniga ega bo'ladi. Mashg'ulotlarda ishtirok etish orqali ular hayotga faol munosabat bildirishni o'rganadi. Psixologik usullar yordamida o'ziga ishonch uyg'otilgan ayollar jamiyatda yangicha rol egallaydi. Bu esa ularni ijtimoiy o'zgarishlarga ta'sir ko'rsata oladigan kuchli shaxslar darajasiga olib chiqadi. Shu sababli, ayollar bilan ishlashda psixologik yondashuvlar uzluksiz va tizimli tarzda olib borilishi lozim.

Xulosa qilganda, xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini oshirish masalasi bugungi kunda dolzarb sanaladi. Bu jarayonda eng muhim omillardan biri ularning o'ziga bo'lgan ishonch darajasini oshirishdir. O'ziga ishongan ayol hech qanday to'siqlardan cho'chimaydi va har qanday vaziyatda mustaqil fikr yurita oladi. Psixologik usullar esa bu ishonchni uyg'otishda samarali yo'l hisoblanadi. Har bir ayol o'z hayotida faol bo'lishi uchun avvalo o'zini anglash va qadrlashni o'rganishi kerak. Bu borada mutaxassislarning yordami, jamiyatning qo'llab-quvvatlashi va ijobiy muhit yaratilishi muhim ahamiyat kasb etadi. Psixologik yordam ayollarni ruhiy jihatdan tayyorlab, ularning jamiyatga qo'shilishiga turtki beradi. Shu orqali nafaqat ayolning hayoti, balki butun jamiyat rivojlanadi. Faol va ishonchli ayollar kuchli oilani, sog'lom jamiyatni va barqaror kelajakni ta'minlaydi. Shunday ekan, ayollar bilan psixologik ishlash jamiyat uchun sarmoya sifatida qaralishi lozim.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Rossiyalik mashhur psixolog Lev Vygotskiyning sotsiokultural nazariyasida shaxsning rivojlanishi jamiyat bilan o'zaro aloqada shakllanishi asosiy o'rinda turadi. U insonning psixologik rivojini ijtimoiy muhitga bog'liq holda tushuntiradi. Bu yondashuvga ko'ra, xotin-qizlarning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlash uchun ular ijtimoiy faollik muhitiga jalb qilinishi lozim. Ularni faol muhitga kiritish orqali ichki ishonch darajasi ortadi, chunki ular o'zini foydali va qadrlangan his eta boshlaydi. Vygotskiy "yaqin taraqqiyot zonasi" tushunchasini kiritgan bo'lib, bunda inson o'z-o'zidan emas, balki boshqalarning ko'magida o'sadi. Ayollarni motivatsiyalovchi, ilhomlantiruvchi guruhlarda ishtirok ettirish ana shu zonani faollashtiradi. O'ziga bo'lgan ishonch jamiyatdan kelayotgan tasdiq orqali shakllanadi, bu esa ularning ijtimoiy ishtirokini rag'batlantiradi. Vygotskiyning qarashlari asosida qurilgan psixologik

mashg'ulotlar va treninglar ayollarni o'z kuchiga ishontiradi. Bu uslubda bilim va ijtimoiy ko'nikmalar o'zaro aloqador holda rivojlanadi. Shu sababli, ayollarning ijtimoiy faolligini oshirishda bu nazariya muhim manba bo'lib xizmat qiladi.

Boshqa mashhur rus olimi Aleksey Leontyevning faoliyat nazariyasi ham bu borada alohida e'tiborga loyiq. Unga ko'ra, insonning ruhiy holati va ijtimoiy faoliyati uzviy bog'liqdir, ya'ni faoliyatning o'zi shaxsiy o'sishning asosi hisoblanadi. Leontyev inson faoliyatini maqsadli, ijtimoiy ahamiyatli va anglangan holatda ko'radi. Ayollar o'zlariga ishona boshlashi uchun ularni samarali faoliyatga jalb etish zarur. Bu faoliyat orqali ular o'zini jamiyatda muhim shaxs sifatida his qiladi. Leontyevning fikricha, har qanday psixologik o'zgarish faoliyat natijasidir. Shuning uchun xotin-qizlarni faollikka jalb qilish orqali ularning ichki ishonchi mustahkamlanadi. Psixologik jihatdan faoliyatni muvaffaqiyat bilan bajargan ayol o'zini qadrliroq his qiladi. Bu esa keyingi bosqichda ijtimoiy jarayonlarda erkin qatnashishga undaydi. Shunday qilib, Leontyevning faoliyat nazariyasi ayollarni ijtimoiy faol bo'lishga psixologik tayyorlashda asosiy tayanchlardan biridir.

Sergey Rubinshteynning shaxs va faoliyat birligi haqidagi nazariyasi ham bu mavzuga chuqur yondashish imkonini beradi. Rubinshteyn inson faoliyatini shaxsiy o'zgarish va taraqqiyot manbai deb hisoblagan. Unga ko'ra, inson o'zini faoliyatda kashf etadi, aynan shu jarayonda o'ziga bo'lgan ishonchi shakllanadi. Xotin-qizlar ijtimoiy jarayonlarda bevosita ishtirok etar ekan, ular o'z salohiyatlarini yuzaga chiqaradi. Rubinshteyn shaxsni faoliyatdan ajralmas deb bilgan, bu esa ayollarning o'zini jamiyatda topishida muhim rol o'ynaydi. Shaxsiy faollik orqali ayol o'ziga nisbatan ishonchliroq qaraydi va tashqi muhitga moslashuvchan bo'lib boradi. U psixologik yondashuvda o'zgarishlarni tashqi stimullar emas, ichki ehtiyojlar orqali izohlashga harakat qilgan. Bu esa o'zini anglash, o'zini qadrlash kabi muhim komponentlarni rivojlantirishni taqozo etadi. Shuning uchun, Rubinshteynning qarashlari xotin-qizlarning psixologik holatini chuqur anglash va ularni faol hayotga jalb etishda muhim vosita bo'la oladi.

Viktor Franklning ma'noli hayot haqidagi yondashuvi ham bu mavzuga bevosita aloqador. Frankl inson hayotida ma'no qidiradi va topadi, bu esa uning psixologik barqarorligini ta'minlaydi. Ayollar hayotida ma'noli faoliyatga ega bo'lish ularda ichki ishonchni mustahkamlashga xizmat qiladi. Franklning fikricha, inson maqsad sari intilsa, u o'z ichki resurslarini to'la ishga soladi. Xotin-qizlar hayotida aniq vazifa va mas'uliyatlar bo'lishi, ularni kuchliroq qiladi. Ma'no anglangan hayotda ishtirok etayotgan ayol o'zini zarur va muhim deb biladi. Bu esa ijtimoiy faollikka olib keladigan kuchli psixologik tayanch hisoblanadi. Frankl shuningdek, har qanday og'ir holatda ham ma'no topishni taklif etadi, bu esa ayollarga qiyinchiliklarga bardosh berishda yordam beradi. Uning logoterapiya konsepsiyasi ayollarni ruhiy jihatdan kuchliroq qilishda qo'llanilishi mumkin. Shu asosda ijtimoiy faollik psixologik barqarorlik bilan chambarchas bog'liqligi yana bir bor tasdiqlanadi.

Natalya Bekhtereva kabi olimalarning miya faoliyati va psixologik holat orasidagi bog'liqlikni o'rganishga qaratilgan izlanishlari ham bu mavzuga tegishli. U inson miyasi imkoniyatlarini chuqur o'rganib, ruhiy salomatlik va faoliyat o'rtasidagi aloqani ko'rsatgan. Ayollar o'zini faollikda sinagan sari, ularning miyaviy faolligi ham ortadi, bu esa ichki ishonchga turtki beradi. Bekhtereva shaxsiy motivatsiyani ong va emotsiya bilan bog'lagan holda tushuntirgan. Shuning uchun ayollarda ijtimoiy ishtirok faqat tashqi emas, balki miya faoliyati orqali ham qo'llab-quvvatlanadi. U shaxsiy taraqqiyotning asosi sifatida ijobiy kayfiyat, mustahkam iroda va ruhiy sog'lomlikni ajratib ko'rsatgan. Bu nazariy qarashlar xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini oshirishda ilmiy asosli yondashuvlarga ehtiyoj borligini ko'rsatadi. Ayollar ongli faoliyatga kirishganida ular o'zini yaxshi his qilishadi va bu holat ishonchni oshiradi. Psixologik sog'lomlik esa ularning jamiyatdagi o'rnini barqarorlashtiradi. Bekhtereva nazariyasi ayollarda ruhiy barqarorlikni saqlab qolish uchun ijtimoiy qo'llab-quvvatlash zarurligini ta'kidlaydi.

Boris Lomov tomonidan ilgari surilgan psixologik aloqalar nazariyasi ijtimoiy faollik va o'zaro muloqotning ahamiyatini ochib beradi. Unga ko'ra, inson jamiyatda muloqot orqali rivojlanadi va o'zini anglaydi. Xotin-qizlar o'zaro muloqotda qatnashgan sari, o'z fikrini bildirish va o'zini ifodalash imkoniyatiga ega bo'ladi. Bu esa o'z-o'ziga ishonch hosil qilishning psixologik asosi sanaladi. Lomov muloqotni shaxsiy rivojlanishning markaziy elementi sifatida ko'radi. U muloqot orqali

shaxsiy fikrlar shakllanishi, hissiy barqarorlik paydo bo'lishini asoslab bergan. Ayollar o'rtasidagi ijobiy muloqot ularda birdamlik hissini kuchaytiradi va ruhiy barqarorlikni ta'minlaydi. Muloqotda faollik ortgan sayin, ayollar jamiyatda o'z o'rnini topishadi. Bu esa ularning ijtimoiy ishtirokini yanada faolroq qiladi. Shu bois, Lomov nazariyasi asosida yaratilgan guruhiy psixologik treninglar yuqori samara beradi.

Shu bilan birga, Daniil Elkonin tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy rol nazariyasi ham bu yo'nalishda muhim o'rin tutadi. Elkonin bolalikdagi ijtimoiy rollarni o'rganish orqali shaxsning rivojlanishida tajribaning ahamiyatini ko'rsatgan. Ayollar ham hayot davomida turli ijtimoiy rollarni bajarish orqali o'zlariga nisbatan ishonch hosil qiladi. Bu rollar ichida ona, rahbar, xodim yoki jamoa a'zosi bo'lishi mumkin. Har bir yangi rol ularga yangi tajriba va yangi psixologik holat olib keladi. Bu esa shaxsiy o'sishni ta'minlaydi va o'ziga bo'lgan ishonchni mustahkamlaydi. Elkoninning fikricha, ijtimoiy rol muvaffaqiyatli bajarilgan sari, shaxs o'ziga ishonchliroq bo'lib boradi. Ayollarga turli rollarni sinab ko'rish imkonini berish ularning ichki dunyosini boyitadi. Shu orqali ular o'z qobiliyatlarini anglaydi va ijtimoiy hayotda faolroq bo'lishadi. Elkonin nazariyasi asosida yaratilgan metodikalar ayollarni faol va barqaror shaxs sifatida shakllantirishga xizmat qiladi.

Muhokama. Xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini oshirish masalasi hozirgi jamiyatda dolzarb bo'lib, ularning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlash bu yo'nalishdagi asosiy muammolardan biridir. O'ziga ishongan ayol jamiyatda faol harakat qiladi, o'z nuqtai nazarini bildiradi va turli tashabbuslarda qatnashishga intiladi. Biroq, ko'plab ayollar o'z salohiyatini to'liq anglab yetmasdan, ijtimoiy hayotdan chetlashgan holda yashashadi. Bu holatga sabab bo'luvchi omillar qatoriga tarbiya, stereotiplar, ruhiy bosimlar va o'zini qadrlashdagi muammolar kiradi. Psixologik yondashuvlar orqali ushbu holatni yumshatish va ayollarda o'ziga bo'lgan ijobiy munosabatni shakllantirish mumkin. Chunki psixologik usullar ichki dunyoni tartibga solish, o'z imkoniyatlarini to'g'ri baholash va o'z-o'zini motivatsiyalashga xizmat qiladi. Shu nuqtai nazardan, psixologik yordam faqat muammolarni hal qilish emas, balki yangi imkoniyatlarni ochish vositasi sifatida ko'riladi. Ayniqsa, ijtimoiylashuv jarayonida ayollarni qo'llab-quvvatlash va psixologik jihatdan ruhlantirish ularning jamiyatga integratsiyasini tezlashtiradi. Bu esa o'z navbatida ijtimoiy barqarorlik va jamoaviy taraqqiyotga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Demak, bu yo'nalishdagi muhokama chuqur va ko'p qirrali bo'lishi lozim.

Psixologik ishonch shakllanishida avvalo shaxsiy identifikatsiya, ya'ni ayolning o'zini anglashi muhim bosqich hisoblanadi. Ayol kishi o'z qadr-qimmatini anglashi va o'z imkoniyatlarini tushunishi orqali ichki motivatsiyaga ega bo'ladi. Psixologik mashg'ulotlar va treninglar bu jarayonda yordamchi rol o'ynaydi. Ularda ayollar o'z qobiliyatlarini sinab ko'rish, o'z fikrini ochiq ifoda etish va guruh ichida o'zini namoyon etish imkoniga ega bo'ladi. Bu esa o'z-o'zini qadrlash darajasini oshiradi. Ayol o'zini jamiyatga kerakli shaxs sifatida his qilgan sari, ichki ishonch ham ortib boradi. O'zini qadrlash kuchaygan sari, u tashqi bosimlarga kamroq beriladi va mustaqil qarorlar qabul qilishga tayyor bo'ladi. Psixologlar bu borada aynan guruhiy psixoterapiya usullarini taklif etadilar. Chunki guruhda fikr almashish, tengdoshlarning yordami va ijobiy fikrlar ayollarning ruhiyatiga kuchli ta'sir qiladi. Shu sababli, ijtimoiy faollikni oshirish psixologik yondashuvlar bilan chambarchas bog'liqdir.

Muhokamaning yana bir muhim jihati - ijtimoiy stereotiplardan xalos bo'lish masalasidir. Ayollarning o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytiruvchi asosiy omillardan biri bu yillar davomida shakllangan jamiyatdagi ayollarga nisbatan noto'g'ri qarashlardir. Ayol faqatgina uy-ro'zg'or bilan band bo'lishi kerak degan tushunchalar uni faol hayotdan chetlashtiradi. Bu stereotiplar ayollarning o'zini cheklashiga olib keladi va ularni o'z salohiyatini ochishdan to'xtatadi. Psixologik yondashuvlarda bu stereotiplarni tan olish, ularga qarshi ruhiy immunitet shakllantirish muhimdir. Shu yo'l bilan ayollar o'zlarini yangi sharoitlarda ko'rsata olishlari, yangilikka ochiq bo'lishlari mumkin. Shuningdek, psixologik usullar orqali ularning ichki kuchi, shaxsiy tajribalari va yutuqlari qadrlanadi. Bu esa ijtimoiy o'zgarishlarga nisbatan ayollarda ishtirok etish istagini uyg'otadi. Stereotiplarni yengib o'ta olgan ayol hayotda faollik bilan harakat qiladi. Shu bois, psixologik yondashuvlar orqali ijtimoiy qarashlarni yangilash muhim vazifalardan biridir.

Jadval-1

Tadqiqot ko’rsatkichi	O’lchov usuli	Guruhlar soni	O’rtacha baho (ballda)	Tahlil natijasi (tafsifiy)
O’ziga bo’lgan ishonch darajasi (ilktest oldi)	Likert shkalasi asosida test	2 ta (nazorat/eksperimental)	Nazorat: past, Eksperimental: past	Dastlabki bosqichda ikkala guruhda ham ishonch darajasi past bo’lgan
Motivatsion yondashuvdan keyingi holat	Trening so’rovnomasi, intervyu	2 ta	Nazorat: o’zgarmagan, Eksperimental: o’sgan	Eksperimental guruhda sezilarli motivatsiya ortishi qayd etilgan
Jamoaviy ishtirok faolligi	Ko’ngilli ishtiroklarda qatnashuv	2 ta	Nazorat: kam, Eksperimental: ko’proq	Faollikda eksperimental guruh ustunligi aniqlandi
O’zini baholash darajasi	O’zini baholash testi (Dembo-Rubinshteyn)	2 ta	Nazorat: barqaror, Eksperimental: o’sgan	Treninglardan keyin o’zini baholash ancha ijobiylashgan
Ijtimoiy tashabbus ko’rsatish chastotasi	Amaliy kuzatuv va monitoring	2 ta	Nazorat: 1–2 marta, Eksperimental: 4–5 marta	Eksperimental guruh ko’proq tashabbus bildirgan
Stereotiplarga qarshi psixologik immunitet	Stereotiplar bo’yicha so’rovnoma	2 ta	Nazorat: yuqori ta’sir, Eksperimental: pasaygan	Treninglar stereotiplarga nisbatan tanqidiy qarash shakllantirgan
Treninglardan keyingi umumiy psixologik barqarorlik darajasi	Psixologik holat diagnostikasi	2 ta	Nazorat: past o’zgarish, Eksperimental: yuqori o’sish	Psixologik usullar ta’sirchanligi isbotlangan

Jadvalga asosiy izohlar:

- Tadqiqotda ishtirok etuvchi ayollar 2 guruhga bo’lingan: nazorat guruhi (psixologik aralashuvsiz) va eksperimental guruhi (psixologik usullar qo’llangan).
- Likert shkalasi, Dembo-Rubinshteyn testi va boshqa psixologik vositalar orqali o’lchovlar o’tkazilgan.
- Tahlil natijalari sifat jihatidan ifodalangan bo’lib, sonli ko’rsatkichlarsiz insoniy tilda bayon etilgan.
- Jadvalda treninglar samaradorligi, motivatsiya, tashabbus, stereotiplar ta’siri va ijtimoiy ishtirok darajalari solishtirilgan.

Xotin-qizlarda o’ziga bo’lgan ishonchni mustahkamlashda motivatsiya va ichki rag’bat mexanizmlarini harakatga keltirish ham muhim o’rin tutadi. Motivatsiya, ayniqsa, shaxsiy maqsadlar bilan bog’langan holda ishlatilganda kuchli natijalar beradi. Psixologik nuqtai nazardan qaralganda, ayollar o’zlarini o’z hayotining faol subyekti sifatida his qilganda ishonch yanada kuchayadi. Treninglar, motivatsion suhbatlar, murabbiylik dasturlari orqali bu jarayonni rag’batlantirish mumkin. Shuningdek, ijobiy tajribalarni muhokama qilish va qadrlash orqali ham ichki motivatsiya mustahkamlanadi. Ayollar o’ziga ishonch bildirish uchun avvalo o’zining qadrli va muhim ekanini anglab yetishi lozim. Bu anglash psixologik mashg’ulotlar orqali shakllanadi. Masalan, “hayotiy ustuvorliklar” texnikasi orqali ayollar o’z orzulari va imkoniyatlarini tartibga soladi. Natijada, ular o’z

yo'nalishini belgilab, faol bo'lishga intila boshlaydi. Motivatsiya va psixologik turtkilar birgalikda ishlasa, ijtimoiy faollik ortadi.

Bundan tashqari, o'z-o'zini anglash va o'z-o'zini boshqarish kompetensiyalarini rivojlantirish ham ishonchni oshirishda muhim ahamiyatga ega. Ayol o'z hayotiga ongli yondasha boshlaganida, unda tanqidiy fikrlash, tahlil qilish va to'g'ri qaror qabul qilish ko'nikmalari shakllanadi. Psixologlar ushbu kompetensiyalarni rivojlantirish uchun "o'zini kuzatish" va "refleksiya" kabi texnikalarni tavsiya etadi. Ushbu usullar yordamida ayollar o'z his-tuyg'ularini anglaydi, kuchli va zaif tomonlarini tahlil qiladi. Bu tahlil o'z navbatida ishonch darajasining oshishiga sabab bo'ladi. Ayollar o'z ustida ishlash orqali o'zgarishlar qilishga tayyor bo'lib boradi. Psixologik kompetensiyalar ularni ijtimoiy jarayonlarda faol ishtirok etishga olib keladi. Ayniqsa, qaror qabul qilish va mas'uliyatni o'z zimmasiga olish qobiliyatlari ularning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi. Shu tariqa, psixologik kompetensiyalar xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini kuchaytirishda kuchli vosita sifatida namoyon bo'ladi. Bularni shakllantirish esa psixologik yondashuvlarning doimiyligi va tizimliligi bilan bog'liqdir.

Muhokama doirasida shuni ham ta'kidlash kerakki, har bir ayolning ishonch darajasi individual tarzda shakllanadi va u turli omillarga bog'liq bo'ladi. Shu bois, psixologik yondashuvlar ham har bir shaxsga moslashtirilgan bo'lishi kerak. Individual maslahatlar, shaxsiy reja asosida olib boriladigan mashg'ulotlar bu yo'nalishda katta samara beradi. Har bir ayolning psixologik ehtiyoji va o'zini anglash darajasi turlicha bo'lishi mumkin. Psixologik ishlov jarayonida bu jihatlar hisobga olinishi zarur. Ular o'zlarini hurmat qiladigan, o'z fikrini erkin bildiradigan va faol ishtirok etadigan shaxs sifatida shakllanadi. Ijtimoiy faollik esa faqat tashqi faollik emas, balki ichki ruhiy tayyorgarlik natijasidir. Shu sababli, bu jarayon chuqur tahlil va samarali psixologik texnikalar asosida olib borilishi lozim. Natijada, xotin-qizlar jamiyatda faol, kuchli va o'ziga ishongan insonlar sifatida namoyon bo'ladi. Bu esa umumiy ijtimoiy rivojlanishning ajralmas tarkibiy qismidir.

Xulosa. Xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini oshirish zamonaviy jamiyat taraqqiyotida muhim o'rin tutadi. Bu faollikni ta'minlash esa, avvalo, ularning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlash bilan chambarchas bog'liq. Ayol o'z imkoniyatiga ishonsa, u faol hayotga qo'shilishdan tortinmaydi, jamiyatda o'z o'rnini topishga harakat qiladi. O'ziga bo'lgan ishonch esa oddiy so'zlar yoki maslahatlar bilan emas, balki tizimli psixologik yondashuvlar orqali shakllantiriladi. Psixologik ishonch o'z-o'zini anglash, o'zini qadrlash, maqsadlarni belgilash va ularni amalga oshirish jarayonlarida paydo bo'ladi. Bu holat ayollarda mustaqil fikrlash, tashabbus ko'rsatish va ijtimoiy jarayonlarga daxldorlik hissini uyg'otadi. Shu jihatdan ayollarni psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash nafaqat shaxsiy, balki ijtimoiy taraqqiyot uchun ham foydalidir. Ular o'ziga ishongani sayin, jamiyat ham ularga ko'proq ishonadi. Shunday qilib, o'ziga bo'lgan ishonch ayolning ijtimoiy mavqeini mustahkamlovchi asosiy vosita bo'lib xizmat qiladi. Bu jarayonda psixologik mexanizmlarni to'g'ri va samarali qo'llash zarur.

Psixologik yondashuvlar orqali xotin-qizlarning ruhiy holatini barqarorlashtirish va ularni faol shaxs sifatida shakllantirish mumkin. Har bir ayolning ichki dunyosi noyob bo'lib, unga yondashuv ham individual bo'lishi kerak. Shaxsiy yondashuvda uning qiziqishlari, ehtiyojlari va hayotiy maqsadlari inobatga olinadi. Bunda psixologik treninglar, suhbatlar, motivatsion mashg'ulotlar katta ahamiyat kasb etadi. Aynan shu usullar orqali ayollar o'z kuchini, salohiyatini va qadr-qimmatini anglay boshlaydi. Bu esa ularda ijtimoiy jarayonlarga faolroq kirib borish uchun psixologik zamin yaratadi. Psixologik yordamning ijtimoiy ta'siri nafaqat shaxs darajasida, balki jamoaviy miqyosda ham namoyon bo'ladi. Ayollar jamiyatga integratsiyalashgan sari, ular orasida liderlik sifati ham shakllanadi. Shu bois, ayollarni psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlashda muntazam va tizimli yondashuv zarur. Bunday amaliyotlar o'z samarasini uzoq muddatda, lekin barqaror tarzda beradi.

Jamiyatdagi ijtimoiy stereotiplar va an'anaviy qarashlar xotin-qizlarning faolligini cheklovchi omillardan biri hisoblanadi. Ko'pchilik hollarda ayollar o'zini jamiyat uchun unchalik ahamiyatli emas deb hisoblaydi. Bu noto'g'ri fikrlar ularning ruhiy holatiga salbiy ta'sir qiladi, o'ziga bo'lgan ishonchni so'ndiradi. Psixologik yondashuvlar orqali bunday cheklovchi fikrlarni tahlil qilish va ulardan xalos bo'lish mumkin. Ayollarga ijtimoiy stereotiplarning asossizligini tushuntirish va ularning salbiy ta'sirini kamaytirish kerak bo'ladi. Bu esa ularda yangicha dunyoqarash va o'ziga bo'lgan

ijobiy munosabatni shakllantiradi. O'zining jamiyatdagi o'rnini anglagan ayol faol bo'lishga intiladi. U boshqa ayollar uchun ham ilhom manbaiga aylanadi va ijtimoiy islohotlarga hissa qo'sha oladi. Stereotiplardan yengilgan har bir ayol jamiyatga yangi ijobiy qadriyatlar olib kiradi. Demak, stereotiplarni yengish psixologik erkinlik sari muhim qadamlardan biridir.

Xotin-qizlarning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlashda ta'lim va axborot muhitining ham o'rni katta. Bilimli, axborotga ega bo'lgan ayol qaror qabul qilishda ishonchliroq va faolroq bo'ladi. Ma'lumotli bo'lish unga tashqi bosimlarga dosh berish va o'z manfaatlarini himoya qilish imkonini beradi. Shu sababli psixologik yordam jarayonida ayollarni zamonaviy bilimlar, yangiliklar va ijtimoiy mexanizmlar bilan tanishtirish lozim. Ular o'z huquqlari, imkoniyatlari va resurslari haqida to'liq axborotga ega bo'lsa, ijtimoiy hayotda o'zini bemalol tutadi. Bu esa o'z-o'zini baholash darajasining oshishiga olib keladi. O'zini bilgan va qadrlagan ayol boshqalar tomonidan ham hurmatga loyiq deb topiladi. Axborotli muhitda o'zini rivojlantirish uchun zarur sharoitlar bo'lsa, ayollar o'zini izlash va shakllantirishga kirishadi. Bu jarayon ularning faolligini doimiylashtiradi va barqaror qiladi. Shu sababli, psixologik yondashuvlar doimo ta'limiy-kommunikativ vositalar bilan boyitilishi kerak.

Psixologik ishonch va ijtimoiy faollikning o'zaro bog'liqligi zamonaviy jamiyatda o'z isbotini topgan haqiqatdir. Har bir psixologik yutuq ijtimoiy ishtirokga zamin yaratadi. Ayol o'zini qanchalik ishonchli his qilsa, uning tashabbus ko'rsatish ehtimoli ham shunchalik ortadi. Bu esa jamiyatda ijobiy o'zgarishlar sodir bo'lishining asosiy omili sanaladi. Shu jihatdan qaraganda, ijtimoiy taraqqiyotda ayollarning o'ziga bo'lgan ishonchi kuchli rol o'ynaydi. Ularning salohiyatini to'laqonli ro'yobga chiqarish uchun esa psixologik yondashuvlar doimiy va tizimli tarzda olib borilishi lozim. Psixologik barqarorlik, ichki motivatsiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash orqali bunga erishish mumkin. Har bir faol ayol jamiyat taraqqiyotining haydovchi kuchlaridan biri sifatida qaraladi. Demak, xotin-qizlarga psixologik yordam ko'rsatish orqali ularga shunchaki madad emas, balki kelajak sari ishonchli yo'l ochib beriladi.

Xulosa qilib aytganda, xotin-qizlarning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlash orqali ularning ijtimoiy faolligini oshirishga erishish mumkin. Bu yo'lda psixologik yondashuvlar eng samarali va zaruriy vositalardan biridir. Har bir ayol ichki kuch va salohiyatga ega, ammo ularni yuzaga chiqarish uchun ruhiy qo'llab-quvvatlash zarur. O'zini anglagan, qadrlagan va rivojlantirgan ayol ijtimoiy o'zgarishlarga faol tarzda hissa qo'sha oladi. Psixologik ishonch shunchaki hissiy holat emas, balki ongli, rejalashtirilgan va izchil shakllanadigan ruhiy tayyorgarlikdir. U jamiyatda barqarorlik, tenglik va taraqqiyotga olib keladigan poydevor sifatida xizmat qiladi. Shu boisdan ayollar bilan ishlashda psixologik yondashuvlar markaziy o'rin tutishi lozim. Bu yo'ldagi har bir harakat ijtimoiy adolat, imkoniyatlar tengligi va barqaror taraqqiyot sari tashlangan muhim qadamdir. Ayollarga ishonch berilsa, ular ham jamiyatga ishonchli tayanchoq bo'la oladi. Demak, xotin-qizlarning faolligi ularning o'ziga bo'lgan ishonchi bilan boshlanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha harakatlar strategiyasi to'g'risida (O'zbekiston Respublikasi qonun hujjatlari to'plami-T.: 2017.

2. Q. Abdurahmonov Aholini ijtimoiy muhofaza qilish - T.:2010

3. S.Kalanova. Ayollar va bolalar ijtimoiy himoyasi - T.:2017

4. M.Seyitnazarov. O'zbekiston Respublikasining ayollarga oid davlat siyosati va uning huquqiy asoslari-N.:2016 y

5. M.Aralova. Mamlakatimizda ayollarga yo'naltirilgan ijtimoiy siyosatning o'ziga xos xususiyatlari-S.:2014 y

Yarmatova Sanobar Ju'rayevna
Aniq va Ijtimoiy fanlar universiteti magistri

O'SMIRLIK DAVRIDA KOPING XULQ SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqola o'smirlik davrida koping xulq shakllanishining psixologik determinantalari mavzusiga bag'ishlangan. Shuningdek, maqola mazmunida koping xulq tushunchasining psixologik mazmuni, koping xulq to'g'risidagi ilmiy yondashuvlar, o'smirlik davrida yengib o'tuvchi xulq, o'smirlik davriga xos xarakterologik sifatlar, o'smirlik inqirozi va uni keltirib chiqaruvchi psixologik omillar, o'smirlik yoshida koping xulq dinamikasi va darajasi, shaxs yengish strategiyasining psixologik tabiati, zamonaviy va xorijiy adabiyotlarda koping-strategiya masalasining o'rganish holati, insonning murakkab vaziyatlarda yechim topish imkoniyati, resurslar va ularning inson hayotidagi roli, stressga moslashishning psixologik o'ziga xosliklari va o'smir shaxsining qiyin vaziyatlardan chiqib ketishining kognitiv jihatlari kabi masalalar ham batafsil yoritilgan.*

Kalit so'zlar: *o'smir, o'smirlik davri, koping, koping xulq, shaxs, rivojlanish, o'zini o'zi anglash, mustaqillik, ijtimoiy ko'nikma, muloqot, munosabat, kattalar, oila, atrof –muhit, vaziyat, muvaffaqqiiyat, yordam istagi, qochish, matonat, madad, maqsad, qadriyatlar, yosh, psixika, pubertat.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ФОРМИРОВАНИЯ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. *Статья посвящена теме психологических детерминант формирования совладающего поведения в подростковом возрасте. В статье также подробно рассматриваются такие вопросы, как психологическое содержание понятия совладающего поведения, научные подходы к совладающему поведению, совладающее поведение в подростковом возрасте, характерологические качества, характерные для подросткового возраста, подростковый кризис и психологические факторы, его обусловливающие, динамика и уровень совладающего поведения в подростковом возрасте, психологическая природа совладающих стратегий личности, состояние изученности проблемы совладающего поведения в современной и зарубежной литературе, способность человека находить решения в сложных ситуациях, ресурсы и их роль в жизни человека, психологические особенности адаптации к стрессу, когнитивные аспекты выхода подростка из сложных ситуаций.*

Ключевые слова: *Подросток, подростковый возраст, совладание, совладающее поведение, личность, развитие, самосознание, самостоятельность, социальные навыки, общение, установки, взрослые, семья, окружение, ситуация, успех, стремление к помощи, выход, настойчивость, поддержка, цель, ценности, возраст, психика, половое созревание.*

PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF THE FORMATION OF COPING BEHAVIOR DURING ADOLESCENCE

Abstract. *This article is devoted to the topic of psychological determinants of the formation of coping behavior in adolescence. The article also covers in detail such issues as the psychological content of the concept of coping behavior, scientific approaches to coping behavior, coping behavior in adolescence, characterological qualities characteristic of adolescence, the adolescent crisis and psychological factors that cause it, the dynamics and level of coping behavior in adolescence, the psychological nature of the individual's coping strategy, the state of study of the issue of coping strategy in modern and foreign literature, the ability of a person to find solutions in complex situations, resources and their role in human life, psychological characteristics of adaptation to stress, and cognitive aspects of the adolescent's way out of difficult situations.*

Keywords: *Adolescent, adolescence, coping, coping behavior, personality, development, self-awareness, independence, social skills, communication, attitudes, adults, family, environment, situation, success, desire for help, escape, perseverance, support, goal, values, age, psyche, puberty.*

Kirish. Ma'lumki, inson tug'ilgandan umrining oxiriga qadar, tashqi ta'sirlar va murakkab sharoitlar qurshovida bo'ladi. Va ana shu tashqi ta'sir va hayotiy qiyinchiliklar, inson organizmida "yengib o'tuvchi xulqni" paydo bo'lishiga sabab bo'ladi. Ya'ni, har bir inson hayot yo'li davomida o'ziga xos strategiyalarni o'zlashtira boradi. Vaqt o'tib, ushbu o'zlashtirilgan strategiyalar uning faoliyat samaradorligini belgilovchi omillar turiga aylanadi. Kimdir hayotda muvaffaqqiyatli kimdir esa, hayotda muvaffaqqiyatsiz kunlarni boshdan kechiradi. Garchi, muvaffaqqiyatsizlik va murakkab sharoitlar har bir inson doimiy hayot sharti sifatida bo'lsada, biroq uni yengib o'tish yoki unga taslim bo'lishda insonlar farqlanadilar. Shu bois, o'tgan asrda psixologiya faniga koping xulq tushunchasi kirib keldi. Ayniqsa, zamonaviy tadqiqotchilar bu masalaga ko'proq e'tibor qaratishni ta'kidlamoqdalar. Koping-strategiya muammosiga bag'ishlangan ilmiy adabiyotlarning tahlilidan shu narsa ma'lum bo'ldiki, hayotiy mavjud vaziyatlarning noaniqligi, inson uchun haqiqiy vaziyatli ko'rinishda bo'lib, inson ushbu vaziyatlarda yechim topishga harakat qiladi.

Mohiyatan, koping xulq tushunchasi inglizcha so'zdan olingan bo'lib, "coping" -uddalamoq, yengib o'tmoq ma'nolarini anglatib, u insonga yoshlikdan shakllana boradi. Ayniqsa, oilaviy muhit va ota-onaning bolaga bo'lgan munosabatlari, koping xulq rivojlanishining muhim omillaridan biri sanaladi. Chunki, ota-onalar berilgan o'gitlar va tarbiya namunalari farzandlar uchun, kelajakka tayyor bo'lishning asosiy shart-sharoitlaridan biri sanaladi. Ayniqsa, o'smirlik yoshi uchun bu holat juda muhim hisoblanadi. S.K.Nartova – Bochaverning so'zlariga ko'ra, ilk bor fanga koping xulq tushunchasini xorij tadqiqotchisi R.Lazarus olib kirgan. Muallif mazkur muammoni bolalarda tadqiq etgan bo'lib, ularning rivojlanish jarayonida o'zlashtiradigan yengish strategiyalari bilan o'rgangan. Ya'ni koping -strategiya bu - insonning atrof-muhit va odamlarning o'zaro ta'siriga va talablariga mos keladigan kognitiv xatti-harakatlari hisoblanadi [1,20]. Shunday ekan, o'smirlik davrida vaziyatlardan chiqib keta olish, boshqalarning munosabatlariga, ota-onaning talab va istaklariga mos xulq shakllarini tanlay olish, hozirgi zamon psixologlari oldida turgan muhim masalalardan biri sanaladi.

Bizningcha, o'smirlik davri - bu bolalik va kattalik o'rtasidagi o'tish davridir. BMT tomonidan qo'llaniladigan terminologiyaga ko'ra, o'smirlar 10 -16 yoshdagi (erta o'smirlik - 10-14 yosh; kech o'smirlik - 15-16 yosh) jamiyat a'zolaridir. O'smirlik davri qarama-qarshiliklarga va inqirozli vaziyatlrga to'la davrdir. Shuningdek, mazkur yosh bosqichida, o'smirlarda "kattalar" deb atalmish tuyg'u paydo bo'ladi va u har tomonlama o'zini katta, mustaqil va o'zini o'zi ta'minlaydigan shaxs sifatida tuta boshlaydilar Boshqa tomondan esa, o'smir juda zaif va u qo'llab-quvvatlashga, samimiy suhbatlarga va birinchi navbatda ota-onasi tomonidan sevilishini tushunishga muhtojdir. Biroq, aksariyat o'smirlar kattalar tomonidan qo'yiladigan cheklovlarga qarshi isyon ko'tarishadi. Qolaversa, bu davrda o'smirlarning tanasida tez fiziologik o'zgarishlar sodir bo'ladi: gormonal o'sishlar, miyaning notekis rivojlanishi. Bularning barchasi o'smirning impulsiv harakatlarga, shuningdek, nevrozlarga moyil bo'lishiga olib keladi. Ko'pgina fiziologik va psixologik xususiyatlarga ko'ra, o'smirlar bizga kattalardek tuyuladi, ammo bu holat haqiqatdan ancha uzoqdir. Bu holat, o'smirlar shaxsida o'ziga xos inqirozli holatlarni yuzaga keltirishi tapbiiydir. R.S.Lazarusning yozishicha, koping xulq keng ma'noda, murakkab vaziyatlarni yengish, stressli vaziyatlarga tayyor turish va unga yechim topa olish, hayotiy maqsadlarni oqilona anglash kabi sifatlar bilan xarakterlanib, uni o'smirlar shaxsida erta tarkib toptirish, har bir ota – ona oldida turgan muhim vazifalardan biridir[2,819]. O'smir hayotining ushbu bosqichida uning muloqoti, xulq-atvori va boshqalar bilan o'zaro munosabatiga ta'sir qiluvchi ijtimoiy ko'nikmalar shakllanadi. Ijtimoiy ko'nikmalar samarali muloqot qilish, tengdoshlar bilan munosabatlarni o'rnatish va ularni qo'llab-quvvatlash, boshqalarga empatik munosabat bildirish hamda nizolarni hal qilish qobiliyati kabilarni ham, o'z ichiga oladi. O'smirlik davrida bu ko'nikmalarning shakllanishi o'ziga xos xususiyatga ega, chunki aynan shu davrda o'smir ijtimoiy muhitga faol kira boshlaydi, o'z ijtimoiy munosabatlari

doirasini kengaytiradi va turli odamlar bilan muloqot qilish ko'nikmalarini o'rganadi. Bunday ijtimoiy ko'nikmalar zamirida koping xulq ya'ni yengib utuvchi xulq aks etgan bo'lib, o'smirlar ushbu sifatlarni erta o'zlashtirib borishlari lozim. Ota onalarning roli bolani o'z vaqtida mas'uliyatli bo'lishga, mehnatsevarlikka va boshqalar bilan til topa olishga, hayotiy qadriyatlarga to'g'ri baho bera olishga o'rgatish kabi ishlarda o'z aksini topadi. Tadqiqotchi V.I.Dolgovaning so'zlariga ko'ra, o'smirlik davrida ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishning muhim jihatlari quyidagilarda o'z aksini topadi[3,45]:

1.Muloqot ko'nikmalarini va boshqalar bilan samarali muloqot qilish qobiliyatini rivojlantirish;

2.Tengdoshlar bilan munosabatlarni o'rnatish va jamoaviy faoliyat ko'nikmalarini rivojlantirish;

3.Empatiyani tushunish va rivojlantirish, boshqa odamlarning his-tuyg'ularini va his-tuyg'ularini idrok etish qobiliyati;

4.Konfliktli vaziyatlarni hal qilish va boshqalar bilan tinch o'zaro munosabatlar ko'nikmalarini rivojlantirish. Demak, muallif ta'kidlab o'tganidek, o'smirlik davrida ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish o'z ustida ongli mehnat va turli ijtimoiy vaziyatlarda faol ishtirok etishni talab qiladi. Yu.L.Subbotinaning aniqlashicha, o'smir va kattalar o'rtasida ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish uchun qulay muhit yaratish uchun uni qo'llab-quvvatlash va muloqotni yo'lga qo'yish muhimdir. Bu yoshga jamiyatga muvaffaqiyatli moslashish va uning keyingi ijtimoiy va kasbiy muvaffaqiyatini ta'minlashga yordam beradi[4,74].

Zamonaviy psixologiya fanida shaxsning koping xulqini o'rganish muammosi alohida ahamiyatga ega bo'lib, ushbu masala ko'plab ijtimoiy soha mutaxassislari e'tiborga tushmoqda. Xronologik jihatdan koping xulqni o'rganish, XX asrning ikkinchi yarmida boshlangan bo'lib, bunday ishlar turkumiga A. Billings, R. Lazarus, S. Folkman, R. Mus, N. Endler, J. Parker, M. Perrez, L. Perlin, M. Reytchers kabi olimlarning izlanishlarini misol qilish mumkin. Boshqalardan farqli o'laroq, A.Maslouning fikricha, bardosh berish - bu shaxsning vaziyatlarga moslashish orqali hayotiy vazifalarni hal qilishga tayyorligi, bu stressni yengish uchun muayyan vositalardan foydalanish qobiliyatini shakllantirishni o'z ichiga oladi. Xulq-atvorning faol shakllarini tanlashda stress omillarining shaxsga ta'sirini yo'q qilish ehtimoli ortadi. Xulq-atvorning faol o'zlashtirish shakllarini tanlash va saralash qobiliyatining xususiyatlari o'z-o'zini anglash, nazorat qilish joyi va atrof-muhit sharoitlari bilan uzviy bog'liq.

Psixodinamik yondashuvga ko'ra, yengish - bu stressni bartaraf etish uchun, shaxs foydalanadigan psixologik himoya mexanizmlaridan biridir. Bu kognitiv va hissiy jarayonlarning ishtirokisiz sof avtomatik reaksiya sifatida namoyon bo'ladi. Ushbu fikrni bir qator xorij olimlari P.Kramer, B.Kompas, A.Tomsen, M.Vudsvortlar tanqid qilib, ular yengishni insonning ongli va maqsadli faoliyati deb ta'riflaydilar, chunki subyektning muammoli vaziyatlarni hal qilishi uchun, aniq niyatlar mavjud bo'lishi kerak, uning manbai tashqi shart - sharoitlardir. Ushbu yondashuvning mualliflari "bardoshlik" va "mudofaa mexanizmlari" tushunchalarini rad etishga harakat qilishdilar, chunki psixologik himoya odatda odamning qulay ruhiy holatini saqlab qolish uchun, muammoni hal qilishdan bosh tortishini o'z ichiga oladi. "Psixologik himoya" va "bardosh" tushunchalarining o'zaro bog'liqligi muammosi, neopsixoanalitik nazariya tarafdorlari tomonidan hal qilishga urinib ko'rilgan. Ular kurashni shaxsning qiyin hayotiy vaziyatlarga samarali moslashishiga qaratilgan "ego jarayon" deb hisoblaydilar. Yengish jarayoni asosida shaxsning kognitiv, ijtimoiy, axloqiy va motivatsion sohalari takomillasha boradi. Ammo, agar shaxsda muammoni adekvat bartaraf etish uchun resurslar bo'lmasa, u himoya mexanizmlaridan foydalanadi, bu vaziyatda passiv moslashuv amalga oshadi.

L.Yu.Subbotina o'zining navbatdagi izlanishlarida qayd etishicha, himoya mexanizmida inson haqiqatni "tekshirmaydi" balki, o'zidagi salbiy his-tuyg'ularni siqib chiqarish uchun, o'z holatini mustaqil ravishda o'zgartiradi. Demak, himoya mexanizmi, salbiy his-tuyg'ularni kamaytirish, muammolarni hal qilish yoki muammo bilan bog'liq hodisalarni o'z ichiga oladi. Ya'ni vaziyatni inkor etish, xavfni bostirish, muammoni ratsional hal etish va boshqalar[4, 54]. Boshqacha aytganda - bu muammoni idrok etish yoki u bilan bog'liq his-tuyg'ularga qaratilgan kurash strategiyasidir.

Xorij olimlaridan P Kennedy va I.Duflarning fikricha, psixologiya fanida insonga tegishli yengish strategiyalarining uch guruhi ajratiladi[5, 13]:

–Strategiyalarning birinchi guruhi – bu ijtimoiy yordamni izlashni o'z ichiga olib, u boshqa odamlardan yordam kutish yoki kimgadir suyanish bilan xarakterlanadi;

–Ikkinchi guruhga esa, stress bilan kurashish strategiyasi bo'lib, unda inson qiyin vaziyatdan chiqib ketishning eng maqbul usullarini qidiradi;

–Uchinchi guruhga stressni kamaytirish maqsadida inson ichki va tashqi voqelikni to'liq idrok etishga harakat qiladi. Va vaziyatni o'zgartirishga urinadi, u haqda ma'lumotlar to'playdi. Va oxir-oqibat muammodan xolos bo'ladi. Boshqa mezonlarga maqsadlilik, xatti-harakatni o'zlashtirishning boshqarilishi, vaziyat talablariga muvofiqligi, shuningdek, ushbu turdagi xatti-harakatlarni o'rganish qobiliyati kiradi.

Bundan tashqari, Z.X.Serraltaning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, insonning yengish strategiyasining shakllanishiga ijtimoiy-madaniy omillar (ma'lum bir madaniyatga mansublik, jinsni aniqlash, shaxslararo munosabatlar turi, olingan ijtimoiy yordam darajasi) sezilarli darajada ta'sir qiladi. Va ushbu kurash strategiyalari inson xatti-harakatlarining o'ziga xos yo'nalishi shaklida amalga oshiriladi [6,12]. Muallifning so'zlariga muvofiq, o'smirlar uchun kurash strategiyalari o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish, yordam izlash, yengish strategiyalarini o'rganish, ijobiy fikrlashni rivojlantirish va muammolarga yechim topishni o'z ichiga oladi. Tadqiqotchi A.N.Deminning yozishicha, o'smirlar kattalar tomonidan qo'llab-quvvatlanayotganini his qilishlari, his-tuyg'ularini tan olishlari va ifoda etishlari, psixolog yoki boshqa mutaxassislardan yordam so'rash imkoniyatiga ega bo'lishlari muhimdir[7,12].

O'smirlarning xatti-harakatlari - bu hayotning ushbu davrida yuzaga keladigan stress va muammolarni yengish uchun foydalanadigan turli strategiyalar. Xulq-atvorga dosh berishning psixologik determinantlariga individual shaxsiy xususiyatlar, ijtimoiy muhit, qiyinchiliklarni yengish tajribasi va o'z-o'zini anglashni rivojlantirish kabilar kiradi.

Metodlar. Kuzatish metodi, suhbat metodi, R.Lazarus va S.Folkmanning koping-testi, J.Amirxonning koping-strategiyasi indikatori, Sandra Bemning "Jinsiy rol so'rovnomasi", T.Elersning "Muvaffaqiyatga intilish motivatsiyasi" va "Muvaffaqiyatsizlikdan qochish motivatsiyasi" metodikalari, K.Leongard-G.Shmishekning "Xarakter aksentuatsiyasi" so'rovnoma-testi, natijalarni qayta ishlash uchun matematik-statistik metodikalaridan foydalanildi.

Natijalar va mulohaza. Mazkur fikr –mulohazalarimizning isboti sifatida, o'smirlik davrida koping xulq shakllanishining psixologik o'ziga xosliklari va uni ta'minlovchi psixologik determinantalar, shuningdek, qo'lga kiritilgan natijalardan ayrim jadval natijalariga to'xtalib o'tishga harakat qilamiz.

O'smir koping-strategiyalarining yosh farqlari

1-jadval

Shkala	Yosh	N	Mean Rank	Sum of Ranks	U	Ishonch darajasi
Ijobiy baholash	13	27	76,98	6370,50	2903,5	0,014 (95%)
	15	33	100,38	9199,50		
O'zini o'zi nazorat	13	27	80,90	6400,50	3003,5	0,004 (99%)
	15	33	102,50	9300,50		
Bezovta	13	27	109,94	9173,50	2916,5	0,025 (95%)
	15	33	93,64	6402,50		
IS	13	27	76,50	7053,50	3533,5	0,003 (99%)
	15	33	104,09	10630,50		
Muvaffaqiyatga intilish	13	27	80,98	6189,50	2887,5	0,022 (95%)
	15	33	106,78	9186,50		
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	13	27	98,64	9173,50	2989,5	0,018 (95%)
	15	33	77,14	6402,50		

O’smir koping-strategiyalarning yosh xususiyatlaridagi farqlar faqat 13 va 15 yoshli o’smirlarda aniqlandi, 13 va 14 yoshlilar o’rtasida esa tafovutlar topilmadi (1-jadval). 15 yoshli o’smirlarda 13 yoshlilarga qaraganda “Ijobiy baholash” koping-strategiyasi yuqoriroq ko’rsatkichga (U=2903,5; p<0,05) ega ekan. Demak, o’smirlarning yoshi ulg’ayib borsa, ularda vaziyatni ijobiy baholash xos bolarkan. Shuningdek, “O’zini o’zi nazorat qilish” koping-strategiyasi ko’rsatkichi 13 yoshdagi o’smirlarda 15 yoshdagilarga qaraganda ancha quyiligi (U=3003,5; p<0,01) tasdiqlandi. Bu 15 yoshli o’smirlar 13 yoshlilarga nisbatan o’zini o’zi nazorat qilishi yuqoriligini anglatadi. Darhaqiqat, o’smirlarning yoshi ulg’ayib borar ekanlar ular o’z xulq-atvorini samarali boshqarish imkoniyatlari kengayadi, vaziyatga nisbatan pozitiv yondashuv kuchayadi. 1-jadvaldan, 13 yoshli o’smirlardagi bezovta tipidagi xarakter aksentuatsiyasi ko’rsatkichi 15 yoshlilarga qaraganda yuqori (U=2916,5; p<0,05) ekanligi aniqlandi. Demak, 13 yoshli o’smirlarning bezovtalik darajasi 15 yoshlilarga nisbatan yuqoriroq bo’ladi yohud ulg’ayib borar ekanlar o’smirlarning bezovtalik darajasi quyilashishi kuzatiladi.

O’smirlardagi koping-strategiyalarning o’zaro korrelyatsion bog’liqliklari

2-Jadval

	Konfrotatsion	Chetlashish	Ozini ozi nazorat	Ijtimoiy ko’ mak	Masuliyatni oziga olish	Chekinish	Muammoni yechish	Ijobiy baholash
Konfrotatsion	1	**-,233(**)**	0,108	0,214	**,217(**)**	0,874	**,259(*)**	0,201
Chetlashish		1	**,234(*)**	**,189(**)**	2,431	**,389(**)**	**-,124(*)**	0,014
O’zini o’zi nazorat			1	**,127(**)**	**,588(**)**	1,347	**574(**)**	**,478(**)**
Ijtimoiy ko’mak				1	**-,363(**)**	**,123(*)**	**-,210(*)**	**,143(*)**
Mas’uliyatni o’ziga olish					1	0,520	**,696(**)**	**,547(**)**
Chekinish						1	**-,119(*)**	0,398
Muammoni yechish							1	**,412(*)**
Ijobiy baholash								1

Yuqoridagi jadvalda R.Lazarus va S.Folkman koping-testining 8 ta subshkalari o’zaro korrelyatsion bog’liqligi aks rtadi. Kofrotatsion koping-strategiya chetlashish koping-strategiyasi bilan teskari korrelyatsion muvofiqlikka (r=-233; p>0,01) ega bo’lib, bu konfrotatsion strategiya soxiblarining chetlashish ehtimolligi nisbatanpastligini anglatadi va aksincha. Shuningdek, konfrotatsion koping-strategiya egalari mas’uliyatni o’ziga olishga (r=,217; p>0,01), muammoni yechishga (r=,259; p>0,05) moyilliklari ma’lum bo’ldi. Demak, mas’uliyatni o’ziga oluvchi, qat’iyatli, muammoni yechishga tayyor o’smirlardagina konfrotatsion koping-strategiya shakllanishi mumkin ekan. Chetlashish koping-strayegiyasi o’smirlarda ozini o’zi nazorat qilish (r=,234; p>0,05), ijtimoiy ko’mak (r=,189; p>0,01), chekinish (r=,389; p>0,01) kabi koping strategiyalar bilan to’g’ridan to’g’ri, muammoni yechish (r=-,124; p>0,05) strategiyasi bilan teskari korrelyatsion bog’liqlikka egaligi aniqlandi. Bundan esa, chetlashish o’zini o’zi boshqara oladigan, ijtimoiy qo’llab-quvvatlovi mavjud, chekinishga moyilligi bor o’smirlarga xos bo’lib, stressni vaziyatdan chetlashish orqali xal qiluvchilarning muammoni to’g’ridan to’g’ri yechishga kirishishi quyi ehtimollikni tashkil etishi kelib chiqadi.

Stressli vaziyatlarda o'zini o'zi nazorat qilish strategiyasini ma'qul ko'ruvchi o'smirlar ijtimoiy ko'makka (r=,127; p>0,01), mas'uliyatni o'zlariga olishga (r=,588; p>0,01), muammoni yechishga (r=,574; p>0,01) va vaziyatni ijobiy baholashga (r=,478; p>0,01) moyil bo'lar ekanlar. Demak, o'zini o'zi nazorat qilishga intiluvchi o'smirlar qiyin hayotiy vaziyatlarda mas'uliyatni o'ziga olish, muammoni yechish va vaziyatga ijobiy yondashish kabi samarali va natijador koping-strategiyalar bilan qurollangan hisoblanar ekan.

Ijtimoiy ko'mak koping strategiyasi mas'uliyatni o'ziga olish (r=,363; p>0,01) va muammoni yechish (r=,210; p>0,05) strategiyalari bilan manfiy korrelyatsion bog'liqlikka ega bo'lib, bu ijtimoiy ko'mak koping-strategiyasiga tayanuvchi o'smirlarning vaziyat uchun mas'uliyatni o'ziga olish va muammo yechimiga kirishish strategiyalari ko'rsatkichlari nisbatan quyi bo'lishidan dalolat beradi. O'smirlardagi ijtimoiy ko'mak strategiyasi chekinish (r=,123; p>0,05) va ijobiy baholash (r=,143; p>0,05) strategiyarini belgilab berar ekan. Ijtimoiy ko'makka intiluvchilar vaziyatdan chekinishga va ijtimoiy muhit ta'sirida vaziyatni pozitiv baholashga moyil boladi.

O'smirlarning koping-strategiyalaridan biri – mas'uliyatni o'ziga olish muammoni yechish (r=,696; p>0,01) va ijobiy baholash (r=,547; p>0,01) strategiyalari bilan korrelyatsion bog'liq ekan. Bundan esa og'ir hayotiy vaziyatda mas'uliyatni o'ziga oluvchi o'smirlar muammoni yechishga moyilroq bolishlarini va stressli vaziyatni ijobiy rakursdan qaray olishlarini anglatadi.

Tadqiqotimizda qiyin hayotiy vaziyatda chekinish koping-strategiyasini qo'llaydigan o'smirlarning muammoni yechishga (r=-,119; p>0,05) astoydil kirishmasliklari aniqlandi. Chunki mazkur strategiyalar teskari korrelyatsion aloqaga ega ekan.

Muammoni yechish koping-strategiyasi o'smirlarda bevosita ijobiy baholash strategiyasi bilan korrelyatsion bog'liq (r=,412; p>0,05) bo'lib, ular bir-biriga pozitiv resurs vazifasini bajaradi. Ya'ni vaziyatni ijobiy baholovchilarda muammoni yechishga ehtiyosh mavjud bo'ladi, muammoni yechishga moyil o'smirlarda pozitiv yondashuv kuzatiladi.

Xulosa va tavsiyalar. Yuqorida tahlil etilgan nazariy va amaliy ma'lumotlardan kelib chiqib, muammo yuzasidan quyidagicha xulosa qilish mumkin:

1.O'smirlarda koping xulq-atvorning o'rganilishi avvalo stressli vaziyatlarda o'smirlar xatti-harakatini oldindan bashorat qilish va yuzaga kelish ehtimoli bo'lgan deviant (delikvent, addiktiv) xulq-atvorni nazorat qilish, oldini olish va korreksiyasiga qaratilgan strategiyalarni ishlab chiqishdan iborat.

2.O'smirlarda koping xulq-atvor va strategiyalar yosh, jins, individual motivatsion hamda xaraktereologik xususiyatlar bilan shartlanishi tadqiqotimizda tasdiqlandi.

3.O'smirlarning koping xulq-atvori va strategiyasini korrekstion-rivojlantiruvchi dastur yordamida o'smirlarning emotsional barqarorligini oshirish, o'smirlardagi dezadaptiv xulq korreksiyas, assertiv xulqni shakllantirish, o'zini o'zi boshqarish ko'nikmalarini mustahkamlash hamda konstruktiv xulq strategiyalarini kuchaytirish imkoniyati mavjud.

4. Proaktiv yoki stressni yengishni ilgarilovchi (proactiv) coping shaxsning potensial stressorlarni bashorat qilish va ularning salbiy ta'sirini cheklash, oldini olishga yo'naltirilgan mashqlarni olib borish o'smirlarning stressga tayyorligini, stressga bardoshliligini, xotirjamlik va vazminlikni belgilab beradi.

5.O'smirlarning koping-strategiyalarini, xulqini shakllantirishda ota-onalar namuna bo'lishi, tarbiya jarayoniga stress-koping texnikalarni tatbiq etish, o'rgatish o'smirlarning qiyin hayotiy vaziyatga yengil adaptatsiyasini ta'minlaydi va muammoni xal qilish strategiyalarini mustahkamlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Нартова - Бочавер С.К.«Coping behavior» в системе понятий психологии личности. // Психологический журнал, 1997. № 5. С.20 – 30.

2. Lazarus R. S. Progress on a cognitive motivational-relational theory of emotion // American psychologist. 1991. V. 46 P. 819-837.

3. Долгова В.И. Индивидуально-психологические предикторы адаптивного поведения подростков [Электронный ресурс] / В.И. Долгова, Ю.А. Рокицкая, А.А. Саламатов// Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. - 2018. - №. 1. - С. 45-59.

4. Субботина Л. Ю. Психологическая защита: учебное пособие для вузов / Л. Ю. Субботина. - М.: Изд-во Юрайт, 2020. - 195 с.

5. Kennedy P., Duff I, Evans, M. and Beedie. Coping effectiveness training reduces depression and anxiety following traumatic spinal cord injuries // British Journal of Clinical Psychology. - 2003. - Vol. 42. - Part 1. - P. 41 - 51.

6. Сиерральта З. Х. Особенности психических ресурсов личности в раннем юношеском возрасте: Копинг-стратегии, защитные механизмы, социальный интеллект и общий интеллект: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Сиерральта Зуньига Хорхе Бернардо. 19. 00. 04. - СПб., 2000. - 18 с.

7. Демин А. Н. Личность в кризисе занятости: стратегии и механизмы преодоления кризиса: автореф. дис. ... докт. психол. наук. Демин Андрей Николаевич: 19. 00. 01. - Краснодар. 2005. - 49 с.

UO'K: 37.015.3:159.943-056.263

Yusuvaliyeva Adiba Yadgarovna
Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy universiteti katta o'qituvchisi
E-mail: adiba1804@gmail.com
https://orcid.org/0009-0004-2737-2864

PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARNING ZAIF ESHITUVCHI O'QUVCHILAR IJTIMOIY MOSLASHUVIGA TA'SIRI

Annotatsiya. *Bugungi kunga kelib jahonda alohida yordamga muhtoj shaxslarga tibbiy, moddiy, ijtimoiy, pedagogik, psixologik yordam ko'rsatish mexanizmlarini ishlab chiqish va ularni amaliyotga joriy etishga qaratilgan katta ishlar amalga oshirilmoqda. BMTning "Nogironlar huquqlari to'g'risida"gi Konvensiyasida nogironligi bo'lgan shaxslarni, shu jumladan, eshitish qobiliyati past insonlarning huquqlarini himoya qilish standartlarini belgilaydi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) eshitish qobiliyati past odamlarning salomatligi va farovonligini yaxshilashga qaratilgan dasturlarni ishlab chiqadi hamda qo'llab-quvvatlaydi. Alohida ta'lim ehtiyoji bo'lgan o'quvchilar jamiyatga integratsiyasi, ijtimoiy muhitga moslashuvida uning psixologik xususiyatlari muhim o'rin tutadi. Maqolada zaif eshituvchi o'quvchilarning ijtimoiy moslashuviga psixologik xususiyatlarning ta'siri xususida, jumladan maktabdagi ijtimoiy moslashuvi va psixologik xususiyatlari, shuningdek jins farqlari ijtimoiy moslashuvning xavotirlanuvchanlik va emotsional intellekt kabi psixologik xususiyatlar bilan aloqadorligi yoritilgan.*

Kalit so'zlar. *Zaif eshituvchi o'quvchilar, adaptatsiya, ijtimoiy faollik, ijtimoiy norma, xavotir, emotsional qulaylik, o'z-o'zini qabul qilish, boshqalarni qabul qilish, internallik.*

ВЛИЯНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ НА СОЦИАЛЬНУЮ АДАПТАЦИЮ СЛАБОСЛЫШАЩИХ УЧАЩИХСЯ

Аннотация. *На сегодняшний день в мире проводится масштабная работа, направленная на разработку и внедрение в практику механизмов оказания медицинской, материальной, социальной, педагогической и психологической помощи лицам, нуждающимся в особой поддержке. Конвенция ООН "О правах инвалидов" устанавливает стандарты защиты прав лиц с инвалидностью, в том числе людей с нарушениями слуха. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) разрабатывает и поддерживает программы, направленные на улучшение здоровья и благополучия людей с нарушениями слуха. Психологические особенности учащихся с особыми образовательными потребностями играют важную роль в их интеграции в общество и адаптации к социальной среде. В статье рассматривается влияние психологических особенностей на социальную адаптацию слабослышащих учащихся, включая их социальную адаптацию и психологические характеристики в школе, а также связь гендерных различий в социальной адаптации с такими психологическими характеристиками, как тревожность и эмоциональный интеллект.*

Ключевые слова: *Слабослышащие учащиеся, адаптация, социальная активность, социальная норма, тревожность, эмоциональный комфорт, самопринятие, принятие других, интернальность.*

THE IMPACT OF PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS ON THE SOCIAL ADAPTATION OF HEARING-IMPAIRED STUDENTS

Abstract. *Currently, extensive work is being conducted worldwide to develop and implement mechanisms for providing medical, material, social, pedagogical, and psychological assistance to individuals requiring special support. The UN Convention on the Rights of Persons with Disabilities establishes standards for protecting the rights of persons with disabilities, including those with hearing impairments. The World Health Organization (WHO) develops and supports programs*

aimed at improving the health and well-being of people with hearing impairments. The psychological characteristics of students with special educational needs play a crucial role in their integration into society and adaptation to the social environment. This article examines the influence of psychological characteristics on the social adaptation of hearing-impaired students, including their social adaptation and psychological characteristics at school, as well as the relationship between gender differences in social adaptation and psychological characteristics such as anxiety and emotional intelligence.

Keywords: *Hearing-impaired students, adaptation, social activity, social norm, anxiety, emotional comfort, self-acceptance, acceptance of others, internality.*

Yurtimizda alohida ta’lim ehtiyojlari bor insonlarga keng e’tibor qaratilib kelinmoqda. Jumladan, alohida yordamga muhtoj bolalarning rivojlanish darajasi, imkoniyatlari, nogironlik xususiyatlari va qobiliyatlariga qarab maxsus yoki umumiy ta’lim tizimida ta’lim olishlarini ta’minlashga qaratilgan inklyuziv ta’lim siyosati amalga oshirilmoqda. O’zbekistonda inklyuziv ta’limni rivojlantirish, alohida ta’lim ehtiyojlari bo’lgan bolalarning ta’lim va tarbiya tizimini takomillashtirish, ularga ko’rsatiladigan ta’lim xizmatlari sifatini yaxshilash maqsadida, “Aholiga sifatli ijtimoiy xizmat va yordam ko’rsatish, hamda uning samarali nazorat tizimini yo’lga qo’yish”, “Alohida ta’lim ehtiyojlari bo’lgan bolalarga ta’lim-tarbiya berish tizimini yanada takomillashtirish” kabi ustuvor vazifalar mamlakatimizda alohida ta’lim ehtiyoji bo’lgan o’quvchilarga psixologik, tibbiy, pedagogik yordam ko’rsatilishini taqozo etib, jamiyatga integratsiyasini ta’minlash maqsadida qator ishlar amalga oshirilmoqda.

Ijtimoiylashuv jarayonida shaxs jamiyatda yashash uchun zarur bo’lgan fazilatlarga ega bo’ladi, muayyan qadriyatlar va xulq-atvor shakllarini o’zlashtiradi. Shu bilan birga, shaxsning o’zi ijtimoiy xulq-atvor va shaxslararo munosabatlar normalarini o’zlashtirishda, tegishli ijtimoiy rollar va funksiyalarni muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun zarur bo’lgan bilim va ko’nikmalarni egallashda faol ishtirok etadi. Ijtimoiylashuv jarayonlarida aqliy funksiyalar va ijtimoiy xulq-atvor ontogenezning dastlabki shakllarini shakllantirish bilan bog’liq. Ijtimoiy tajribani ta’lim va tarbiya tizimi orqali o’tkazish muloqot jarayoni va birgalikdagi faoliyat jarayonida odamlarning o’zaro ta’siri mavjud. Ijtimoiylashuv jarayonida inson o’zi tegishli bo’lgan jamiyat a’zosi sifatida shakllanadi. Muvaffaqiyatli ijtimoiylashuv nafaqat insonning jamiyatdagi samarali moslashuvi, balki ma’lum darajada jamiyatga, uning rivojlanishi hayotiy to’qnashuvlarning bir qismiga qarshi turish qobiliyatidir.

Karlik ijtimoiy kamchilik sifatida ko’rlikka nisbatan to’g’ridan-to’g’ri shaxsning ijtimoiy aloqalarini buzadi. Eshitish nuqsoni eshitmaydigan odamlarni odatdagi usullar bilan ijtimoiylashtirishga to’sqinlik qiladi, ularni boshqalar bilan aloqa qilishdan ajratib turadi, atrofdagilarning ularga bo’lgan munosabatiga ta’sir qilib, turli xil ma’lumot manbalariga kirishni qiyinlashtiradi.

Ijtimoiylashuv-bu shaxsni shakllantirish, uni o’qitish, tarbiyalash va ushbu jamiyatga xos bo’lgan ijtimoiy me’yorlar, qadriyatlar, munosabat, xulq-atvor namunalarini o’zlashtirish jarayoni. Zamonaviy tadqiqotchilar A. V. Mudrik, S. A. Kozlova insonning ijtimoiylashuvini uning namoyon bo’lishining uch birligida ko’rib chiqadilar:

-ijtimoiy dunyoga moslashish;

-ijtimoiy dunyoni berilgan deb integratsiya qilish va qabul qilish;

-farqlash-ijtimoiy voqelikni, ijtimoiy dunyoni o’zlashtirish, o’zgartirish va unda individualizatsiya qilish qobiliyati va ehtiyojlari [1; 63-b.].

Diagnostika va korreksiyaning birligi prinsipi ijtimoiy-reabilitatsiya jarayonida yordam ko’rsatishning yaxlitligini aks ettiradi. Uning mohiyati shundaki, birinchi navbatda, ijtimoiy-reabilitatsiya ta’sirining boshlanishidan oldin kompleks diagnostika tekshiruvi bosqichi o’tkazilishi kerak, uning asosida uning rivojlanish darajasi to’g’risida dastlabki xulosa tuziladi, tuzatish va rivojlantirish ishlarining maqsad va vazifalari shakllantiriladi. Ikkinchidan, ijtimoiy reabilitatsiya tadbirlari rejasini amalga oshirish shaxsning o’zgarishi dinamikasini, uning xulq-atvori, faoliyati, emotsional holatlari, tuyg’ulari va xavotirlarini doimiy ravishda nazorat qilishni talab qiladi. Bunday nazorat bizga ijtimoiy reabilitatsiya dasturiga kerakli tuzatishlar kiritish,

ta’sir qilish usullari va vositalarini o’z vaqtida o’zgartirish va to’ldirish imkonini beradi [2; 959-964-b.].

Eshitish qobiliyati buzilgan insonlarni ijtimoiylashtirishning muvaffaqiyati ko’p jihatdan ijtimoiy hayotning turli sohalarida sodir bo’ladigan jarayonlarning ahamiyati bilan belgilanadi. Maktab ijtimoiy hayot, jamiyat, iqtisodiyot, siyosat to’g’risida bir qator bilimlarni beradi. Biroq, eshitish qobiliyati past odamlarning nutqini, tafakkurini rivojlantirishning ma’lum bir o’ziga xosligi, ma’lumot olishda ma’lum cheklovlar, hayotiy tajriba ijtimoiy bilimlarni o’zlashtirish jarayonini sezilarli darajada qiyinlashtiradi [3;154-b.]. Maktab o’quvchilariga o’quv jarayonida ijtimoiylashuvlarini oshiruvchi dars o’tilmaydi. Muloqotga kirishuvchanligini oshirish bo’yicha darslar qo’yilmaganligi barchamizga ma’lum. Ammo ularning hayotlari davomida yo’llarini topa olishlari, jamiyatga qo’shilishda qiynalmasliklari uchun ijtimoiylashuv jarayonlariga e’tibor qaratish zarur.

Ijtimoiylashuv jarayonida inson jamiyatda normal hayot kechirishi uchun zarur bo’lgan e’tiqodlarni, ijtimoiy ma’qullangan xulq-atvor normalarini oladi. Ijtimoiylashuv-jamiyat madaniyatini o’zlashtirish va ko’paytirish jarayonida insonning butun hayoti davomida rivojlanishi va o’zini o’zi anglashi muhim omili bo’lib xizmat qiladi [1; 27-b.].

S. Sobkin , eshitish qobiliyati buzilgan o’spirinning ijtimoiy shakllanishi masalalarini, xususan, maktab o’quvchilarining nuqsoni va nuqsonni o’rnini bosish mexanizmlari bilan bog’liq masalalarni tahlil qilishga bag’ishlangan. Ushbu tadqiqot shuni ko’rsatdiki “...kar o’spirin uchun ijtimoiy muhitning kengayishi uning nuqsoni bo’yicha urg’uning kuchayishi bilan bog’liq, chunki atrof-muhit ko’pincha uning jismoniy nuqsoni tufayli unga nisbatan agressiv bo’lib chiqadi va shu bilan bu nuqsonni ijtimoiy nuqson sifatida rivojlantiradi. Bundan tashqari, yoshi ulg’aygan sari kar maktab o’quvchilari ijtimoiy muhitning o’zlariga nisbatan ijobiy munosabatini tobora kamroq his etadilar” [4; 291-b.]. Ular maktab ichida o’zlarini yaxshi his qilsalar-da, maktabdan tashqarida oila, mahalla, maktabdan tashqari xar qanday muhitda o’zlarini noqulay his qiladilar. Taxminimizga ko’ra xavotirlanuvchanliklari oshib, o’zlaridagi emotsional holatlarini tushunish, atroflaridagi insonlarning emotsional holatlarini tushunish, boshqalarni qabul qila olish hislarini o’rganish kerak degan fikrga kelindi.

T. A. Dobrovolskayaning so’zlariga ko’ra, sensor va ijtimoiy mahrumlik, noto’g’ri tarbiya va boshqalarning hissiy buzilishlari bo’lgan odamlarga bo’lgan o’ziga xos munosabati sharoitida “defitsit tipidagi shaxs” shakllanadi. Ko’pincha astenik va psevdoautik xarakter xususiyatlarining ustunligi bilan kechiktirilgan shaxsiy rivojlanish kuzatiladi – tengdoshlardan himoyalanish, ularning kamchiliklariga e’tiborni jalb qilishdan qo’rqish, zaiflik, teginish, xayolot dunyosiga chekinish. Shaxsni rivojlantirishning ushbu varianti muvaffaqiyatli ijtimoiylashuvga to’sqinlik qiluvchi omillardan biridir.

Ye. M. Yefimova shaxsning ijtimoiy barqarorligini zamonaviy ijtimoiy-madaniy muhitga moslashish shartlaridan biri sifatida ta’kidlaydi. Darhaqiqat, faqat yetuk, barqaror shaxs zamonaviy jamiyatning doimiy o’zgaruvchan sharoitlariga moslasha oladi. Shu bilan birga, emotsional intellekt ijtimoiy muhitga moslashish uchun muhimdir, chunki emotsional intellekt insonning his-tuyg’ularini boshqarishga yordam beradi.

A. A. Gumerovaning g’oyalariga ko’ra emotsional intellekt shaxsning ijtimoiy barqarorligini shakllantirish omili deb hisoblaydi. Ijtimoiy barqarorlik, bir tomondan, boshqa odamlar, jamoa, faoliyat va aloqa mahsulotlari, atrof-muhit va o’zi bilan munosabatlar shaklida namoyon bo’ladigan shaxsning ma’lum bir pozitsiyasi, boshqa tomondan, yangi munosabatlarni o’rganishda moslashuvchanlik, normallashtirish qobiliyatidir [5; 105-b.].

O. A. Belova, M. V. Akulinalar xavotirlanuvchanlikning ko’payib ketishi, yoki kamayib ketishi inson hayotida birdek zararli hisoblanib ijtimoiylashuviga ta’sir ko’rsatadi deb ta’kidlaganlar, M. M. Bezrukix, L. B. Dixan, V. S. Kukushin, A. G. Trushkin kabi bir qator olimlar sog’lom hayot kechirish, ijtimoiylashuv, maktab va jamiyatda o’z o’rnini topish, shaxsiy imkoniyatlarini ochishda xavotir darajasi muhim ahamiyat kasb etishini ta’kidlaganlar.

Xavotirlanuvchanlikni me’yorda bo’lishi zaif eshituvchi o’quvchilar ijtimoiylashuviga ijobiy ta’sir ko’rsatadi, agar pasayib ketsa mas’uliyat hissi pasayadi, shuningdek

xavotirlanuvchanlik yuqorilashsa ijtimoiy muhitga kirishda tashqi muhit qanday qabul qilishi, ular bilan munosabati salbiy aks etishi nuqtai nazaridan pasayishini kuzatamiz.

Eshitishida nuqsoni bo'lgan o'quvchilar bilan psixologik tajribalarni tashkil etishda bir nechta muhim jihatlarni hisobga olish kerak. Yo'riqnomani yetarli darajada tushunishni ta'minlash zarur, chunki o'quvchi og'zaki berilgan yo'riqnomani tushunmasligi yoki noto'g'ri tushunishi mumkin. Bunday bo'lmasligi uchun ko'rsatmalarni tushuntirishda imo-ishora nutqidan foydalanish kerakligini ta'kidlaydi [6; 127-b.].

Bunday tarjima usuli, masalan, Amerika surdopsixologiyasida keng qo'llaniladi, bunda psixolog va tarjimon o'rtasidagi o'zaro ta'sirni ishlab chiqishga katta talablar qo'yiladi. Yo'riqnomani tushuntirish uchun ko'rgazmalilikdan foydalanish mumkin, bunda ko'rsatmalar bo'lmasligi lozim [7; 234-b.].

T. V. Rozanova kar bolalar bilan tajriba o'tkazishda nisbatan yengilroq, lekin mohiyatan asosiy topshiriq bilan bir xil bo'lgan dastlabki topshiriqdan foydalanishni maslahat beradi. Obyekt dastlabki topshiriqni to'g'ri bajarganidan keyingina asosiy ishga kirishish mumkin. Tadqiqotchi tajribani o'tkazish orqali sinaluvchi bilan muloqot vaziyatiga qo'shiladi va uning xatti-harakatiga beixtiyor ta'sir ko'rsatishi mumkin. Kar va zaif eshituvchi o'quvchilar bilan ishlash jarayonida bu imkoniyatni hisobga olish kerak, chunki ular eshituvchilarga qaraganda ko'proq ta'sirchan, kattalarga ko'proq yo'naltirilgan. Solishtirilayotgan sinaluvchilar guruhini tanlashga katta e'tibor berish kerak [8; 89-b.].

Eshitish qobiliyati buzilishining vaqti va darajasi, eshitish qobiliyatini yo'qotish sabablari, qoldiq eshitish haqida ma'lumotlar, og'zaki nutqning rivojlanish darajasi, u egallagan nutq turlari (imo-ishora, og'zaki, yozma, taktil), o'zlashtirishi, oila turi (ota-onalarda eshitish qobiliyati buzilishining mavjudligi yoki yo'qligi nazarda tutiladi).

Eshitishida nuqsoni bo'lgan bolalar psixikasining o'ziga xos xususiyatlarini o'rganishga qaratilgan tadqiqotlarda psixologik eksperimentning barcha turlaridan foydalaniladi. Bu laboratoriya tajribasi bo'lib, unda o'rganilayotgan bog'liq va mustaqil o'zgaruvchilarning qat'iy nazorati ta'minlanadi. A. F. Lazurskiy tomonidan ishlab chiqilgan tabiiy eksperiment kuzatuvning ijobiy xususiyatlarini (vaziyatning

tabiiyligi, obyekt uchun odatiy faoliyat, bu emotsional zo'riqishning salbiy ta'siridan qochish imkonini beradi, laboratoriya tajribasida ko'pincha paydo bo'ladigan javoblarning oldindan mo'ljallanganligi) va tajribaning (o'rganilayotgan parametrlarga maqsadli ta'sir ko'rsatish va ularning o'zgarishini qayd etish imkoniyati) birlashtiradi.

Diagnostik tajriba A. Ya. Ivanova tomonidan ishlab chiqilgan bo'lib, maxsus psixologiyada keng tarqalgan. Eshitishida nuqsoni bo'lgan bolalarni tekshirish uchun T. V. Rozanova tomonidan kar bolalarga nisbatan, L. I. Tigranova tomonidan zaif eshituvchilarni tekshirishda qo'llanilgan. Ta'limiy tajribaning asosiy metodik prinsipi vazifani bajarishda o'quvchilarga ko'rsatiladigan bosqichma-bosqich, qat'iy tartiblangan yordamni ishlab chiqishdan iborat. Yordam informativlik darajasi, ya'ni umumiy ko'rsatmalardan aniqroq va batafsilroq ko'rsatmalarga o'tish va ko'rsatish vaqti kabi yo'nalishlar bo'yicha farqlanadi. Yordam sifatida yordamchi topshiriqlar tizimidan ham foydalaniladi.

Eshitish qobiliyati saqlangan va buzilgan bolalarda kognitiv jarayonlarning rivojlanish sur'atidagi farqlar bilan bog'liq. Shuning uchun eshitishida nuqsoni bo'lgan shaxslarni tekshirish uchun testlarni tanlashga juda sinchkovlik bilan yondashish kerak. Eshitishida nuqsoni bo'lgan shaxslarni o'rganishda suhbat va so'rovnoma usullaridan foydalanish imkoniyatlari cheklangan, chunki ikkalasi ham og'zaki yoki yozma muloqot asosida ma'lumot olish bilan bog'liq. Biroq, eshitishida nuqsoni bo'lgan bolalarda suhbat usuli og'zaki nutqning rivojlanish darajasi va uning xususiyatlari haqida fikr yuritish imkonini beradi. Yosh ulg'ayishi va nutqning rivojlanish darajasi oshishi bilan suhbat usulidan kengroq foydalanish imkoniyati paydo bo'ladi.

Eshitishida nuqsoni bo'lgan o'quvchilarni psixologik o'rganish usullarining optimal kombinatsiyasida ularning psixik rivojlanishining o'ziga xos qonuniyatlarini tavsiflash imkonini beradigan ma'lumotlarni olish mumkin.

Zaif eshituvchi o'quvchilar psixologiyasini o'rganishda sog'lom va zaif eshituvchi o'quvchilarda L. V. Tokarskaya va M. N. Cheremnix tomonidan beshta metodika o'tkaziladi,

metodikalar natijalari deyarli bir hil natijalarni ko'rsatadi. Ushbu tadqiqoqtlar natijalaridan kelib chiqib aytishimiz mumkinki, sog'lom bolalarda qo'llanilgan metodikani zaif eshituvchi o'quvchilarda qo'llash mumkin.

Tadqiqot tahlilari va tadqiqotni o'tkazish talablariga yondashgan holda zaif eshituvchi o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvini aniqlash va oshirishda emotsional intellekt, atrofidagi insonlarni va o'zini qabul qilishi, ijtimoiy moslashuvi va xavotirlanish darajalarini o'rganish muhim degan xulosaga kelindi. Ushbu muhimlik darajasidan kelib chiqib avvalo o'quvchilarning maktabdagi ijtimoiy moslashuv darajalari o'rganildi. Maktabdagi ijtimoiylashuv darajalarini o'rganishda M. I. Rojkovning "Shaxs ijtimoiylashuvi" metodikasi qo'llanildi. Zaif eshituvchi o'quvchilar maktabda moslashuvlari yuqori bo'lishi mumkin, ammo jamiyatga adaptatsiya jarayoni qiyin kechishi xususida nazariy tomondan o'rganildi. Nazariy bilimlarni o'rgangan holda ijtimoiy moslashuvda emotsional intellekt va xavotirlanuvchanlik darajasi, insonning o'zini va boshqalarni qabul qilishi muhim omil sanab, g'oyalar amaliy jihatdan o'rganildi. Amaliy jihatdan o'rganish maqsadida ta'lim muassasasidan tashqarida ijtimoiy moslashuvini o'rganish uchun K. R Rodjers, R. E. Daymondning "Ijtimoiy-psixologik moslashuv" metodikasi qo'llanildi. Ijtimoiy moslashuv jarayonida insonning emotsional intellekt darajasini o'rganish maqsadida N. Xollning "Emotsional intellekt" metodikasidan foydalanildi. O'quvchilar ijtimoiy moslashuvida xavotirlanuvchanligining ahamiyatini o'rganish maqsadida A. M Prixojanning "Xavotirlanuvchanlik darajasini o'lchash" metodikalaridan foydalanildi.

1-jadval

Shaxs ijtimoiylashuvi va xavotirlanuvchanlik metodikalari o'rtasidagi korrelyatsiya ko'rsatkichlari (K.Pirsonning r-korrelyatsiya koeffitsiyenti bo'yicha)

Ko'rsatkichlar	Ijtimoiy mos-lashuv	Avtonomlik	Ijtimoiy faollik	Ijtimoiy norma
Maktab bilan bog'liq xavotir	-,092	-,209(*)	-,276(**)	-,451(**)
O'zini baholash bilan bog'liq xavotir	-,329(**)	-,449(**)	-,309(**)	-,404(**)
Shaxslararo munosa-batga bog'liq xavotir	-,447(**)	-,341(**)	-,352(**)	-,630(**)

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

M. I. Rojkovning "Shaxs ijtimoiylashuvi" metodikasining ijtimoiy moslashuv shkalasi va A. M Prixojanning "Xavotirlanuvchanlik darajasini o'lchash" metodikasi shkalalar o'rtasidagi munosabatlar o'rganilganda, o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvi o'zini baholash bilan bog'liq xavotirlanish ($r=-0,329$; $p<0,01$) va shaxslararo munosabatga bog'liq xavotirlanish ($r=-0,447$; $p<0,01$) shkalalari bilan manfiy munosabat borligi kuzatildi. O'quvchilar ijtimoiy moslashuvining oshib borishi ulardagi o'zini baholash bilan bog'liq xavotirlanish va shaxslararo munosabat bilan bog'liq xavotirlanishni meni qanday qabul qiladi, salbiy munosabat bildiradi, ustimdan kuladi, agressiv munosabat bildiradi kabi fikrlarni oldi olinar, xavotir, qo'rquv pasayar ekan, xavotirning oshishi ijtimoiy moslashuvning pasayishiga sabab bo'ladi (1-jadval).

Avtonomlikni oshishi maktab bilan bog'liq xavotirlanish ($r=-0,209$; $p<0,05$), o'zini baholash bilan bog'liq xavotirlanish ($r=-0,449$; $p<0,01$), shaxslararo munosabatga doir xavotirlanish ($r=-0,341$; $p<0,01$) shkalalari bilan manfiy munosabat aniqlandi. Demak zaif eshituvchi o'quvchi avtonomligining oshishi insondagi xavotirlanuvchanlik, qo'rquv hislarini pasaytirishga sabab bo'lar ekan.

Ijtimoiy faollik zaif eshituvchi o'quvchidagi maktab bilan bog'liq xavotirlanish shkalsi ($r=-0,276$; $p<0,01$), o'zini baholash bilan bog'liq xavotirlanish shkalsi ($r=-0,309$; $p<0,01$), shaxslararo munosabatga bog'liq xavotirlanish shkalalari ($r=-0,352$; $p<0,01$) bilan manfiy

munosabat kuzatildi. Ijtimoiy faollikni oshishi yuqoridagi ijtimoiy moslashuv shkalalarida kuzatilganidek zaif eshituvchi o'quvchidagi xavotirlanuvchanlikni pasaytiradi. Xavotirlanuvchanlikni oshishi, maktabdagilar bilan, jumladan maktab direktori, sinfdoshlari, o'qituvchilar bilan kelisha olmaslik natijasida ijtimoiy faollik pasayib boradi.

Ijtimoiy norma shkalasi (r=-0,451; p<0,01) maktab bilan bog'liq xavotirlanish, o'zini baholash bilan bog'liq xavotirlanish (r=-0,404; p<0,01), shaxslararo munosabatga bog'liq xavotirlanish (r=-0,630; p<0,01) shkalalari o'rtasida manfiy munosabatlar aniqlandi. Demak, zaif eshituvchi o'quvchining ijtimoiy normalarga rioya qilishi, ya'ni uni o'rab turgan odamlar tomonidan qabul qilingan norma va qoidalarga rioya qilishi, past natijalar esa atrofidagi insonlarning fikriga nisbatan qarshi fikrda bo'lishi, o'zidagi norozilikni ko'rsatishga harakat qilishini bildiradi. Ijtimoiy normalarga rioya qilish xavotirlanuvchanlik darajasini kamayishi munosabatida bo'lsa, ijtimoiy normalarni qabul qila olmaslik zaif eshituvchi o'quvchidagi xavotirlanuvchanlikni yuqoriligi natijasi bo'lishi mumkin.

2-jadval

Ijtimoiy psixologik adaptatsiya va xavotirlanuvchanlik metodikalari o'rtasidagi korrelyatsiya ko'rsatkichlari
(K.Pirsonning r-korrelyatsiya koeffitsiyenti bo'yicha)

Ko'rsatkichlar	Adaptatsiya	Yolg'on	O'z o'zini qabul qilish	Boshqalarni qabul qilish	Emotsional qulaylik
Maktab bilan bog'liq xavotirlanish	-,214(*)	-,123	-,168	-,301(**)	-,345(**)
O'zini baholash bilan bog'lik xavotirlanish	-,202(*)	,000	-,203(*)	-,247(**)	-,365(**)
Shaxslararo munosabatga bog'liq xavotir	-,306(**)	,163	-,106	-,265(**)	-,367(**)

Izoh: * – p ≤ 0,05; ** – p ≤ 0,01.

Maktab bilan bog'liq xavotirlanuvchanlik oshib borishining ta'siri yuqori darajada ekanligi kuzatildi. K. R. Rodjers, R. E. Daymondning "Ijtimoiy-psixologik moslashuv" metodikasining quyidagi shkalalari adaptatsiya (r=-0,214; p<0,05), boshqalarni qabul qilish (r=-0,301; p<0,01), emotsional qulaylik (r=-0,345; p<0,01) shkalalari bilan manfiy munosabat aniqlandi. Demak, bu xavotirlanish emotsional bilimdonlikni past ekanligini ko'rsatadi, zaif eshituvchi o'quvchi o'z emotsiyasini boshqarishda qiynaladi, vaziyatlarni qabul qilishda tushkunlik, agressiya vujudga kelishi mumkin. Shu bilan bir qatorda insondagi o'z emotsiyasini boshqarishning past ekanligi xam kuzatilib motivatsiya shkalasidagi manfiy natijada kuzatilganidek inson o'z xulqini boshqarishda qiyinchiliklarga duch kelishi kuzatiladi (2-jadval).

Xavotirlanuvchanlik nafaqat o'z emotsiyasini boshqara olishdagi qiyinchiliklarga, balki o'zgalarni emotsiyasini tushuna olish, ularni his qilish, hamdardlik bildirish, tushunish kabi hislarini xam kamayib borishi kuzatildi. Xavotir va emotsional tushkunlik o'z-o'zidan zaif eshituvchi o'quvchining atrofdagi insonlarga qo'shilishi, nafaqat atrofidagi insonlarga balki, maktabida xam moslashuvida qiyinchilik yuzaga keladi. Agar o'quvchi boshqalarni boricha, baholamasdan qabul qilsa o'zaro munosabatlarda ijobiy munosabatni kuzatishimiz va xavotirlilik darajasini kamaytirishimiz mumkin, ma'lum bo'lganidek xavotirlilikni oshishi boshqalarni qabul qilishda qiyinchilikni yuzaga kelishi, atrofdagilarning harakatlari va fikrlariga qarshilikni uyg'onishi, o'quvchi o'zini emotsional jihatdan qulay his qilmasligi bu esa o'quvchini hayoti davomida depressiyaga tushishi, yoxud agressiv bo'lib qolishiga olib keladi.

O'zini baholash bilan bog'liq xavotirlanuvchanlik (r=-0,202; p<0,05) adaptatsiya shkalasi, o'z-o'zini qabul qilish (r=-0,202; p<0,05), boshqalarni qabul qilish (r=-0,247; p<0,01), emotsional qulaylik (r=-0,365; p<0,01) shkalalari bilan teskari korrelyatsiya kuzatildi. Zaif eshituvchi o'quvchilarda o'zlarini baholashdagi xavotirlari ularni ijtimoiy moslashuvlarida, insonlar bilan erkin munosabatga kirisha olish, xohish –imkoniyatlarini erkin bayon eta olish,

muhitda o'zini qulay his etishi sust ekanligi, o'zlarini qabul qila olmasliklari, doimiy tanqid qilishlari, o'zlaridan qoniqmasliklari, yuqori talablar qo'yishlari, shuningdek boshqalarni ham qabul qila olmasliklari, insonlar bilan o'zaro ijobiy munosabatga kirishmasliklari, ulardan qoniqmasliklari kuzatildi. O'zini va o'zgalarni qabul qila olmaslik, ijtimoiy moslasha olmaslik, o'zidan xavotirlanish hissi, o'z-o'zidan o'quvchi o'zida emotsional qulaylik his eta olmaslik, zo'riqish kuchayishiga sabab bo'ladi. Demak, muhim vazifalarimizdan biri o'zini baholash bilan bog'liq xavotirni normallashtirishimiz kerak.

Xavotirlanishning biz diqqatimizni qaratgan A. M Prixojan tomonidan keltirilgan barcha ko'rinishlarida boshqa shkalalar bilan teskari aloqalar kuzatildi. Faqat ayrim maktab bilan bog'liq xavotirlanish, o'z-o'zini qabul qilishda salbiy natija kuzatilmagan bo'lsa, o'z-o'zini baholash bilan bog'liq xavotirlanishda empatiya va o'zgalar emotsiyasini boshqarish va tushunishga ta'sir etmasligi, shaxslararo munosabatga bog'liq xavotirlanishda esa o'zgalar emotsiyasini tushunish va boshqarish, o'z-o'zini qabul qilishga ta'sir etmasligi kuzatildi. Umumlashtirgan xolda tahlil qilib aytishimiz mumkinki, ijtimoiy moslashuvida muammosi bor o'quvchilarni boshqalarni qabul qilish darajasini oshirish kerak ekan, chunki barcha xavotirlanish turlarida boshqalarni qabul qilish shkalasi tushib ketgan, bu esa ularning xavotirlanuvchanlik, qo'rquvni oshishiga sabab bo'luvchi omillardan bittasi bo'lishi mumkin.

Shaxslararo munosabatga bog'liq xavotirlanish shkalasida quyidagi shkalalar bilan manfiy munosabatlar aniqlandi. Adaptatsiya ($r=-0,306$; $p<0,01$), boshqalarni qabul qilish ($r=-0,265$; $p<0,01$), emotsional qulaylik ($r=-0,367$; $p<0,01$). Zaif eshituvchi o'quvchida atrofdagilar bilan o'zaro munosabatga kirishishdan xavotirlanish, qo'rquv, undagi emotsional bilimdonlikni pasayishi bilan bog'liqligi, o'z emotsiyasini boshqarishda sustlashish, xulqdagi kamchiliklarni yuzaga kelishi, hissiyotlarini noadekvat namoyish etish, atrofdagilarning hissiyotlari, ulardagi tushkunlik, yuqori kayfiyatni sezmaslik, o'rtoqlari, kasbdoshlari, ta'lim muassasasi, uni o'rab turgan insonlarga moslasha olmaslik, boshqalardagi xato kamchiliklarni ko'rish, unga nisbatan yaxshi munosabatda bo'lmaydi degan fikrlarning uyg'onishi va yuqoridagi noqulayliklar eshitishida nuqsoni bor yigit qizlarda emotsional qulaylik, erkinlik, xotirjamlikning yo'qolishiga sabab bo'lar ekan.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Мудрик А. В. Социалная педагогика: М., 2007.
2. Елисеева, Ю. Н. Особенности социализации детей школного возраста с ОВЗ / Ю. Н. Елисеева. - Текст : непосредственный // Молодой ученый. - 2016. - № 3 (107).
3. Лебединский, В. В. Нарушения психического развития в детском возрасте: учеб. пособие для студентов психолог. фак. высш. учеб. заведений. – М.: «Академия», 2004.
4. Собкин В. С. Подросток с дефектом слуха: ценности, ориентации, жизненные планы, социалные связи. Эмпирическое исследование. М., 1997.
5. Гумерова А. А. Казахский националный университет имени ал-Фараби, Уралский федералный университет, г. Алматы, Казахстан имени первого Президента России Б.Н. Елцина г. Алматы, Казахстан Эмоционалный интеллект как фактор формирования социалной устойчивости личности 2018.
6. Богданова Т.Г. Сурдопсихология: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Академия, 2002 год.
7. Анастази А. Психологическое тестирование: В 2 т. - М., 1982.
8. Розанова Т. В. Методы психолого-педагогического изучения глухих детей со сложным дефектом // Дефектология. - 1992. - № 2.
9. Yusufaliyeva, A. Y. (2025). Zaif eshituvchi o'quvchilarning ta'lim muassasasidagi ijtimoiy moslashuvi. Academic Research In Educational Sciences, 6(NUU Conference 1), 188-190.

Zohidov Samandar Iskandar o'g'li
O'zbekiston Milliy universiteti tayanch doktoranti

MASOFAVIY TA'LIMDA PSIXOREGULYATSIYA MUAMMOLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada masofaviy ta'lim jarayonida talabalarning psixoregulyatsiya muammolari tahlil qilinadi. Masofaviy o'qitish sharoitida motivatsiya pasayishi, diqqatni boshqarishdagi qiyinchiliklar, stressning ortishi va o'zini nazorat qilish muammolari ko'plab talabalar uchun asosiy psixologik to'siqlar hisoblanadi. Shu bilan birga, psixoregulyatsiya texnikalari, jumladan, vaqtni to'g'ri boshqarish, autogen mashqlar va meditatsiya kabi usullar masofaviy ta'lim samaradorligini oshirishda muhim ahamiyat kasb etishi ko'rsatiladi.*

Kalit so'zlar: *masofaviy ta'lim, psixoregulyatsiya, motivatsiya, stress, o'zini boshqarish.*

PROBLEMS OF PSYCHOREGULATION IN DISTANCE EDUCATION

Abstract. *This article analyzes the problems of psychoregulation in the process of distance education. The study highlights that reduced motivation, difficulties in attention control, increased stress, and self-regulation challenges represent significant psychological barriers for many students. At the same time, psychoregulation techniques, including time management, autogenic training, and meditation, are shown to play a crucial role in improving the effectiveness of distance learning.*

Keywords: *distance education, psychoregulation, motivation, stress, self-regulation.*

ПРОБЛЕМЫ ПСИХОРЕГУЛЯЦИИ В ДИСТАНЦИОННОМ ОБУЧЕНИИ

Аннотация. *В данной статье рассматриваются проблемы психорегуляции в процессе дистанционного обучения. Отмечается, что снижение мотивации, трудности в управлении вниманием, рост стресса и проблемы самоконтроля являются основными психологическими барьерами для многих студентов. Вместе с тем показано, что техники психорегуляции, такие как тайм-менеджмент, аутогенные тренировки и медитация, играют важную роль в повышении эффективности дистанционного обучения.*

Ключевые слова: *дистанционное обучение, психорегуляция, мотивация, стресс, самоконтроль.*

Kirish. So'nggi yillarda masofaviy ta'lim butun dunyoda keng joriy etildi va u ta'lim jarayonida yangi imkoniyatlar bilan bir qatorda psixologik qiyinchiliklarni ham yuzaga keltirdi. An'anaviy auditoriya sharoitida talabalar tashqi nazorat, bevosita o'qituvchi va tengdoshlar bilan muloqot orqali o'z faoliyatini boshqarishi mumkin edi. Ammo masofaviy ta'lim sharoitida ushbu omillar sezilarli darajada kamayadi va talabalardan yuqori darajadagi psixoregulyatsiya, mustaqillik va intizom talab qilinadi.[1,2] Psixoregulyatsiya - bu shaxsning o'z hissiyoti, diqqat-e'tibori va xatti-harakatlarini boshqarish jarayonidir. Masofaviy ta'lim kontekstida psixoregulyatsiyaning o'rni yanada ortib, talabaning o'quv faoliyatini samarali tashkil etishda hal qiluvchi omil bo'lib qolmoqda [3]. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kuchli psixoregulyatsiya ko'nikmalariga ega talabalar o'z vaqtini samarali boshqaradi, stressni kamaytiradi va o'quv jarayoniga faolroq jalb etiladi. Shu sababli, masofaviy ta'lim sharoitida psixoregulyatsiya muammolarini tahlil qilish va ularga yechim topish masalasi dolzarb ilmiy va amaliy ahamiyatga ega

Adabiyotlar sharhi. Masofaviy ta'lim jarayonida psixoregulyatsiya masalasi zamonaviy psixologiya va pedagogika fanida alohida tadqiqot yo'nalishlaridan biri sifatida shakllanmoqda. Psixoregulyatsiya tushunchasi birinchi navbatda shaxsning o'z emotsional holatini, motivatsiyasini, diqqatini va xulqini ongli ravishda boshqarish qobiliyatini anglatadi. Klassik psixologiya nazariyalarida bu tushuncha o'zini-o'zi nazorat qilish (self-regulation) va stressni boshqarish (stress management) bilan chambarchas bog'liq holda talqin etilgan [4]. An'anaviy ta'lim tizimida psixoregulyatsiya ko'pincha o'qituvchi va guruhdoshlar bilan bevosita muloqot orqali tabiiy shakllanadi. Biroq,

masofaviy ta'limda bu jarayon ancha murakkablashadi, chunki talaba mustaqil ravishda vaqtni boshqarishi, diqqatini jamlashi va tashqi nazorat deyarli yo'qligida o'zini ruhiy jihatdan muvozanatda ushlashi zarur bo'ladi [2]. Shuning uchun ko'plab tadqiqotchilar masofaviy ta'limda muvaffaqiyatni belgilovchi asosiy omil sifatida aynan psixoregulyatsiyani qayd etadilar [5]. So'nggi yillarda olib borilgan ilmiy ishlarda masofaviy ta'limda uchraydigan psixologik muammolar turlicha guruhlashtiriladi. Masalan, Xodges va hamkorlari pandemiya davrida keng tarqalgan onlayn ta'lim tajribasini o'rganib, talabalarda quyidagi muammolarni qayd etadi: kuchaygan tashvish, ijtimoiy izolyatsiya, motivatsiya pasayishi, vaqtni to'g'ri boshqara olmaslik va akademik stress. Shu bilan birga, emotsional qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi talabalarning o'zini psixologik jihatdan barqaror tutishiga salbiy ta'sir ko'rsatgan.

Masofaviy ta'limda psixoregulyatsiya jarayonlarini tadqiq etishda shaxsning motivatsion tizimi alohida o'rin tutadi. O'quv motivatsiyasi pasayishi ko'pincha talabaning vazifalarni ortga surishi (prokrastinatsiya), diqqatni chalg'ituvchi tashqi omillarga berilishi va natijada akademik samaradorlikning susayishi bilan bog'liq [6]. Shu sababli ko'plab nazariy yondashuvlar masofaviy ta'limda psixoregulyatsiyani motivatsiya va o'zini boshqarish mexanizmlari orqali izohlaydi. Boshqa bir yo'nalish – stress va emotsional barqarorlik masalasi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, masofaviy ta'lim sharoitida stress darajasi an'anaviy ta'limga nisbatan ko'proq bo'lishi mumkin, chunki talaba bir vaqtning o'zida akademik topshiriqlarni bajarish, texnik qiyinchiliklarni yengish va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash yetishmasligi bilan kurashadi [7]. Emotsional beqarorlik esa talabalarda diqqatning tez chalg'ishi va qaror qabul qilishda xatoliklarning ko'payishiga olib keladi.

Adabiyotlarda, shuningdek, o'zini-o'zi nazorat qilish (self-monitoring) tushunchasi keng muhokama qilinadi. Zimmerman [2] modeliga ko'ra, masofaviy ta'limdagi samaradorlik talabaning o'quv faoliyatini rejalashtirish, maqsadlarni belgilash va ularga erishish jarayonida o'zini kuzatish va baholash darajasiga bog'liq. Psixoregulyatsiya jarayonida talaba faqat bilimni o'zlashtirish bilan cheklanmay, balki o'zining ruhiy holatini ham nazorat qiladi. Ko'plab tadqiqotchilar masofaviy ta'limda ijtimoiy o'zaro ta'sirning yetishmasligini psixoregulyatsiya muammolarining markaziy omili sifatida ta'kidlaydilar [7]. O'quvchi–o'qituvchi va o'quvchi–o'quvchi o'rtasidagi munosabatlar zaiflashganda, talabalar o'zini yolg'iz his etadi va bu emotsional qo'llab-quvvatlashning kamayishiga olib keladi. Shu bois zamonaviy onlayn ta'lim platformalari o'z ichiga virtual forumlar, chatlar va hamkorlik loyihalarini qo'shib, ijtimoiy integratsiyani mustahkamlashga harakat qilmoqda.

So'nggi yillarda psixoregulyatsiyani qo'llab-quvvatlashda turli psixotexnikalar ham taklif qilinmoqda. Masalan, ongli xabardorlik (mindfulness) mashqlari, nafasni boshqarish texnikalari, kognitiv qayta tuzish usullari talabalarning stressni yengillashtirish va diqqatni jamlashiga yordam. Bunday texnikalar masofaviy ta'lim sharoitida o'zini-o'zi boshqarish strategiyalarini kuchaytiruvchi samarali vositalardan biri sifatida qaralmoqda. Shunday qilib, mavjud adabiyotlar shuni ko'rsatadiki, masofaviy ta'limdagi psixoregulyatsiya muammolari ko'p qirrali va ular motivatsion, emotsional, kognitiv hamda ijtimoiy omillar bilan uzviy bog'liqdir. Bu esa masofaviy ta'lim samaradorligini oshirish uchun psixologik yondashuvlarni joriy etish zarurligini taqozo etadi. Masofaviy ta'limda psixoregulyatsiya muammolari. Masofaviy ta'lim jarayoni insonning nafaqat intellektual faoliyatini, balki emotsional va psixologik holatini ham faol boshqarishni talab etadi. Chunki an'anaviy auditoriya sharoitidan farqli ravishda, talaba ko'pincha o'zi yolg'iz holda o'quv materiallari bilan shug'ullanadi. Bu holat bir tomondan mustaqillikni oshirsa, ikkinchi tomondan turli psixoregulyatsiya muammolarini yuzaga keltiradi [1].

Motivatsiya va ichki resurslarni boshqarish. Masofaviy ta'lim sharoitida talabalar o'z bilim olish jarayonini mustaqil ravishda tashkil etishlari zarur. Bu jarayon esa nafaqat intizom va vaqtni boshqarish bilan, balki ichki motivatsiya va shaxsiy resurslarni to'g'ri yo'naltirish bilan ham bevosita bog'liqdir. Psixologik tadqiqotlarda [8] qayd etilishicha, ichki motivatsiyasi yuqori bo'lgan talabalar masofaviy ta'limga tezroq moslashadi, stressga bardoshliligi kuchliroq bo'ladi va o'z oldiga qo'ygan maqsadlariga tezroq erishadi.

Motivatsiya, avvalo, ikki turga bo'linadi**:** ichki motivatsiya va tashqi motivatsiya**.** Ichki motivatsiya talabaning bilim olish jarayonidan zavq olishi, o'zini rivojlantirishga intilishi bilan izohlanadi. Tashqi motivatsiya esa baho, mukofot yoki ijtimoiy rag'bat kabi tashqi omillarga asoslanadi [9].

Masofaviy ta'limda aynan ichki motivatsiya yetakchi rol o'ynaydi, chunki talabaning mustaqil ishlash jarayonida uni qo'llab-quvvatlaydigan asosiy kuch - o'zining ichki rag'batidir. Ichki resurslarni boshqarish esa talabaning o'zining psixologik, emotsional va intellektual imkoniyatlarini ongli ravishda faollashtirishini anglatadi. Bu jarayon bir necha yo'nalishda amalga oshiriladi. Birinchidan, maqsadlarni to'g'ri qo'yish- talaba o'quv vazifalarini aniq va bosqichma-bosqich rejalashtirganda uning motivatsiyasi mustahkamlanadi. Ikkinchidan, o'zini rag'batlantirish usullari - kichik yutuqlarni qadrlash, o'zini maqtash yoki kichik mukofotlar belgilash orqali talaba o'z kuchini tiklashi mumkin [9]. Bundan tashqari, talabaning Emotsional resurslarini tiklash muhim ahamiyat kasb etadi. Meditatsiya, musiqiy terapiya yoki qisqa tanaffuslar orqali ruhiy zo'riqishni kamaytirish ichki resurslarning barqarorligini ta'minlaydi. Shuningdek, ijobiy fikrlash, o'z-o'ziga ishonch va psixologik bardoshlilik ham ichki resurslarni samarali boshqarishda muhim rol o'ynaydi [10]. Shunday qilib, motivatsiya va ichki resurslarni boshqarish masofaviy ta'lim jarayonida muvaffaqiyat kalitidir. U talabalarga o'z bilim olish jarayonini faol, samarali va ijodkorona tashkil etishga yordam beradi. Shu bois pedagog va psixologlar ta'lim jarayonida talabalarning motivatsion omillarini qo'llab-quvvatlash va ularning ichki resurslarini samarali yo'naltirishga alohida e'tibor qaratishlari zarur

Stress va emotsional charchash. Masofaviy ta'lim jarayonida talabalar ko'plab yangi sharoitlarga moslashishga majbur bo'ladilar. An'anaviy auditoriyadagi darslardan farqli o'laroq, onlayn ta'limda ular ko'proq mustaqil ishlashlari, vaqtni to'g'ri taqsimlashlari va o'zini-o'zi nazorat qilishlari kerak bo'ladi. Bu esa ko'pincha stress darajasining oshishiga olib keladi. Psixologik tadqiqotlarda qayd etilishicha, uzoq muddatli stressning asosiy oqibatlaridan biri bu emotsional charchash - ya'ni insonning ruhiy va jismoniy quvvatining sekin-asta tugashi [5]. Stressning asosiy sabablari qatorida ta'lim jarayonidagi texnik muammolar, o'qituvchi va guruhdoshlar bilan cheklangan muloqot, o'qish va shaxsiy hayot o'rtasidagi muvozanatni saqlashdagi qiyinchiliklar keltiriladi. Bundan tashqari, doimiy onlayn darslar vaqtida ekranga uzoq qarash, jismoniy faollikning kamayishi va uy sharoitida qulay o'quv muhiti bo'lmasligi ham stressni kuchaytiruvchi omillardandir.

Emotsional charchash uch bosqichda namoyon bo'ladi. Birinchi bosqichda talabada ruhiy zo'riqish kuchayadi, tez-tez charchash hissi paydo bo'ladi. Keyingi bosqichda motivatsiya pasayadi, ta'lim jarayoniga qiziqish susayadi va o'z kuchiga bo'lgan ishonch kamayadi. So'nggi bosqichda esa talaba o'z faoliyatini samarasiz deb his qilishi, salbiy kayfiyat doimiy tus olishi va psixologik holdan toyishi mumkin. Bu holat nafaqat ta'lim sifatiga, balki shaxsning umumiy hayot faoliyatiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bois stressni kamaytirish va emotsional charchashning oldini olishda psixoregulyatsiya muhim rol o'ynaydi. Masalan, nafas olish mashqlari, meditatsiya, musiqiy terapiya, jismoniy mashqlar va vaqtni to'g'ri rejalashtirish kabi usullar yordamida ruhiy holatni muvozanatlash mumkin. Shuningdek, ijobiy muloqot, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va o'z his-tuyg'ularini baham ko'rish ham stressni kamaytiruvchi samarali omillardan hisoblanadi. Shunday qilib, stress va emotsional charchash masofaviy ta'limning muqarrar jihatlaridan biri bo'lsa-da, ularni boshqarish va nazorat qilish orqali talabaning samarali o'qishi va shaxsiy rivojlanishini ta'minlash mumkin. Pedagoglar va psixologlarning vazifasi - talabalarni ushbu xavfli omillardan xabardor qilish va ularga mos psixoprofilaktik choralarni taklif etishdir.

Ijtimoiy izolyatsiya va kommunikatsiya muammolari. Masofaviy ta'limning asosiy afzalliklaridan biri - erkinlik va qulaylik bo'lsa, eng katta kamchiliklaridan biri bu talabalarni ijtimoiy izolyatsiya holatiga tushirishidir. An'anaviy ta'limda talaba doimiy ravishda o'qituvchi, guruhdoshlar va akademik muhit bilan muloqotda bo'ladi. Bu esa uning ijtimoiy faolligi, shaxslararo munosabatlarni shakllantirish va kommunikativ ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Masofaviy o'qishda esa bu jarayon sezilarli darajada cheklanadi [6].

Ijtimoiy izolyatsiya – bu insonning o'zini jamoadan ajralgan, yolg'iz his etishi, ijtimoiy aloqalarning yetishmasligi natijasida psixologik noqulaylikka duch kelishi holatidir. Onlayn ta'limda bu ko'pincha quyidagi omillar bilan bog'liq:

1) Guruhdoshlar bilan bevosita muloqotning kamayishi;
2) O'qituvchi bilan jonli munosabat yetishmasligi;
3) O'z fikrlarini erkin ifoda etish imkoniyatlarining chegaralanganligi;
4) Yuzma-yuz muloqotdan farqli ravishda hissiy signallarning yo'qolishi.

Shuningdek, talabalar ko'pincha o'zlarini yolg'iz va qo'llab-quvvatlanmagan his qiladilar. Ularning ta'limdagi muammolari yoki shaxsiy qiyinchiliklari boshqa talabalarga ko'rinmaydi va bu esa psixologik jihatdan ijtimoiy chetlanish hissini yanada kuchaytiradi. Tadqiqotlarda ko'rsatilishicha, ijtimoiy izolyatsiya insonning o'qishga bo'lgan motivatsiyasini pasaytiradi, akademik natijalarga salbiy ta'sir qiladi va stressni kuchaytiradi [8].

Kommunikatsiya muammolari ham masofaviy ta'limning ajralmas qismi hisoblanadi. Onlayn platformalarda yozma muloqot ustunlik qilgani sababli, ko'pincha noto'g'ri tushunishlar paydo bo'ladi. Shuningdek, vaqt va texnik imkoniyatlar tafovuti ham o'qituvchi va talaba o'rtasidagi aloqa sifatini pasaytiradi. Masalan, vaqtida javob olmaslik, savollarni yuzma-yuz berish imkoniyatining yo'qligi yoki internet sifati pastligi kommunikatsion uzilishlarga olib keladi.

Ijtimoiy izolyatsiya va kommunikatsiya muammolarini kamaytirishda bir qator psixologik va pedagogik yondashuvlar samarali bo'lishi mumkin:

1. **Virtual jamoaviy faoliyatlar** – guruhiy loyihalar, onlayn seminarlar va muhokama forumlari talabalarni faol muloqotga jalb qiladi.
2. **O'qituvchining faol ishtiroki** – tezkor fikr-mulohazalar, individual maslahatlar va ijobiy rag'bat talabani o'zini qadrlangan his qilishiga yordam beradi.
3. **Texnologik imkoniyatlardan keng foydalanish** – video konferensiyalar, interaktiv topshiriqlar va ijtimoiy tarmoqlar orqali aloqani jonlantirish.
4. **O'zaro qo'llab-quvvatlash** – talabalar o'zaro tajriba almashib, bir-biriga yordam berish orqali ijtimoiy aloqani mustahkamlaydilar.

O'z-o'zini boshqarish va psixoregulyatsiya ko'nikmalari. Psixoregulyatsiya muammolarining yechimi ko'p jihatdan talabaning o'z-o'zini boshqarish qobiliyatiga bog'liqdir. O'z vaqtini rejalashtirish, maqsad qo'yish, dam olish va ishlashni muvofiqlashtirish kabi ko'nikmalar masofaviy ta'limda muvaffaqiyat kaliti sanaladi [8]. Shu bilan birga, psixologik yordam dasturlari, motivatsion treninglar va stressni kamaytiruvchi psixotexnik mashg'ulotlar ham samarali yechim sifatida tavsiya etilmoqda [9].

Psixoregulyatsiya muammolari	Oqibatlari
Motivatsiya pastligi	O'qishga qiziqishning kamayishi
Stress va emotsional charchash	Diqqat susayishi, ruhiy toliqish
Ijtimoiy izolyatsiya yo'li	Yolg'izlik hissi, qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi
O'z-o'zini boshqarish qiyinchiliklari	Akademik natijalarning pasayishi

Masofaviy ta'limda psixoregulyatsiya muammolari va oqibatlari

Umuman olganda, masofaviy ta'limda psixoregulyatsiya muammolari ko'p qirrali bo'lib, ular motivatsiya, stress, ijtimoiy izolyatsiya va o'z-o'zini boshqarish omillari bilan chambarchas bog'liq. Ushbu muammolarni bartaraf etish nafaqat talabaning akademik yutuqlarini, balki uning umumiy ruhiy salomatligini ham mustahkamlashga xizmat qiladi

Xulosa. Masofaviy ta'lim sharoitida talabalar turli psixologik muammolar bilan to'qnash keladilar. Ularning eng asosiylari – motivatsiya va ichki resurslarni boshqarishdagi qiyinchiliklar, stress va emotsional charchash, ijtimoiy izolyatsiya va kommunikatsiya muammolaridir. Ushbu omillar talabalarning o'quv jarayonidagi faolligini, shaxsiy rivojlanishini va akademik natijalarini bevosita belgilab beradi. Psixologik nuqtai nazardan, masofaviy o'qish jarayonida talaba o'zini mustaqil boshqara olishi, ichki motivlarini faollashtirishi va o'z vaqtini samarali tashkil qilishi muhim ahamiyat kasb etadi. Shu bilan birga, yuqori darajadagi stress va charchashni oldini olish uchun dam olish, o'zini psixologik qo'llab-quvvatlash, sog'lom turmush tarzini shakllantirish zarur.

Ijtimoiy izolyatsiya va kommunikatsiya muammolari esa talabalar uchun eng katta xavf sifatida ko'riladi. Chunki inson tabiatan ijtimoiy mavjudot bo'lib, muloqot va hamkorlikdan uzilish uning

psixologik holatiga salbiy ta’sir ko’rsatadi. Shuning uchun masofaviy ta’limda **interaktiv o’qitish metodlari, onlayn guruhiy faoliyatlar va tezkor fikr-mulohazalar**ni yo’lga qo’yish talab etiladi. Umuman olganda, masofaviy ta’lim sharoitida psixologik muammolarni chuqur o’rganish va ularni bartaraf etish mexanizmlarini ishlab chiqish nafaqat talabalar muvaffaqiyati, balki ta’lim sifatining oshishida ham muhim omil hisoblanadi. Shu bois ta’lim muassasalari va pedagoglar masofaviy o’qish jarayonida talabalarning psixologik ehtiyojlarini inobatga olgan holda yondashuvlarni shakllantirishlari zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). *Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being*. American Psychologist, 55(1), 68–78.
2. Zimmerman, B. J. (2002). *Becoming a self-regulated learner: An overview*. Theory into Practice, 41(2), 64–70.
3. Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2014). *Motivation in Education: Theory, Research, and Practice*. Pearson Higher Ed.
4. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
5. Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). *Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry*. World Psychiatry, 15(2), 103–111.
6. Tinto, V. (1997). *Classrooms as communities: Exploring the educational character of student persistence*. Journal of Higher Education, 68(6), 599–623.
7. Moore, M. G., & Kearsley, G. (2011). *Distance Education: A Systems View of Online Learning*. Cengage Learning.
8. Hrastinski, S. (2008). *Asynchronous and synchronous e-learning*. Educause Quarterly, 31(4), 51–55.
9. Hartley, M. T. (2011). *Examining the relationships between resilience, mental health, and academic persistence in undergraduate college students*. Journal of American College Health, 59(7), 596–604.
10. Samandar, Zokhidov. "Understanding the Cognitive Processes of Distance Learning Students: Implications for Education and Instructional Design." *World Bulletin of Social Sciences* 32 (2024): 71-73.

Абдурахманова Регина Исамутдиновна
Национальный университет Узбекистана имени Мирзо Улугбека
факультет социальных наук кафедра психологии
E-mail: regina3189@mail.ru

ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО –ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕННИНГА РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Аннотация. *Целью исследования является выявление и описание структурных компонентов психологической устойчивости военнослужащих, а также обоснование методов её целенаправленного формирования. Объектом исследования выступают военнослужащие, предметом - совокупность личностных качеств и компетенций, определяющих их психологическую устойчивость в условиях профессиональной деятельности. На основе экспертной оценки выделен структурный ряд качеств, способствующих повышению готовности и способности к выполнению задач в различных условиях обстановки. Научно-теоретическая основа представленной программы включает методики развития жизнестойкости, когнитивной и поведенческой гибкости, саморегуляции произвольной активности, автономного стиля поведенческой саморегуляции, адекватной самооценки, нервно-психической адаптированности, выдержки, целеустремлённости, самостоятельности, стрессоустойчивости, способности к саморазвитию и коммуникативной компетентности. Полученные результаты могут быть использованы при разработке и реализации программ психологической подготовки в военных образовательных учреждениях.*

Ключевые слова: *психологическая устойчивость, военнослужащие, морально-психологическое состояние, жизнестойкость, когнитивная гибкость, поведенческая гибкость, саморегуляция, произвольная активность, автономный стиль саморегуляции, самооценка, оценка деятельности, нервно-психическая адаптированность, выдержка, целеустремлённость, самостоятельность, стрессоустойчивость, саморазвитие, коммуникативная компетентность, психологическая подготовка, военные образовательные учреждения.*

HARBIY XIZMATCHILARDA KASBIY TAYYORGARLIK JARAYONIDA PSIXOLOGIK BARQARORLIKNI RIVOJLANTIRISHGA QARATILGAN IJTIMOIY-PSIXOLOGIK TRENING DASTURI

Annotatsiya. *Tadqiqotning maqsadi harbiy xizmatchilarning psixologik barqarorligining strukturaviy komponentlarini aniqlash va tavsiflash hamda uni maqsadli shakllantirish usullarini asoslashdan iborat. Tadqiqot obyekti – harbiy xizmatchilar, predmeti esa ularning kasbiy faoliyati sharoitida psixologik barqarorligini belgilovchi shaxsiy sifatlar va kompetensiyalar majmuasidir. Ekspert bahosi asosida turli sharoitlarda vazifalarni bajarishga tayyorgarlik va qobiliyatni oshirishga yordam beruvchi sifatlarning strukturaviy qatori ajratib ko'rsatildi. Taqdim etilgan dasturiy asosning ilmiy-nazariy bazasi quyidagilarni o'z ichiga oladi: hayotiy barqarorlikni (jiznestoikost), kognitiv va xulqiy moslashuvchanlikni rivojlantirish metodikalari, ixtiyoriy faollikni o'z-o'zini boshqarish, xulqiy o'zini-o'zi boshqarishning avtonom uslubi, addekvat o'zini baholash, nerv-psixik moslashuvchanlik, matonat, maqsadga yo'naltirilganlik, mustaqillik, stressga chidamlilik, o'zini rivojlantirish qobiliyati va kommunikativ kompetensiyani shakllantirish. Olingan natijalar harbiy ta'lim muassasalarida psixologik tayyorgarlik dasturlarini ishlab chiqish va amalga oshirishda qo'llanishi mumkin.*

Kalit so'zlar: *psixologik barqarorlik, harbiy xizmatchilar, ma'naviy-psixologik holat, hayotiy barqarorlik, kognitiv moslashuvchanlik, xulqiy moslashuvchanlik, o'zini-o'zi boshqarish, ixtiyoriy faollik, o'zini-o'zi boshqarishning avtonom uslubi, o'zini baholash, faoliyatni baholash, nerv-psixik moslashuvchanlik, matonat, maqsadga yo'naltirilganlik, mustaqillik, stressga chidamlilik, o'zini rivojlantirish, kommunikativ kompetensiya, psixologik tayyorgarlik, harbiy ta'lim muassasalari.*

PROGRAM OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL TRAINING FOR DEVELOPING PSYCHOLOGICAL RESILIENCE OF MILITARY PERSONNEL IN THE PROCESS OF PROFESSIONAL TRAINING

Abstract. *Psychological resilience is increasingly recognized as a critical determinant of operational effectiveness in modern armed forces, enabling service members to sustain performance and well-being under extreme and unpredictable conditions. This study examines a structured framework of competencies, identified by military psychology experts, that underpin the development and maintenance of resilience in military personnel. Drawing on practical work with active service members, the research implements targeted training interventions designed to strengthen key structural components of resilience. The program's scientific and theoretical foundation integrates evidence-based methods for enhancing hardiness, cognitive and behavioral flexibility, self-regulation of voluntary activity, autonomous self-regulatory styles, accurate self-assessment and performance appraisal, neuropsychological adaptation, endurance, goal commitment, independence, stress tolerance, self-development capacity, and interpersonal competence. The findings demonstrate direct applicability to the curricula and training protocols of military educational institutions, offering a replicable model for resilience-building in high-demand operational environments.*

Keywords: *psychological resilience, military personnel, moral and psychological state, hardiness, , cognitive flexibility, behavioral flexibility, self-regulation, voluntary activity, autonomous self-regulatory style, self-assessment, performance evaluation, neuropsychological adaptation, endurance, goal commitment, independence, stress tolerance, self-development, interpersonal competence, psychological training, military educational institutions.*

Программа социально-психологического тренинга развития психологической устойчивости военнослужащих в процессе профессиональной подготовки разработана авторами на основе структурной модели психологической устойчивости, сформированной по результатам экспертного анализа. Данная модель включает ряд ключевых личностных и поведенческих характеристик, обеспечивающих успешную адаптацию военнослужащих к экстремальным и напряжённым условиям службы: жизнестойкость, когнитивная и поведенческая гибкость, саморегуляция произвольной активности, автономный стиль поведенческой саморегуляции, адекватная самооценка и оценка результатов деятельности, нервно-психическая адаптированность, выдержка, целеустремлённость, самостоятельность, стрессоустойчивость, способность к саморазвитию и коммуникативная компетентность.

Каждый из перечисленных компонентов был операционализирован в виде шкал психодиагностических методик, что позволило зафиксировать исходный уровень развития данных качеств, а также оценить динамику изменений в процессе тренинга. Такой подход обеспечивает не только качественное, но и количественное измерение эффективности программы, что повышает её научную обоснованность и практическую ценность.

Структура и организация программы

Программа включает 21 тематическое занятие продолжительностью от 1,5 до 2 часов каждое, реализуемое в течение трёх месяцев. Формат занятий сочетает групповые и индивидуальные формы работы, что позволяет сочетать преимущества интерактивного взаимодействия и персонализированной обратной связи. Используются методы социально-психологического тренинга, когнитивно-поведенческих техник, моделирования стрессовых ситуаций, ролевых игр, дискуссий, а также рефлексивного анализа.

Цель программы - развитие и укрепление психологической устойчивости военнослужащих в процессе их профессиональной подготовки, что способствует повышению их боевой готовности, способности к адаптации в условиях неопределённости и сохранению психологического здоровья.

Основные задачи:

Формирование системы знаний о структурных компонентах психологической устойчивости и их роли в профессиональной деятельности военнослужащего.

Развитие жизнестойкости в условиях как интенсивного стрессового воздействия, так и в период относительного покоя.

Повышение уровня когнитивной и поведенческой гибкости, саморегуляции произвольной активности, адекватности самооценки и оценки собственных результатов.

Укрепление нервно-психической адаптированности.

Формирование и закрепление таких качеств, как выдержка, целеустремлённость и самостоятельность.

Развитие стрессоустойчивости и способности сохранять работоспособность в экстремальных ситуациях.

Формирование навыков саморазвития и непрерывного личностного роста.

Освоение и применение приёмов конструктивного взаимодействия, развитие коммуникативной компетентности.

Выборка исследования: в исследовании приняли участие 20 военнослужащих в возрасте от 25 до 50 лет, проходящих профессиональную подготовку. Группа была сформирована с учётом критериев физического и психического здоровья, а также отсутствия острых кризисных состояний на момент начала тренинга.

Содержание тренинга. Для каждого структурного компонента психологической устойчивости разработан комплекс упражнений и методических приёмов: развитие жизнестойкости (упражнения на переоценку стрессовых факторов, поиск ресурсов и способов их мобилизации); развитие когнитивной и поведенческой гибкости (сценарные задачи с меняющимися условиями, техники адаптивного мышления); повышение нервно-психической адаптированности (дыхательные упражнения, методы мышечной релаксации, тренировка стресс-иммунитета);формирование выдержки (постепенное усложнение задач в условиях временных и ресурсных ограничений); развитие стрессоустойчивости (моделирование ситуаций повышенного риска и отработка алгоритмов действий); совершенствование саморегуляции произвольной активности (техники планирования и распределения усилий, контроль внимания); повышение адекватности самооценки (обратная связь, самоанализ, метод «360 градусов»); развитие целеустремлённости (работа с личными целями, постановка задач); формирование самостоятельности (упражнения с элементами принятия решений в условиях неопределённости); развитие коммуникативной компетентности (ролевые игры, тренинг навыков конструктивного диалога).

Основные меры профилактики снижения психологической устойчивости у военнослужащих.

Психологическая устойчивость военнослужащих представляет собой интегративное личностное свойство, обеспечивающее способность эффективно функционировать в условиях повышенной психоэмоциональной нагрузки, сохранять работоспособность и адекватность поведения в ситуациях неопределённости и риска. Профилактика её снижения требует системного и многоуровневого подхода, включающего как организационно-управленческие, так и социально-психологические меры.

К числу ключевых направлений профилактической работы относятся:

1. Внимательное и толерантное отношение командования к подчинённым

Психологический климат в воинском коллективе во многом определяется стилем взаимодействия руководителей с личным составом. Уважение к личности военнослужащего, признание ценности его мнений, суждений и предложений формируют чувство значимости и причастности, снижают риск эмоционального выгорания. Толерантность в поведении командиров предполагает умение слышать и принимать индивидуальные особенности подчинённых, что способствует укреплению доверия и сплочённости подразделения.(О.А Ахвердова, А.А Реан, Н.В Кузьмина) [5]

2. Информированность о социальной ситуации военнослужащих и помощь в решении проблем

Командный состав и психологическая служба должны владеть информацией о реальном положении дел в семьях военнослужащих. Это позволяет своевременно оказывать помощь в разрешении бытовых, финансовых, психологических и семейных конфликтов. Комплексная поддержка снижает уровень фонового стресса и предупреждает формирование хронической эмоциональной напряжённости, отрицательно влияющей на служебную деятельность. [6]

3. Рациональное распределение военнослужащих по подразделениям и специальностям

Оптимальное назначение на должности и виды деятельности должно учитывать уровень подготовки, профессиональный опыт и индивидуально-психологические особенности военнослужащих. Нерациональное распределение функций способно привести к перегрузке или, напротив, к недоиспользованию потенциала, что отрицательно сказывается на мотивации и психоэмоциональном состоянии [2]

4. Оптимизация эргономических условий деятельности

Эргономические параметры (рабочее пространство, график службы, оснащённость мест несения службы) должны соответствовать физиологическим и психологическим возможностям военнослужащих. Исключение необоснованных физических и морально-психологических перегрузок является профилактикой утомления, раздражительности и снижения боеспособности [4]

5. Регулирование служебных нарядов с учётом состояния военнослужащих

Равномерное распределение нарядов и дежурств, учёт физического состояния и психологического самочувствия позволяют избежать чрезмерного накопления усталости и снижения функциональных резервов организма. Такой подход повышает справедливость в коллективе и укрепляет морально-психологический климат.

6. Мониторинг социально-психологических процессов в подразделениях

Регулярное изучение запросов, настроений и динамики межличностных отношений в воинских коллективах позволяет своевременно выявлять признаки психологической напряжённости. Формирование здорового морально-психологического климата на основе уважительности, взаимопомощи и доброжелательности является ключевым фактором сохранения психологической устойчивости.

7. Создание условий для творческой реализации и восстановления

Предоставление военнослужащим возможностей для творческой деятельности, самовыражения и отдыха по индивидуальному плану способствует восстановлению ресурсов и предотвращает монотонность службы. Такая активность активизирует внутренние механизмы адаптации и повышает эмоциональный тонус. [3]

8. Поддержка коммуникаций с близкими

Организация возможности регулярного обмена письмами и телефонными звонками с родственниками, особенно в стрессовые периоды службы, оказывает выраженный стабилизирующий эффект. Личная поддержка со стороны семьи является значимым ресурсом, снижающим риск психологической дезадаптации.

9. Индивидуальная психологическая работа по самопознанию

Психолог подразделения должен проводить разъяснительные беседы с военнослужащими, раскрывая особенности их характера, возможные уязвимые стороны и предлагая рекомендации по самоконтролю и коррекции поведения. Данный процесс развивает у военнослужащих осознанность и способность к саморегуляции [1]

10. Анализ и предупреждение критических ситуаций

Необходимо выявлять типичные ситуации, в которых военнослужащие с признаками нервно-психической неустойчивости склонны к неадекватным реакциям, и проводить тренировки по корректному поведению в таких условиях. Это снижает вероятность конфликтов, ошибок, аварий и травматических инцидентов.

11. Исследование стрессогенных аспектов военной службы

Систематический анализ видов военно-профессиональной деятельности, вызывающих наибольшие негативные переживания и состояния, позволяет разрабатывать целенаправлен-

ные меры профилактики. Своевременная коррекция условий службы минимизирует риск психологических срывов и негативных последствий для здоровья и боеспособности личного состава.

Таким образом, профилактика снижения психологической устойчивости военнослужащих требует комплексного подхода, сочетающего управленческие, социальные, психодиагностические и коррекционные мероприятия. Научно обоснованная система таких мер позволяет существенно повысить уровень адаптации личного состава и снизить вероятность возникновения психологической дезадаптации в условиях военной службы.

Психологическая устойчивость военнослужащих – ключевой фактор для эффективного выполнения задач в стрессовых условиях. Упражнения продемонстрировали важность: рефлексии (осознание связи между прошлым, настоящим и будущим); стратегического планирования (антистрессовый режим дня); формирование позитивного мышления (превращение негативного опыта в ресурс). Участники получили инструменты для саморегуляции, которые помогут им минимизировать стресс и поддерживать эмоциональную стабильность.

Участники получили возможность углубить понимание профессионального стресса в деятельности военнослужащих, его причин и последствий. Основное внимание было уделено изучению способов повышения психологической устойчивости и освоению эффективных антистрессовых методов. Данные упражнения продемонстрировали, что систематическая работа с собственным состоянием позволяет военнослужащим не только справляться с профессиональными стрессорами, но и повышать свою психологическую устойчивость. Участники отметили практическую ценность полученных знаний и выразили готовность применять изученные техники в повседневной деятельности для укрепления психического здоровья и повышения личной эффективности.

Результаты и содержание занятий, направленных на развитие психологической устойчивости военнослужащих

В ходе реализации программы социально-психологического тренинга участники были последовательно ознакомлены с теоретическими и практическими аспектами анализа профессионального стресса, а также с методами его преодоления. Центральным направлением работы стало формирование осознанного отношения к собственным источникам стресса, развитие навыков стресс-менеджмента и освоение методик, способствующих поддержанию и укреплению психологической устойчивости в условиях военной службы.

Результаты мониторинга эффективности занятий показали, что **75% участников** отметили высокую значимость полученных знаний, их практическую применимость и полезность в профессиональной деятельности. Этот показатель свидетельствует о востребованности и релевантности предложенных методических подходов для целевой аудитории.

Этап 1. Изучение уровней и природы профессионального стресса.

Первый блок занятия был посвящён краткому теоретическому введению в проблематику профессионального стресса, в том числе рассмотрению его уровневой структуры, механизмов формирования и границ адаптивных и дезадаптивных реакций. Особое внимание уделялось разграничению понятий «норма стресса» и «патологический стресс», что позволило участникам осознать различие между мобилизующей и деструктивной стрессовой реакцией.

В рамках этого этапа проводилось обсуждение диагностических методов, позволяющих выявлять уровень и источники стресса, а также анализировать влияние стрессоров на когнитивную, эмоциональную и поведенческую сферы военнослужащего. Такая работа не только способствовала закреплению ранее полученных знаний, но и формировала основу для дальнейшего освоения методов саморегуляции.

Этап 2. Освоение методов управления стрессом.

На практической части занятия участники осваивали комплекс техник стресс-менеджмента, включающий:

- дыхательные и релаксационные методы, направленные на стабилизацию физиологического состояния;

• когнитивные стратегии, способствующие переработке негативных установок и интерпретаций стрессовых событий;

• техники фокусировки внимания для снижения уровня отвлекающих стимулов и поддержания высокой работоспособности;

• методы планирования деятельности, позволяющие рационально распределять нагрузку и избегать перегрузок.

Данные навыки формировали у участников способность к эффективному реагированию на стрессовые ситуации, что в перспективе должно положительно сказаться на их профессиональной надёжности и устойчивости в экстремальных условиях.

Этап 3. Изучение личностных детерминант психологической устойчивости

Отдельный тематический блок был посвящён личностным качествам, определяющим уровень психологической устойчивости военнослужащих. Ключевыми детерминантами, выделенными в ходе занятий, являются:

• независимость (способность самостоятельно принимать решения в условиях неопределённости);

• ответственность (готовность брать на себя последствия действий);

• пластичность (умение адаптироваться к изменяющимся обстоятельствам);

• самоконтроль (регуляция эмоциональных и поведенческих реакций);

• навыки планирования (постановка целей и выстраивание стратегий их достижения);

• высокий адаптационный потенциал (сохранение работоспособности в новых и сложных условиях).

Практическая часть этого этапа включала упражнения, направленные на осознание и укрепление данных качеств, а также на формирование индивидуальных стратегий их применения в служебной деятельности.

Этап 4. Анализ структурных компонентов психологической устойчивости.

В ходе следующего занятия участники подробно изучали структурные составляющие психологической устойчивости: жизнестойкость, гибкость, стрессоустойчивость, саморегуляция и другие элементы. Основное внимание было уделено их взаимосвязи и влиянию на способность военнослужащего сохранять оптимальный уровень функционирования в стрессовых и экстремальных условиях.

Практические упражнения данного этапа были ориентированы на:

• развитие навыков управления эмоциями;

• регуляцию поведенческих реакций в условиях угрозы или перегрузки;

• удержание внимания на приоритетных задачах в сложной обстановке.

Разнообразие применённых техник (от дыхательных и телесно-ориентированных практик до когнитивно-поведенческих инструментов) позволило каждому участнику подобрать оптимальные способы управления своим состоянием.

Итоговое значение занятий: проведённые занятия подтвердили, что систематическое освоение методов саморегуляции и стресс-менеджмента способствует не только повышению стрессоустойчивости военнослужащих, но и развитию у них таких универсальных компетенций, как планирование, концентрация, адаптация и управление эмоциональными реакциями. Это создаёт прочную психологическую базу для надёжного выполнения служебных обязанностей в любых, включая экстремальные, условиях.

Результаты и статистический анализ эффективности занятий. Для оценки результативности программы был проведён опрос участников по ряду ключевых показателей, отражающих восприятие содержания и применимость полученных знаний в профессиональной деятельности. Анализ данных осуществлялся с использованием методов описательной статистики и критерия χ^2 для проверки значимости различий между группами оценок.

Таблица 1.

Распределение ответов участников по ключевым критериям оценки программы (n=20)

Показатель оценки	Высокая значимость (%)	Средняя значимость (%)	Низкая значимость (%)
Полезность информации	75,0	20,0	5,0
Применимость в службе	70,0	25,0	5,0
Повышение психологической устойчивости	80,0	15,0	5,0
Удовлетворённость методами обучения	85,0	10,0	5,0
Мотивация к самосовершенствованию	78,0	17,0	5,0

Полученные данные свидетельствуют о том, что значительная часть участников (от 70% до 85% по разным критериям) оценила занятия как высокоэффективные. Особенно высокий показатель (80%) зафиксирован по критерию «Повышение психологической устойчивости», что подтверждает релевантность подобного рода тренингов для целевой аудитории.

Статистическая проверка с использованием критерия χ^2 показала, что распределение оценок по всем критериям статистически значимо отличается от равномерного ($p < 0,05$), что позволяет сделать вывод о выраженном положительном эффекте программы.

Высокие значения показателей удовлетворённости методами обучения и мотивации к самосовершенствованию указывают на то, что комплекс упражнений, ориентированных на развитие жизнестойкости, саморегуляции и стрессоустойчивости, имеет не только краткосрочный эффект, но и способствует формированию долгосрочной установки на поддержание и развитие психологических ресурсов военнослужащих.

Кроме того, сочетание теоретического и практического блоков, индивидуальной и групповой работы, а также акцент на личностных детерминантах устойчивости позволяют рассматривать данную программу как универсальную и потенциально масштабируемую для различных подразделений Вооружённых Сил.

Сравнительный анализ показателей психологической устойчивости военнослужащих до и после прохождения тренинга

В ходе исследования была проведена оценка динамики ключевых параметров психологической устойчивости, сформированных в результате участия военнослужащих в программе социально-психологического тренинга. Оценка проводилась по пяти основным критериям:

1. Полезность полученной информации
2. Применимость знаний в служебной деятельности
3. Вклад программы в повышение психологической устойчивости
4. Удовлетворённость методами и приёмами
5. Мотивация к самосовершенствованию

Методика оценки: для анализа использовалась 10-балльная шкала самооценки, где 1 - минимальный уровень удовлетворённости или значимости, 10 - максимально возможный. Исследование включало два этапа:

- **Первичный замер** (до начала тренинга)
- **Повторный замер** (по завершении программы)

Результаты исследования

Таблица 2. отражает средние значения показателей до и после тренинга, а также прирост в процентах.

Таблица 2.

Сравнительный анализ показателей психологической устойчивости военнослужащих до и после прохождения тренинга

Критерий	До тренинга (ср. балл)	После тренинга (ср. балл)	Прирост (%)
Полезность полученной информации	6.2	8.9	+43.5%
Применимость знаний	6.0	9.1	+51.7%

Повышение психологической устойчивости	5.8	9.0	+55.2%
Удовлетворённость методами	6.5	9.2	+41.5%
Мотивация к самосовершенствованию	6.1	8.8	+44.3%

Анализ данных показал, что наибольший прирост зафиксирован по критерию "Повышение психологической устойчивости" (+55.2%), что указывает на эффективность применённых тренинговых техник, направленных на развитие жизнестойкости, гибкости и стрессоустойчивости.

Высокий рост по критерию "Применимость знаний" (+51.7%) объясняется практико-ориентированным подходом программы: упражнения моделировали реальные стрессовые ситуации военной службы, что обеспечило перенос навыков в служебную деятельность.

Мотивация к самосовершенствованию также продемонстрировала значительный рост (+44.3%), что свидетельствует о долгосрочном воздействии программы на личностное и профессиональное развитие участников.

Статистическая достоверность

Проведённый t-критериальный анализ для зависимых выборок показал, что все выявленные различия статистически значимы на уровне $p < 0.01$, что подтверждает достоверность полученных данных.

Выводы

Сравнительный анализ результатов до и после тренинга позволяет утверждать, что:

- Программа оказывает комплексное воздействие на формирование и укрепление психологической устойчивости.
- Наиболее выраженный эффект достигается в сферах, напрямую связанных с адаптацией к экстремальным условиям и управлением стрессом.
- Полученные данные могут служить основанием для внедрения программы в систему профессиональной подготовки и психологического обеспечения военнослужащих.

Заключение.

Проведённая программа социально-психологического тренинга продемонстрировала высокую эффективность в формировании и укреплении ключевых компонентов психологической устойчивости военнослужащих, что подтверждается как результатами диагностики, так и субъективными оценками участников. Последовательное освоение теоретических положений и их практическая отработка позволили достичь комплексного развития таких значимых качеств, как жизнестойкость, психологическая гибкость, нервно-психическая адаптированность и выдержка.

Развитие жизнестойкости осуществлялось через интеграцию когнитивного и практического компонентов, обеспечивших формирование навыков позитивного мышления, рефлексивного анализа собственного опыта и осознания доступных личностных ресурсов. Полученные знания и инструменты повысили способность участников к конструктивному преодолению стрессовых факторов и эффективной адаптации к изменяющимся условиям служебной деятельности.

Формирование психологической гибкости, признанной одним из определяющих факторов успешной адаптации военнослужащих к динамично меняющейся обстановке, сопровождалось развитием умений осознанного принятия эмоций, соотнесения личностных ценностей с практической деятельностью, а также конструирования адаптивных моделей поведения. Установлено, что гармоничное сочетание гибкости и устойчивости создаёт прочную основу для успешного выполнения профессиональных задач в условиях неопределённости.

Повышение уровня нервно-психической адаптированности рассматривалось как комплексная задача, требующая согласованного применения физических, когнитивных и эмоциональных практик. Участники овладели техниками саморегуляции, управления эмоциональ-

ными состояниями и профилактики негативных последствий хронического стресса, что способствует поддержанию функциональной готовности и снижению риска профессионального выгорания.

Особое внимание было уделено развитию выдержки как интегрального качества, обеспечивающего способность сохранять самоконтроль, концентрацию и эмоциональную стабильность в сложных и потенциально опасных ситуациях. Регулярная отработка техник осознанности и анализа собственных реакций позволила участникам значительно повысить уровень личностной стрессоустойчивости.

Анализ полученных данных показал, что 75 % участников отметили высокую степень применимости освоенных техник в повседневной и служебной деятельности. По результатам финальной диагностики наблюдалось статистически значимое ($p < 0,05$) повышение показателей по всем целевым шкалам: жизнестойкость выросла в среднем на 18 %, психологическая гибкость - на 15 %, нервно-психическая адаптированность - на 12 %, а уровень выдержки - на 14 % по сравнению с исходными данными. Это свидетельствует о комплексном улучшении эмоционально-волевой и когнитивной регуляции поведения в стрессовых условиях.

Таким образом, результаты реализации программы подтверждают, что целенаправленное и системное развитие структурных компонентов психологической устойчивости не только повышает профессиональную эффективность военнослужащих, но и укрепляет их психологическое здоровье, что имеет стратегическое значение для обеспечения боеготовности и надёжности воинских подразделений. Полученные данные подтверждают необходимость интеграции подобных тренинговых программ в систему профессиональной подготовки личного состава, а также их адаптации для использования в смежных сферах деятельности, требующих высокой стрессоустойчивости и готовности к действиям в условиях неопределённости.

Таблица 3.

Структурные компоненты психологической устойчивости военнослужащих, используемые техники и ожидаемые эффекты

Структурный компонент	Используемые техники и упражнения	Ожидаемые эффекты
Жизнестойкость	Когнитивно-поведенческие упражнения; анализ стрессовых ситуаций; формирование позитивного мышления	Повышение способности сохранять работоспособность и мотивацию в условиях трудностей
Психологическая гибкость	Упражнения на осознание и принятие эмоций; соотнесение действий с личными ценностями; тренинг адаптивного мышления	Ускоренная адаптация к изменяющимся условиям службы; снижение уровня дезадаптивных реакций
Саморегуляция произвольной активности	Дыхательные техники; методы концентрации внимания; управление физиологическим возбуждением	Улучшение способности контролировать эмоциональное и физиологическое состояние
Нервно-психическая адаптированность	Комплекс физических, ментальных и эмоциональных практик; регулярная релаксация	Укрепление нервной системы; повышение стрессоустойчивости
Выдержка	Осознанное управление эмоциями; тренинг стрессоустойчивости; анализ поведенческих реакций	Сохранение концентрации и хладнокровия в сложных ситуациях
Стрессоустойчивость	Моделирование стрессовых ситуаций; ролевые игры; тренинг быстрой мобилизации ресурсов	Снижение вероятности ошибок и эмоционального срыва при высоких нагрузках

Самостоятельность	Постановка личных целей; упражнения на развитие инициативы; самоанализ	Повышение ответственности за принятые решения
Целеустремлённость	Планирование деятельности; контроль промежуточных результатов; мотивационные упражнения	Формирование устойчивой ориентации на достижение результата
Коммуникативность	Тренинги межличностного общения; развитие навыков активного слушания; командные упражнения	Улучшение взаимодействия в коллективе; снижение конфликтности
Способность к саморазвитию	Индивидуальные планы профессионального и личностного роста; рефлексивные дневники	Постоянное повышение компетентности и психологической готовности

Практическая значимость.

Программа может быть интегрирована в систему психологической подготовки военнослужащих на этапе обучения и переподготовки, а также использоваться в рамках профилактической работы по снижению риска профессионального выгорания и психологической дезадаптации. Результаты проведённой апробации позволяют рекомендовать данный комплекс упражнений к применению в военных образовательных учреждениях и подразделениях, ориентированных на подготовку к деятельности в условиях повышенной опасности и неопределённости.

Практические рекомендации

Интеграция тренинговых программ в систему подготовки военнослужащих

Рекомендуется включать курсы по развитию психологической устойчивости в план регулярной служебной подготовки личного состава. Программа должна содержать как теоретическую, так и практическую часть, с последовательным освоением техник жизнестойкости, психологической гибкости, саморегуляции и выдержки.

Диагностика уровня психологической устойчивости

Перед началом и после завершения тренинга целесообразно проводить стандартизированное психодиагностическое обследование (с использованием валидированных методик), что позволит объективно оценить динамику и эффективность проводимых мероприятий.

Индивидуализация подхода к обучению

При разработке и проведении занятий необходимо учитывать индивидуальные особенности военнослужащих: уровень стрессоустойчивости, личностный тип, опыт службы и состояние здоровья. Это позволит повысить адресность рекомендаций и увеличить их эффективность.

Регулярная практика освоенных техник

Для закрепления навыков рекомендуется организовать еженедельные тренировки по саморегуляции, работе с эмоциями и развитию осознанности. Постоянная практика способствует автоматизации поведенческих моделей и быстрому их применению в реальных условиях.

Создание благоприятного социально-психологического климата в подразделении

Руководящему составу следует формировать атмосферу уважения, взаимопомощи и открытого взаимодействия. Позитивный климат способствует повышению общей стрессоустойчивости и снижению межличностных конфликтов.

Развитие навыков ситуационного планирования и адаптации

В рамках подготовки важно уделять внимание упражнениям, моделирующим резкие изменения обстановки, что способствует повышению психологической гибкости и способности эффективно действовать в условиях неопределённости.

Подготовка командиров к роли фасилитаторов психологической устойчивости
Офицерский состав должен быть обучен базовым техникам стресс-менеджмента и уметь передавать их подчинённым, а также своевременно выявлять признаки эмоционального и физического истощения личного состава.

Информационная поддержка военнослужащих
Целесообразно подготовить методические материалы (памятки, брошюры, видеоинструкции) по управлению стрессом и развитию жизнестойкости, что позволит военнослужащим самостоятельно повторять и углублять освоенные техники.

Мониторинг и корректировка программы
На основе обратной связи от участников и результатов диагностики рекомендуется регулярно корректировать содержание программы, адаптируя её к меняющимся условиям службы и актуальным вызовам.

Расширение применения программы
Представленные методы и подходы могут быть адаптированы для использования в других силовых структурах, а также в профессиональных сферах, где требуется высокая психологическая устойчивость: спасательных службах, правоохранительных органах, медицине катастроф и др.

Список литературы.

1. Малинин, В.Р. Средства психической саморегуляции как фактор стабилизации деятельности в экстремальных условиях. М., 1995..
2. Непопалов, В.Н, Сопов, В.Ф, Родионов, А.В. и др.Психология деятельности в экстремальных условиях: учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. заведений/ [В.Н. Непопалов, В.Ф. Сопов, А.В. Родионов и др..; под ред. А.Н. Блеера].− М.: Издательский цент «Академия», 2008.− 256 с. ISBN 978− 5 −7695−3869−8.
3. Пономаренко, В.А. Психология жизни и труда летчика. М., 1992.
4. Распопин, Е.В. Психологическая устойчивость к внешним и внутренним источникам стресса : на примере сотрудников уголовно-исполнительной системы : диссертация ... кандидата психологических наук : 19.00.01 / Распопин Евгений Владимирович; [Место защиты: Юж.-Ур. гос. ун-т].- Екатеринбург, 2013.- 190 с.: ил. РГБ ОД, 61 14-19/84
5. Талызина, Е.Н. Развитие психологической устойчивости преподавателей системы дополнительного профессионального образования : диссертация ... кандидата психологических наук : 19.00.05 / Талызина Елена Николаевна; [Место защиты: Рос. гос. социал. ун-т].- Москва, 2010.- 188 с.: ил. РГБ ОД, 61 10-19/510
6. Толочек, В.А. Современная психология труда: Учебное пособие. СПб., 2005. 479 с.

УДК 159.923

Бондарева Елена Владимировна,
Старший преподаватель кафедры психологии
Национального университета Узбекистана имени Мирзо Улугбека
E-mail: espalena@gmail.com,
https://orcid.org/0000-0002-5523-3093

САМОЭФФЕКТИВНОСТЬ КАК ПРЕДИКТОР ЖИЗНЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. *Изучение жизненной перспективы как интегративного понятия, определяющего не только психологическое благополучие, но и успешность становления личности, в том числе и профессионального, приобретает большую общественную значимость на данном этапе развития нашей страны, нацеленном на заботу о человеке и на качественное образование. В данной статье представлены результаты эмпирического исследования динамики жизненной перспективы студентов в процессе обучения и психологических механизмов этой динамики. Среди выявленных в лонгитюдном и срезовом исследовании факторов динамики жизненной перспективы акцент делается на самоэффективности, которую мы понимаем как представление человека об успешности своих будущих действий. Полученные нами результаты позволяют утверждать, что высокий уровень самоэффективности личности присущ людям с более осмысленной жизнью и внутренним локусом контроля. Относительно динамики жизненной перспективы стимулирующее влияние самоэффективности особенно ярко проявляется у респондентов с низким психологическим благополучием. Учёт этих особенностей взаимосвязи жизненной перспективы с самоэффективностью позволит оптимизировать консультативную работу в области психологии личности, кризисной психотерапии, планировании коррекционно-развивающей работы с клиентами подросткового и юношеского возраста, а также сделать учебно-воспитательный процесс в высшем образовательном учреждении в полной мере личностно-ориентированным.*

Ключевые слова: *динамика жизненной перспективы, самоэффективность, осмысленность жизни, значимость будущего, локус Я.*

O’Z-O’ZIDAN SAMARADORLIK SHAXS HAYOTIY ISTIQBOLINING BA-SHORATCHISI SIFATIDA

Annotatsiya. *Hayotiy istiqbolni nafaqat psixologik farovonlikni, balki shaxsning, shu jumladan, kasbiy shakllanishining muvaffaqiyatini belgilovchi integrativ tushuncha sifatida o’rganish mamlakatimiz taraqqiyotining insonga g’amxo’rlik qilish va sifatli ta’limga qaratilgan hozirgi bosqichida katta ijtimoiy ahamiyat kasb etmoqda. Ushbu maqolada ta’lim jarayonida talabalarning hayotiy istiqboli dinamikasi va bu dinamikaning psixologik mexanizmlarini empirik o’rganish natijalari keltirilgan. Longityud va kesim tadqiqotlarida aniqlangan hayotiy istiqbol dinamikasi omillari orasida biz insonning kelajakdagi harakatlari muvaffaqiyati haqidagi tasavvuri sifatida tushunadigan o’z-o’zini samaradorligiga urg’u beriladi. Olingan natijalar shuni ta’kidlash imkonini beradiki, shaxsning o’zini o’zi boshqarish samaradorligining yuqori darajasi yanada mazmunli hayot va ichki nazorat lokusiga ega bo’lgan odamlarga xosdir. Hayotiy istiqbol dinamikasiga nisbatan o’z-o’zini samaradorligining rag’batlantiruvchi ta’siri, ayniqsa, psixologik farovonligi past bo’lgan respondentlarda yaqqol namoyon bo’ladi. Hayotiy istiqbolning o’z-o’zini samaradorlik bilan o’zaro bog’liqligining ushbu xususiyatlarini hisobga olish shaxs psixologiyasi, inqirozli psixoterapiya, o’smir va o’spirin yoshdagi mijozlar bilan korreksion-rivojlantiruvchi ishlarni rejalashtirish sohasida maslahat ishlarini optimallashtirish, shuningdek, oliy ta’lim muassasasida o’quv-tarbiya jarayonini to’liq shaxsga yo’naltirilgan qilish imkonini beradi.*

Kalit so'zlar: *hayotiy istiqbol dinamikasi, o'z-o'zidan samaradorlik, hayotning mazmunliligi, kelajakning ahamiyati, lokus-men.*

SELF-EFFICACY AS A PREDICTOR OF A PERSONALITY'S LIFE PROSPECTS

Abstract. *The study of life prospects as an integrative concept that determines not only psychological well-being but also the success of personal development, including professional development, is of great social significance at the current stage of our country's development aimed at caring for people and providing quality education. This article presents the results of an empirical study of the dynamics of students' life prospects in the learning process and the psychological mechanisms of these dynamics. Among the factors of life prospect dynamics identified in the longitudinal and cross-sectional study, the emphasis is on self-efficacy, which we understand as a person's idea of the success of their future actions. Our results allow us to assert that a high level of self-efficacy is inherent in people with a more meaningful life and an internal locus of control. With respect to the dynamics of life prospects, the stimulating effect of self-efficacy is especially pronounced in respondents with low psychological well-being. Taking into account these features of the relationship between life prospects and self-efficacy will allow us to optimize consulting work in the field of personality psychology, crisis psychotherapy, planning correctional and developmental work with adolescent and young adult clients, and also make the educational process in a higher educational institution fully personality-oriented.*

Key words: *life perspective dynamics, self-efficacy, meaningfulness of life, significance of the future, locus of self.*

Введение. Сегодня особенно важно представлять свой возможный жизненный путь, осознанно строить планы на будущее и уметь их корректировать в изменяющихся жизненных обстоятельствах. Эти умения в юношеском возрасте обеспечивают сохранение целостности внутреннего мира личности, лучшую адаптацию к выбранной профессии и достижение самореализации в будущем. Таким образом, изучение проблемы жизненной перспективы и её особенностей в студенческом возрасте могло бы способствовать организации более эффективного обучения, созданию благоприятных условий для гармоничного развития личности студентов, что обуславливает актуальность выбранной нами проблемы.

В психологической литературе жизненная перспектива традиционно рассматривается в контексте личностных свойств, профессионального самоопределения, учебной мотивации, психологического консультирования в кризисных ситуациях. Однако до сих пор очень немногие исследования посвящены изучению динамики жизненной перспективы. Изменения жизненной перспективы с течением времени выполняют функцию адаптации образа будущего применительно к изменяющимся возрастным возможностям и ограничениям. Это свидетельствует о значимости проблемы поиска механизмов, позволяющих выстраивать динамичную, адекватную, содержательно наполненную картину будущего на разных этапах человеческой жизни.

Методология. Вслед за И.А. Ральниковой, мы считаем, что жизненная перспектива – это совокупность представлений человека о собственном будущем [5]. Говоря о представлениях, И.А. Ральникова относит жизненную перспективу к ментальным, но не только когнитивным феноменам, поскольку, кроме когнитивного, в её структуре выделяются и другие измерения – эмоционально-оценочное, ценностно-смысловое, организационно-деятельностное. По мнению И.А. Ральниковой, жизненная перспектива представляет собой результат взаимодействия ситуации и индивидуально-психологических особенностей. Подход к жизненной перспективе как к сложному, многомерному феномену позволяет полнее раскрыть её специфику и уникальный характер подобных способов структурирования своей жизни человеком.

Системный подход к жизненной перспективе подразумевает выделение компонентов её структуры, а также её «сквозных», системных свойств. В качестве компонентов жизненной перспективы мы рассматриваем:

- ✓ когнитивный компонент;
- ✓ эмоционально-оценочный компонент;
- ✓ мотивационно-регулятивный компонент.

Для выявления особенностей каждого компонента жизненной перспективы мы подобрали релевантные методики.

С содержательной стороны (когнитивный компонент) жизненные перспективы могут быть охарактеризованы через соотношение внешней и внутренней мотивации ведущей деятельности, каковой для студентов является учебная деятельность. Теория учебной мотивации С.А. Пакулиной вполне отвечает поставленной нами задаче поиска механизмов динамики жизненной перспективы студентов, так как имеет чёткую временную направленность.

С.А. Пакулина выделяет три блока мотивов – мотивы поступления в вуз, выбора данной специальности; мотивы, действующие в настоящее время и побуждающие к учёбе; наконец, профессиональные мотивы, которые влияют на выбор места работы после окончания вуза [4]. Первый блок мотивов относится к прошлому респондентов, второй – к настоящему, третий – к будущему. При этом в каждом разделе присутствуют внутренние мотивы – познавательные, связанные с саморазвитием, стремлением к компетентности, инициативой, – и внешние, такие как получение одобрения, оценки, диплома, стипендии, признания товарищей, избегания наказания. Изменение содержания мотивации на разных этапах обучения можно рассматривать как динамику когнитивного компонента жизненной перспективы студентов.

Эмоционально-оценочный компонент жизненной перспективы мы рассматривали в свете циклической модели Т. Коттла [8]. На её основе мы пытались выявить два важных показателя жизненной перспективы – отношение человека к своему прошлому, настоящему и будущему и их связанность, которую можно рассматривать как целостность жизненной перспективы.

Регулятивный компонент представлений о будущем может быть конкретизирован в рамках теории временной перспективы Ф. Зимбардо, Дж. Бойда [2]. В предложенном этими авторами подходе выделяются пять типов временной ориентации – на негативное или позитивное прошлое, гедонистическое или фаталистическое настоящее и на будущее. Предпочтение человеком какой-либо из этих ориентаций может значительно повлиять на восприятие человеком текущей жизненной ситуации и картины будущего. Например, выраженный фактор негативного прошлого сужает круг жизненных целей, а преобладание фаталистического настоящего негативно сказывается на активности человека в планировании будущего. Согласно идеям Ф. Зимбардо, временная ориентация является подвижной, то есть может изменяться не только в соответствии с возрастными нормами, но и в зависимости от жизненных ситуаций [6]. Подобная мысль открывает возможности изучения жизненной перспективы в динамике, что отвечает целям нашего исследования.

В качестве сквозных свойств жизненной перспективы личности мы рассматриваем:

- ✓ осмысленность;
- ✓ интернальность;
- ✓ целостность.

Что касается свойства осмысленности жизненной перспективы, то для его исследования мы обратились к гуманистическому подходу и, в частности, к теории стремления к смыслу жизни Дж. Крамбо и Л. Махолика и понятию смысложизненных ориентаций у Д.А. Леонтьева [3]. В рамках данного подхода важнейшей потребностью человека является потребность видения смысла жизни. Этот смысл реализуется относительно целей (осмысленность будущего), процесса жизни (осмысленность настоящего) либо результатов, достижений (осмысленность прошлого).

На наш взгляд, существует ещё одно свойство жизненной перспективы, выделенное нами на основе методологии Д.А. Леонтьева, но до сих пор не представленное в научном дискурсе. Мы обозначили это свойство как интернальность жизненной перспективы. Оно говорит о том, насколько в представлениях о будущем отражается идея того, что его «творит» сам человек. Интернальность жизненной перспективы, по нашему мнению, определяется локусом контроля Я и локусом контроля жизни. Дополнительные показатели интернальности могут быть получены в рамках подхода С.А. Пакулиной: соотношение внутренней и внешней мотивации на разных этапах обучения можно рассматривать как показатель динамики интернальности жизненной перспективы студентов.

Многие авторы подчёркивают, что одним из самых важных свойств жизненной перспективы является её целостность. В нашем исследовании индикатором целостности жизненной перспективы является степень связанности прошлого, настоящего и будущего, выявляемая с помощью Циклического теста времени. Свобода в расположении временных зон в пространстве позволяет более точно отразить взаимоотношения между ними и, в частности, меру их связанности – от полной оторванности до полного включения одной зоны в другую. Е.П. Белинская и И.С. Давыдова на выборке респондентов юношеского возраста показали, что параметры значимости периодов жизни и их связанности не являются независимыми: чем больше для личности значимо будущее, тем больше и связанность [1].

В соответствии с целью нашего исследования и на основе показателей, выделенных в процессе теоретического анализа, мы рассматривали три вида динамики жизненной перспективы:

✓ различия в показателях жизненной перспективы между курсами – «срезовую» динамику;

✓ изменения жизненной перспективы в ходе обучения – «лонгитюдную» динамику;

✓ изменения жизненной перспективы по оценке самих респондентов – «субъективную» динамику.

«Срезовый» тип динамики жизненной перспективы определялся при сравнении результатов 1, 2, 3 и 4-го курсов по шкалам методик изучения жизненной перспективы. «Лонгитюдная» динамика оценивалась с помощью сопоставления результатов одних и тех же респондентов, полученных по одним и тем же методикам трижды с интервалом в один год. Этот вид изменений представляет собой смысловое ядро исследования, так как фиксирует фактические сдвиги в параметрах жизненной перспективы.

Для выявления «субъективной» динамики мы просили респондентов ответить на вопросы анкет дважды: с позиции актуального «Я» и с позиции «Я три года назад». «Субъективная» динамика как дополнительное измерение также заслуживает внимания, поскольку раскрывает личностный смысл тех сдвигов, которые фиксируются в лонгитюдных данных. Так как жизненная перспектива существует на стыке реальных изменений личности и их осмысления, все типы данных – и лонгитюдные, и срезовые, и субъективные оценки – равноценны в плане обнаружения механизмов динамики жизненной перспективы.

Таким образом, мы выделили компоненты жизненной перспективы, её свойства и показатели, позволяющие проследить динамику представлений о будущем. В качестве личностных ресурсов этой динамики мы планировали оценить следующие параметры: ценностные ориентации, самоэффективность, потенциал самоизменений и психологическое благополучие личности. Данная статья освещает лишь один аспект психологических механизмов динамики жизненной перспективы, а именно самоэффективность.

В социально-когнитивной теории А. Бандуры самоэффективность определяется как вера человека в успешность собственных действий [7]. Для осуществления регулятивной функции жизненной перспективы, а конкретнее – для выдвижения целей, планирования – необходима некоторая степень уверенности в том, что эти цели будут достигнуты.

Самоэффективность, по мнению А. Бандуры, проявляется на эмоциональном, интеллектуальном и поведенческом уровнях. Очевидно, низкая самоэффективность повлияет на эмоциональное отношение к будущему, порождая страх, тревожность, депрессию. В интеллектуальном плане самоэффективность облегчает процесс принятия решений в ситуациях выбора. Наконец, на уровне действий самоэффективность во многом определяет уровень сложности решаемых задач, масштаб целей и настойчивость в их достижении. Ожидания относительно будущего – оптимистические либо пессимистические – также зависят от самоэффективности. Ряд исследований самоэффективности в связи с карьерным самоопределением, академической успеваемостью и достижениями в жизни косвенно подтверждает правильность нашего выбора данной переменной в качестве предиктора динамики жизненной перспективы.

Результаты и их обсуждение. Целью нашего исследования, как уже говорилось, было обнаружение психологических механизмов динамики жизненной перспективы студентов. Выборка состояла из студентов 1-4 курсов различных специальностей бакалавриата высших образовательных учреждений Узбекистана, дневной и заочной формы обучения. Всего в исследовании приняло участие в 2022 году 305 человек (151 мужчина, 154 женщины), в 2023 году 216 человек (74 мужчины, 142 женщины), в 2024 году – 401 человек (80 мужчин, 321 женщина), итого 782 человека, из которых 283 мужчины и 499 женщин.

На основном этапе нашего исследования были выявлены особенности жизненной перспективы респондентов и её динамики. Далее мы рассмотрели вопрос о том, как связаны различные виды динамики с психологическими ресурсами личности. Перейдём к описанию полученных нами данных о взаимосвязи самоэффективности личности с показателями динамики жизненной перспективы.

Самоэффективность среди других личностных ресурсов (таких как ценности личности, психологическое благополучие, потенциал самоизменений) занимает более скромное положение одномерного показателя. Представление о себе как успешном человеке, формирующее установку относительно будущего и основанное на прошлом опыте, должно было, по нашему мнению, отражаться на связанности жизненной перспективе и стабильности её показателей. В таблице 1 представлены результаты корреляционного исследования между самоэффективностью и показателями срезовой динамики жизненной перспективы.

Таблица 1. Коэффициенты корреляционных связей между самоэффективностью и показателями срезовой динамики ЖП (шкалы методик СЖО, Т. Коттла и С.А. Пакулиной).

	Степень ориентации на будущее	Цели	Локус Я	Локус жизнь	Осмысленность жизни	Значимость будущего	Связанность	Внешние мотивы поступления
Самоэффективность	0,129	0,421**	0,448**	0,408**	0,498**	0,364*	0,021	-0,242

Примечание: * - p <0,05; **- p <0,01

Как показывает корреляционный анализ, самоэффективность практически не связана со степенью ориентации на будущее (r=0,129), что вполне объяснимо, поскольку вера в успех никак не должна повышать стремление планировать будущее. А вот значимость будущего выше для успешного человека, чем для неуспешного (r=0,364*).

Высокие положительные корреляции получены для всех шкал методики СЖО: целей (r=0,421**), локуса Я (r=0,448**), локуса-жизнь (r=0,408**) и общего показателя осмысленности жизни (r=0,498**). Это говорит о том, что самоэффективность способствует постановке целей, принятию ответственности за происходящее в жизни и за изменения собственного Я. Таким образом, самоэффективность сопутствует большей интернальности и осмысленности жизненной перспективы.

Однако связанность жизненной перспективы, судя по коэффициенту корреляции, не имеет отношения к самоэффективности (r=0,021). То есть представления о своей успешности не требуют видения роли прошлого в настоящем и будущем, возможно даже противопоставление – «вот каким я был раньше и какой я теперь».

Примечательна также отрицательная (хотя и статистически не значимая) корреляция между самоэффективностью и внешней мотивацией поступления в вуз (r=-0,242). Иными словами, уверенные в себе люди реже зависят от мнения окружающих и других побочных факторов при выборе места учёбы.

Рассматривая субъективную динамику показателей жизненной перспективы, мы видим отсутствие её взаимосвязи с самоэффективностью – коэффициенты корреляции близки к нулю, за исключением значимости будущего для респондентов 3 года назад (см. Таблицу 2).

Таблица 2. Коэффициенты корреляционных связей между самоэффективностью и показателями субъективной динамики ЖП

	Динамика степени ориентации на будущее	Значимость будущего 3 года назад	Динамика значимости будущего	Динамика связанности	Динамика внешней мотивации	Динамика внутренней мотивация	Изменение мотивации в целом
Самоэффективность	0,103	0,363*	-0,293	0,062	0,237	-0,120	0,090

Примечание: * - p <0,05

Подобные результаты свидетельствуют о том, что будущее было более значимо для успешного человека, однако изменения отношения к будущему, мотивации учёбы связаны не с самоэффективностью, а с другими ресурсами личности.

Сходную картину представляет собой и лонгитюдная динамика (см. Таблицу 3).

Таблица 3. Коэффициенты корреляционных связей между самоэффективностью и показателями лонгитюдной динамики ЖП

	Динамика значимости будущего (лонгитюд)	Динамика Связанности (лонгитюд)	Динамика цели (лонгитюд)	Динамика локуса Я (лонгитюд)	Динамика локуса-Жизнь (лонгитюд)	Динамика общего показателя СЖО (лонгитюд)
Самоэффективность	0,138	-0,052	-0,101	0,047	-0,046	0,002

Как видно по данным в таблице, все коэффициенты корреляции «обнулились». Возможные объяснения могут выглядеть так: уверенные в своих действиях люди подавляют экзистенциальные вопросы, что может тормозить развитие осмысленности. Далее, человек может быть уверен, что он добьётся всего, но при этом не задумываться о ценности достигнутого (отсюда и застой в шкалах СЖО). Возможно ли, что эти два конструкта – самоэффективность и осмысленность – просто работают в разных плоскостях: самоэффективность – в операциональной, а осмысленность – в экзистенциальной? Однако высокие корреляции в срезовой динамике опровергают данные объяснения. Так же слаб в качестве аргументации в данном случае и «эффект потолка».

Для обнаружения истинных причин подобного противоречия необходимо учесть не только корреляции параметров жизненной перспективы с их возможными (или даже уже доказанными) предикторами, но и то, как связаны между собой сами личностные ресурсы динамики. В данном случае самоэффективность высокозначимо коррелирует не только со шкалами СЖО, но и со шкалами психологического благополучия методики К. Рифф (r=0,657** для общего показателя), также имеющей сильные связи с СЖО, что позволяет предположить эффект подавления одной переменной действия другой. Для проверки этого предположения мы провели регрессию лонгитюдной динамики общего показателя СЖО к психологическому благополучию и самоэффективности по отдельности, а потом совместно.

Прямое влияние самоэффективности на показатели осмысленности жизни оказалось отрицательным (β = -0,103), хотя и не достигло статистической значимости (p = 0,548). Модель с независимой переменной «психологическое благополучие» выявила, что оно существенно подавляет положительную динамику осмысленности жизни (β=-0,556). Однако в модели с двумя независимыми переменными – психологическим благополучием и самоэффективностью – последняя начинает проявлять скрытый позитивный эффект (β=+0,262), что указывает на её потенциал для роста осмысленности у тех, кто не «застрял» в высоком психологическом благополучии. Это прямо указывает на эффект подавления: психологическое благополучие не просто опосредует, но и полностью «перехватывает» позитивное влияние самоэффективности. Но если сравнить людей с одинаковым уровнем психологического благополучия, то более самоэффективные из них покажут больший рост осмысленности жизни. Таким образом, можно сделать вывод о том, что самоэффективность стимулирует динамику жизненной перспективы, но только при отсутствии «блокирующего» влияния психологического благополучия.

Заключение. Полученные нами результаты позволяют сделать некоторые предварительные выводы относительно направлений психологической помощи в юношеском возрасте. Прежде всего, ставка на развитие уверенности в себе (например, в виде тренинга по самоэффективности) без работы с ценностями личности и осмысленностью жизни увеличивает риск «эффективного бессмысленного существования», столь явно пропагандируемого в современной западной культуре, но чуждого нашему традиционному отношению к жизни.

Далее, относительно профессиональной деятельности следует учесть, что сотрудники с высокой самоэффективностью, но при этом низким психологическим благополучием будут больше подвержены профессиональному выгоранию. В случае же резкого рассогласования индивидуальных смыслов и корпоративной идеи более самоэффективные сотрудники будут склонны к «текучке», то есть частой смене места работы. В качестве решения этой проблемы можно предложить привлечение одарённых студентов уже в процессе учёбы к волонтёрской работе, обучению навыкам саморефлексии (например, постановке вопросов: «Что я узнал за прошедший год?» Или: «Занимаюсь ли я тем, что действительно важно?»).

Изучение особенностей динамики жизненной перспективы студентов в ходе обучения является также важным источником оценки эффективности деятельности преподавателей, тьюторов, администрации образовательного учреждения в деле воспитания активной, гармоничной, социально адаптированной личности молодого человека.

Список литературы

1. Белинская, Е.П., Давыдова, И.С. (2007). Графический тест Коттла: специфика показателей временной перспективы. *Психологическая наука и образование*, 12(5), с. 28-37.
2. Зимбардо, Ф., Бойд, Дж. (2010). *Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь.* СПб.: Речь. 352 с.
3. Леонтьев, Д. А. (2000). *Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). 2-е изд.* М.: Смысл. 18 с.
4. Пакулина, С. А. (2008). Психологическая диагностика мотивации достижения успеха студентов педагогического вуза. *Известия РГПУ им. А. И. Герцена,* № 12 (88), с. 23-32.
5. Ральникова И. А. (2011). Жизненные перспективы личности в научной парадигме психологического знания. *Известия АлтГУ,* №2-1.
6. Сырцова, А., Соколова, Е. Т., Митина, О. В. (2008). Адаптация опросника временной перспективы личности Ф. Зимбардо. *Психологический журнал,* 29(3), с.101-109.
7. Шварцер, Р., Ерусалем, М., Ромек, В.Г. (1996). Русская версия шкалы общей самоэффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема. *Иностранная психология,* № 7.
8. Cottle, T. J. (1976). *Perceiving time. A Psychological Investigation with Men and Women.* N.Y.: John Wiley & Sons Inc. 267 p.

Кадирова Зебунисо Камолиддиновна
Студентка 4-го курса Филиала МГУ им. М.В. Ломоносова в г.Ташкенте

СТИЛИ МЫШЛЕНИЯ, САМОРЕГУЛЯЦИЯ И МЕТАКОГНИТИВНЫЕ ПРОЦЕССЫ: К ВОПРОСУ О КОГНИТИВНОЙ ГИБКОСТИ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. *Статья посвящена анализу взаимосвязей между стилями мышления, саморегуляцией и метакогнитивными процессами как основой когнитивной гибкости личности. Рассматриваются подходы к пониманию воли, модель макросистем саморегуляции Ю. Куля, а также концепции метакогниции, включая их роль в мониторинге и контроле когнитивных действий. Показано, что стили мышления определяют характер регуляции и уровень осознанности мышления, формируя индивидуальные стратегии адаптации.*

Ключевые слова *стили мышления; саморегуляция; воля; макросистемы; метакогниция; когнитивная гибкость.*

THINKING STYLES, SELF-REGULATION, AND METACOGNITIVE PROCESSES: ON THE QUESTION OF COGNITIVE FLEXIBILITY

Abstract*. This article analyzes the interrelations between thinking styles, self-regulation, and metacognitive processes as the foundation of cognitive flexibility. It examines theoretical approaches to the concept of will, the macro-system model of self-regulation proposed by J. Kuhl, and metacognitive frameworks, including their role in monitoring and controlling cognitive activity. The findings suggest that thinking styles shape the nature of regulation and the level of cognitive awareness, forming individualized strategies of adaptation.*

Keywords *thinking styles; self-regulation; will; macro-systems; metacognition; cognitive flexibility*

FIKRLASH USLUBLARI, O'ZINI BOSHQARISH VA METAKOGNITSIYA: KOGNITIV MOSLASHUVCHANLIKNING NAZARIY ASOSLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada fikrlash uslublari, o'zini o'zi boshqarish va metakognitiv jarayonlar o'rtasidagi o'zaro bog'liqliklar kognitiv moslashuvchanlikning asosi sifatida tahlil qilinadi. Unda irodaning tushunchasiga oid yondashuvlar, Yu. Kul tomonidan taklif etilgan o'zini o'zi boshqarishning makrosistemali modeli hamda metakognitsiya konsepsiyalari, xususan, kognitiv harakatlarni monitoring qilish va nazorat qilishdagi roli ko'rib chiqiladi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, fikrlash uslublari tartibga solish xarakterini va tafakkurdagi onglilik darajasini belgilab, shaxsning moslashuv strategiyalarini shakllantiradi.*

Kalit so'zlar *fikrlash uslublari; o'zini o'zi boshqarish; iroda; makrosistemalar; metakognitsiya; kognitiv moslashuvchanlik.*

Современные исследования когнитивной активности подчёркивают значимость индивидуальных различий в способах обработки информации, интерпретации событий и принятия решений. В рамках настоящей работы мы опираемся на четырёхкомпонентную модель стилей мышления, предложенную Ньютоном, Финни и Пенникуком (Newton, Finney, Pennycook, 2023). В отличие от традиционной двухсистемной теории, разделяющей мышление на аналитическое и интуитивное, данная модель включает четыре независимых когнитивных ориентации: аналитический, интуитивный, открытый и закрытый стиль. Каждый из них представляет собой устойчивую когнитивную стратегию, определяющую характер взаимодействия с информацией и регуляторными механизмами.

Аналитический стиль характеризуется склонностью к логическому анализу и систематическому осмыслению. Интуитивный стиль опирается на субъективные ощущения и эмоциональные сигналы. Открытый стиль проявляется в готовности воспринимать альтернативные точки зрения и гибкости в интерпретации. Закрытый стиль, напротив, характеризуется ригидностью, бинарным восприятием и фиксацией на устойчивых когнитивных схемах. Принципиально важно, что эти стили рассматриваются как автономные и не противопоставленные друг другу, что позволяет учитывать их уникальные сочетания в индивидуальной когнитивной архитектуре.

Стили мышления представляют собой устойчивые когнитивные предпочтения, определяющие характер обработки информации, способы интерпретации событий и выбор поведенческих стратегий. Их влияние на когнитивную активность не ограничивается только восприятием или оценкой - они тесно связаны с регуляторными механизмами, обеспечивающими адаптацию, контроль и осознанность мышления. В этом контексте особую значимость приобретают процессы саморегуляции и метакогниции, формирующие основу когнитивной гибкости личности.

Одним из центральных компонентов саморегуляции выступает воля. В отечественной психологии В.А. Иванников (2006) выделяет три подхода к её пониманию: мотивационный, свободного выбора и регулятивный. В рамках мотивационного подхода воля трактуется как произвольная активность, инициируемая субъектом (Леонтьев А.Н., 1983), и рассматривается как источник поведения, побуждающий к действию (Кормачёва, Донцов, Машкова, 2021). В этом контексте воля тесно связана с установками (Узнадзе, 1966), ценностной мотивацией (Барамидзе, 1974) и способностью подчинять поведение целям, несмотря на их низкую привлекательность (Божович, Ендовицкая, Славина, 1974).

Подход свободного выбора акцентирует внимание на воле как способности к осознанному выбору мотивов и целей (Иванников, 2006). Здесь воля проявляется в моральных решениях (Гальперин, 1999), требует усилий и преодоления внутренних препятствий (Монроз, 2016), а также опирается на личностные ценности как основу поведенческого выбора (Нораакидзе, 1958).

Регулятивный подход рассматривает волю как механизм произвольного контроля над психическими процессами. Воля приравнивается к вниманию (Басов, 2007), не отделяется от эмоций и мыслей (Сеченов, 1953), и направлена на создание оптимального состояния для достижения цели (Калин, 1983). Таким образом, воля выступает не только как источник активности, но и как инструмент управления внутренними ресурсами.

Интегративную модель волевой регуляции предложил Юлиус Куль, опираясь на концепцию мотивационного цикла Х. Хекхаузена, включающего четыре стадии: мотивация, воля, действие и оценка последствий. Воля, по этой модели, реализует сделанный ранее выбор (Кормачёва и др., 2021), но, как подчёркивает Куль, её функция не исчерпывается реализацией - важной частью становится преодоление препятствий, возникающих в процессе действия (Kuhl J., 1987).

Для объяснения различий в эффективности поведения при равных исходных условиях Куль вводит понятия ориентации на состояние и ориентации на действие (Kuhl J., 2001). Первая характеризуется склонностью к рефлексии, фиксации на эмоциях и затруднённому переходу к действию. Вторая - способностью к быстрой мобилизации и реализации намерений. Эти ориентации коррелируют с типом мышления: рефлексивные личности чаще демонстрируют ориентацию на состояние, интуитивные - на действие, опираясь на чувственные сигналы.

Развивая свою концепцию, Куль формулирует модель макросистем саморегуляции, представляющую собой иерархическую структуру взаимодействующих когнитивных и аффективных процессов. Макросистема распознавания объектов (РО) активизируется при отрицательных аффектах, отвечает за анализ несоответствий и коррелирует с аналитическим стилем

мышления. Макросистема интуитивного поведения (ИП), напротив, регулируется положительным аффектом, обеспечивает автоматизм и быструю адаптацию, но при доминировании может снижать глубину осмысления.

Память намерений (ПН) обеспечивает планирование и контроль, но при чрезмерной активизации может приводить к перегруженности целями. Расширенная память (РП) интегрирует личностные смыслы и ценности, способствует целостному восприятию и гибкости мышления. Взаимодействие этих систем не является фиксированным - оно адаптивно, и перераспределение регуляторных функций зависит от характера задачи и состояния субъекта. Например, преобладание РО и ПН может привести к фиксации на деталях, тогда как доминирование ИП и РП - к снижению контроля и избыточной самоуверенности (Митина, 2023).

Связь между макросистемами и стилями мышления проявляется в том, что аналитическое мышление опирается на РО и ПН, интуитивное - на ИП и РП. Закрытое мышление активирует ПН, фиксируя когнитивные схемы, тогда как открытое - РП, обеспечивая гибкость и способность к переоценке.

Переход к метакогнитивным процессам позволяет дополнить картину регуляции мышления. Метакогниции включают мониторинг и контроль над собственными когнитивными действиями, обеспечивая осознание и коррекцию мыслительных стратегий. Разные стили мышления активируют разные уровни метакогниции: интуитивный - автоматические механизмы первого типа, рефлексивный - осознанные процессы второго типа.

Эванс (2019) предложил рассматривать метакогниции как третий тип мышления, регулирующий выбор между аналитическим и интуитивным. Он опирается на нейрофизиологические данные (Houde, 2019), гипотезу «когнитивного скряги» (Stanovich, 2018) и исследования ощущения правильности как ключевого элемента метакогнитивного контроля (Thompson, Morsanyi, 2012).

Альтернативную позицию занимает В. Надурак (2023), утверждающий, что метакогнитивные процессы можно объяснить в рамках двух систем. Он акцентирует внимание на чувстве правильности как механизме автоматизации контроля, возникающем в процессе обучения. Рефлексия позволяет анализировать собственное мышление, а оценка - формировать ощущение достоверности суждений, которое затем используется в решении новых задач.

Таким образом, стили мышления оказывают влияние как на саморегуляцию, так и на метакогнитивную активность. С одной стороны, они формируют стратегии планирования, контроля и коррекции поведения. С другой - определяют уровень осознания и управления собственным мышлением. Эти взаимосвязи позволяют рассматривать когнитивную гибкость как результат сложного взаимодействия между стилевыми предпочтениями, регуляторными механизмами и метакогнитивной осознанностью, открывая перспективы для её изучения и развития в образовательной и терапевтической практике.

Список литературы.

1. Барамидзе Н. Х. Отдаленное мотивационное поведение и его возможности в дошкольном возрасте // Проблемы психологии воли: материалы IV науч. конф. - Рязань: РГПИ, 1974. - С. 30–32.
2. Басов М. Я. Воля как предмет функциональной психологии. Методика психологических наблюдений над детьми. - СПб.: Алетейя, 2007. - 544 с.
3. Божович Л. И., Ендовицкая Т. В., Славина Л. С. Цель и намерение и их побудительная сила // Проблемы формирования социогенных потребностей: материалы I Всесоюз. конф. - Тбилиси: Ин-т психологии, 1974. - С. 14–17.
4. Гальперин П. Я. Введение в психологию: учеб. пособие для вузов. - М.: КД «Университет», 1999. - 332 с.
5. Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции: учеб. пособие. - 3-е изд. - СПб.: Питер, 2006. - 208 с.

6. Калин В. К. Воля. Эмоции. Интеллект // Эмоционально-волевая регуляция поведения и деятельности: тезисы Всесоюз. конф. молодых ученых. - Симферополь: Таврида, 1983. - С. 171–175.

7. Кормачёва И. Н., Донцов Д. А., Машкова Л. А. Влияние системных идей Ю. Куля на советскую и российскую психологию воли // История психологии и психология истории. - 2021. - № 1 (37). - С. 122–135. - DOI: 10.25688/2223-6872.2021.37.1.9.

8. Леонтьев А. Н. Избранные психологические произведения: в 2 т. Т. 2. - М.: Педагогика, 1983. - 320 с.

9. Митина О. В. Теория взаимодействия систем личности Ю. Куля и ее операционализация // Заседание Международной лаборатории позитивной психологии личности и мотивации. - 2023.

10. Монроз А. В. Особенности волевой регуляции в разных видах жизнедеятельности личности: дис. … канд. психол. наук. - М., 2016. - 167 с.

11. Норакидзе В. Г. Темперамент личности и фиксированная установка // Экспериментальные исследования установки. Т. 1. - Тбилиси: Мецниереба, 1958. - С. 347–355.

12. Сеченов И. М. Избранные произведения. - М.: Педгиз, 1953. - 336 с.

13. Evans J. S. B. T. Reflections on reflection: The nature and function of type 2 processes in dual-process theories of reasoning // Thinking & Reasoning. - 2019. - Vol. 25, No. 4. - P. 383–415. - https://doi.org/10.1080/13546783.2019.162307

14. Kuhl J. Action control: The maintenance of motivational states // In: Halisch F., Kuhl J. (Eds.). Motivation, Intention and Volition. - Berlin; New York: Springer, 1987. - P. 279–291.

15. Kuhl J. Motivation and Personality: Interactions of Psychological Systems. - Göttingen: Hogrefe, 2001.

16. Nadurak V. Dual-Process Theory and Two Types of Metacognitive Monitoring and Control Processes // Integrative Psychological and Behavioral Science. - 2023. - Vol. 57, No. 3. - P. 1273–1283. - https://doi.org/10.1007/s12124-023-09771-2

17. Newton C., Feeney J., Pennycook G. On the disposition to think analytically: Four distinct intuitive-analytic thinking styles // Personality and Social Psychology Bulletin. - 2023. - P. 1–18. - https://doi.org/10.1177/01461672231154886

Кадыркулов Ералы Саидвалиевич
преподаватель Национального Университета Узбекистана им. М.Улугбека
e-mail: kadyrkuloveraly@yandex.com

ЛИЧНОСТНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ СТУДЕНТОВ В ТЕЧЕНИИ 1-4 КУРСОВ

Аннотация. *Личностно-профессиональное развитие студентов в течение первых четырех курсов обучения является ключевым аспектом формирования их профессиональной идентичности и компетенций. В данной работе рассматриваются основные этапы и факторы, влияющие на развитие студентов в этот период, включая образовательные программы, внеучебную деятельность и взаимодействие с преподавателями и сверстниками. Оценивается влияние личностных характеристик, мотивации и саморазвития на успешность профессиональной подготовки. Подчеркивается важность создания благоприятной образовательной среды, способствующей развитию, как профессиональных навыков, так и личностных качеств, необходимых для будущей профессиональной деятельности.*

Ключевые слова: *личностно-профессиональное развитие, студенты, образовательный процесс, компетенции, профессиональная идентичность, саморазвитие, мотивация, внеучебная деятельность.*

PERSONAL AND PROFESSIONAL DEVELOPMENT OF STUDENTS DURING 1-4 COURSES

Annotation. *The personal and professional development of students during the first four years of study is a key aspect of the formation of their professional identity and competencies. This paper examines the main stages and factors affecting the development of students during this period, including educational programs, extracurricular activities and interaction with teachers and peers. The influence of personal characteristics, motivation and self-development on the success of professional training is assessed. The importance of creating a favorable educational environment conducive to the development of both professional skills and personal qualities necessary for future professional activity is emphasized.*

Keywords: *personal and professional development, students, educational process, competencies, professional identity, self-development, motivation, extracurricular activities.*

1-4 KURSLARDA TALABALARNING SHAXSIY VA KASBIY RIVOJLANISHI

Annotatsiya. *Dastlabki to'rtta o'quv kurslari davomida talabalarning shaxsiy va kasbiy rivojlanishi ularning kasbiy o'ziga xosligi va vakolatlarini shakllantirishning asosiy jihati hisoblanadi. Ushbu ish ushbu davrda talabalarning rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadigan asosiy bosqichlar va omillarni, shu jumladan ta'lim dasturlari, darsdan tashqari mashg'ulotlar va o'qituvchilar va tengdoshlar bilan o'zaro munosabatlarni ko'rib chiqadi. Shaxsiy xususiyatlar, motivatsiya va o'z-o'zini rivojlantirishning kasbiy tayyorgarlikning muvaffaqiyatiga ta'siri baholanadi. Kelajakdagi kasbiy faoliyat uchun zarur bo'lgan kasbiy ko'nikmalarni va shaxsiy fazilatlarni rivojlantirishga hissa qo'shadigan qulay ta'lim muhitini yaratish muhimligi ta'kidlangan.*

Kalit so'zlar: *shaxsiy va kasbiy rivojlanish, talabalar, o'quv jarayoni, vakolatlar, kasbiy o'ziga xoslik, o'z-o'zini rivojlantirish, motivatsiya, darsdan tashqari faoliyat.*

Личностно-профессиональное развитие студентов - это сложный и многогранный процесс, который начинается с первого курса и продолжается на протяжении всего обучения в вузе. Этот процесс включает в себя формирование профессиональной идентичности, развитие ключевых компетенций и личностных качеств, необходимых для успешной

профессиональной деятельности. В данной статье рассматриваются основные аспекты и факторы, влияющие на личностно-профессиональное развитие студентов в течение первых четырех курсов.

Упреждающая адаптация первокурсников в вузе является важным аспектом их успешного обучения и интеграции в новую образовательную среду. Этот процесс включает в себя несколько ключевых направлений, которые помогают студентам эффективно справляться с вызовами, связанными с переходом от школы к университету [1]. Рассмотрим каждое из трех направлений более подробно.

1. **Сопровождение** студентов на этапе адаптации предполагает создание системы поддержки, которая помогает им справляться с новыми требованиями и ожиданиями. Это может включать:

➢ Менторство: Назначение опытных студентов или преподавателей в качестве наставников, которые могут делиться своим опытом и давать советы по учебе и жизни в университете.

➢ Психологическая поддержка: Организация консультаций с психологами или специалистами по адаптации, которые помогут студентам справляться с эмоциональными трудностями.

➢ Информационные ресурсы: Предоставление студентам доступа к информации о правилах и процедурах университета, а также о возможностях участия в дополнительных мероприятиях и программах.

2. **Проектирование ситуаций кризиса учебно-профессионального развития студентов**. Проектирование ситуаций кризиса подразумевает создание условий, в которых студенты могут столкнуться с реальными вызовами и научиться преодолевать их. Это может включать:

➢ Симуляции и ролевые игры: Использование активных методов обучения, которые помогают студентам развивать навыки решения проблем и принятия решений в условиях неопределенности.

➢ Проектная деятельность: Вовлечение студентов в проекты, требующие командной работы и креативного подхода, что способствует развитию их профессиональных навыков и уверенности в себе.

➢ Обратная связь: Регулярное предоставление конструктивной обратной связи по выполненным заданиям и проектам, что позволяет студентам осознать свои сильные и слабые стороны.

3. **Предупреждение негативных проявлений переживаемых ими адаптационных кризисов.** Предупреждение негативных проявлений адаптационных кризисов включает в себя проактивные меры, направленные на минимизацию стресса и тревожности у студентов. Это может включать:

➢ Организация тренингов по управлению стрессом: Проведение семинаров и тренингов, посвященных техникам релаксации, тайм-менеджменту и эффективным стратегиям обучения.

➢ Создание комфортной образовательной среды: Обеспечение доступности ресурсов, таких как библиотеки, учебные материалы и пространства для групповой работы, что способствует снижению уровня стресса.

➢ Формирование сообщества: Стимулирование взаимодействия между студентами через клубы по интересам, спортивные мероприятия и культурные события, что помогает создать поддерживающую атмосферу.

Упреждающая адаптация первокурсников в вузе - это комплексный процесс, который требует активного участия преподавателей и администрации университета. Сопровождение, проектирование ситуаций кризиса и предупреждение негативных проявлений являются ключевыми направлениями, которые помогают студентам успешно интегрироваться в новую образовательную реальность. Эффективная реализация этих направлений способствует не

только успешной адаптации, но и формированию устойчивой профессиональной идентичности студентов.

Теоретико-методологические положения подчеркивают важность взаимодействия между личностью и окружающей средой в процессе развития психики и творческих способностей. Давайте рассмотрим каждое из них более подробно:

1. Психика развивается в деятельности и общении: Это положение акцентирует внимание на том, что развитие личности происходит не в изоляции, а через активное участие в различных видах деятельности и взаимодействие с другими людьми. Общение и совместная деятельность способствуют обмену опытом, что важно для формирования навыков и убеждений [2], [3].

2. Творческие реакции личности формируются через организацию среды, предоставляющей возможности для творчества: Здесь подчеркивается, что для проявления творческих способностей необходимо создать подходящую среду. Это может быть как физическое пространство, так и социальная атмосфера, которая стимулирует креативность и инновации [4].

3. Человек наблюдает за поведением других и на этой основе формирует идеи и нормы собственного поведения: Этот аспект связан с концепцией социального обучения, согласно которой люди учатся, наблюдая за действиями других. Это может включать подражание успешным моделям поведения или критический анализ действий окружающих [5].

4. Наиболее важными с психологической точки зрения средствами, обеспечивающими осуществление совместной деятельности, являются коммуникация и рефлексия: Коммуникация позволяет людям обмениваться мыслями и чувствами, что способствует более эффективному сотрудничеству. Рефлексия, в свою очередь, помогает осмысливать опыт, извлекать уроки из взаимодействия и улучшать будущие действия [6].

Эти положения могут служить основой для разработки образовательных программ, тренингов или других инициатив, направленных на развитие творческих способностей и эффективного взаимодействия в группах.

Личностно-профессиональное развитие студентов - это сложный и многогранный процесс, который начинается с первого курса и продолжается на протяжении всего обучения в вузе. Этот процесс включает в себя формирование профессиональной идентичности, развитие ключевых компетенций и личностных качеств, необходимых для успешной профессиональной деятельности. В данной статье рассматриваются основные аспекты и факторы, влияющие на личностно-профессиональное развитие студентов в течение первых четырех курсов.

1. Этапы личностно-профессионального развития

Личностно-профессиональное развитие студентов можно разделить на несколько этапов:

- Первый курс: На этом этапе студенты адаптируются к новой образовательной среде. Важным является формирование базовых знаний и навыков, а также осознание значимости выбранной профессии. Преподаватели играют ключевую роль в поддержке этой адаптации, создавая условия для активного вовлечения студентов в учебный процесс.
- Второй курс: Студенты начинают углубленное изучение своей специальности. В это время происходит активное развитие профессиональных компетенций через практические занятия, проекты и стажировки. Внеучебная деятельность, такая как участие в научных кружках и общественных организациях, также способствует развитию лидерских качеств и командной работы.
- Третий курс: На данном этапе студенты начинают осознавать свою профессиональную идентичность. Они более активно участвуют в практической деятельности, что позволяет им применять теоретические знания на практике. Важно также развивать навыки саморефлексии, чтобы студенты могли оценивать свои достижения и определять области для улучшения.

➢ Четвертый курс: Завершающий этап обучения, когда студенты готовятся к выходу на рынок труда. Здесь акцент делается на интеграцию полученных знаний и опыта, а также на подготовку к профессиональной деятельности через прохождение практики и написание выпускной квалификационной работы. Формирование сетевого взаимодействия с профессионалами в своей области становится особенно актуальным.

2. Факторы, влияющие на личностно-профессиональное развитие

Существует несколько ключевых факторов, которые оказывают влияние на личностно-профессиональное развитие студентов:

➢ Образовательная программа: Качество учебных курсов, наличие практических занятий и стажировок играет важную роль в формировании профессиональных навыков.

➢ Внеучебная деятельность: Участие в клубах, конкурсах и проектах способствует развитию лидерских качеств, коммуникационных навыков и умения работать в команде.

➢ Взаимодействие с преподавателями: Поддержка со стороны преподавателей и менторов помогает студентам развивать уверенность в своих силах и получать ценные советы по карьерному развитию.

➢ Личностные характеристики: Мотивация, настойчивость и способность к саморазвитию являются важными аспектами, влияющими на успех в обучении и дальнейшей профессиональной деятельности.

3. Создание благоприятной образовательной среды

Для успешного личностно-профессионального развития студентов необходимо создавать благоприятную образовательную среду. Это включает в себя:

➢ Поддерживающую атмосферу: Преподаватели должны быть открытыми для общения и готовы помогать студентам в их развитии.

➢ Интерактивные методы обучения: Использование кейс-методов, групповых проектов и других активных форм обучения способствует более глубокому усвоению материала.

➢ Развитие карьерных компетенций: Важно включать в учебный процесс элементы карьерного консультирования, тренинги по написанию резюме и подготовке к собеседованиям.

Из работы Л. Б. Шнейдера подчеркивает важность понимания профессиональной идентичности студентов как динамичного процесса, который формируется в контексте их учебно-профессиональной деятельности. Профессиональная идентичность не является статичным состоянием, а представляет собой сложное единство самоощущения, эмоциональных переживаний и активного участия в процессе обучения и подготовки к будущей профессии [7].

Ключевые аспекты, на которые стоит обратить внимание:

1. Целеполагание: Студенты формируют свои профессиональные цели и представления о себе как о будущих специалистах, что влияет на их мотивацию и активность в учебном процессе.

2. Принадлежность к профессиональной группе: Осознание себя как части определенной профессиональной группы способствует укреплению идентичности и формированию чувства тождества.

3. Эмоциональные переживания: Эмоции играют важную роль в процессе формирования профессиональной идентичности. Положительные или отрицательные переживания могут существенно влиять на восприятие профессии и собственных возможностей.

4. Активность субъекта: Профессиональная идентичность формируется через активное участие студента в образовательном процессе, что включает как учебную деятельность, так и взаимодействие с преподавателями и сверстниками.

Профессиональная идентичность студентов является многогранным феноменом, который требует внимания как со стороны исследователей, так и со стороны образовательных учреждений для создания условий, способствующих ее позитивному развитию.

Личностно-профессиональное развитие студентов в течение первых четырех курсов обучения является важным аспектом их подготовки к будущей профессиональной деятельности. Создание благоприятной образовательной среды, активное вовлечение студентов в учебный процесс и поддержка со стороны преподавателей способствуют формированию необходимых компетенций и личностных качеств. Важно помнить, что успешное развитие студентов зависит не только от образовательных программ, но и от их личной мотивации и стремления к саморазвитию.

Список использованной литературы.

1. Мирзаянова, Л.Ф. (2008). Проектирование ситуаций возникновения и преодоления кризиса учебно-профессионального развития студентов. *Психологическая наука и образование, 13*(2), 18–26.

2. Леонтьев А. Н. Избранные психологические произведения: В 2 т. М., 1983. Т. 1. С. 96–141. Т. 2.

3. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М., 1984.

4. Выготский Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте // Психологический очерк: книга для учителя. М., 1991.

5. Бандура А. Теория социального научения. СПб., 2000.

6. Рубцов В. В. Организация и развитие совместных действий у детей в процессе обучения. М., 1980.

7. Шнейдер Л. Б. Профессиональная идентичность: структура, генезис и условия становления: автореферат дис. … д-ра психол. Наук. М., 2001

Карамян Мариэтта Хачатуровна
профессор Национального университета Узбекистана им.Мирзо Улугбека, доктор психологических наук
https://orcid.org/ORCID - 0000-0001-9433-7728

КЕЙС-СТАДИ КАК МЕТОД ПРЕПОДАВАНИЯ ПСИХОЛОГИИ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация. *В статье анализируются особенности применения метода кейс-стади в процессе преподавания учебных дисциплин по психологии в системе высшего образования. Подчеркнуто, что метод кейс-стади отражает основные идеи проблемного и развивающего обучения, гуманитарного познания. Это определяет его место в системе методов активного обучения психологии, применение которых связано с пониманием студенческой аудитории в контексте обучения взрослых. В статье показан обучающий и развивающий потенциал кейс-метода, раскрываются способы разработки и подбора кейсов для преподавания учебных дисциплин по психологии. На примере учебной дисциплины «Педагогическая психология и методика преподавания психологии» выделены кейсы, разработанные на основе анализа взглядов ученых на проблему образования и художественной литературы; случаи, описываемые в психологической периодике; художественные фильмы; научно-популярные видео-лекции.*

Ключевые слова: *кейс-стади, активные методы обучения, гуманитарное познание, развивающее обучение, проблемное обучение, обучение взрослых, психологическая практика, познавательная мотивация, самостоятельное мышление.*

KEYS-STADI OLIY TA’LIM TIZIMIDA PSIXOLOGIYANI O’QITISH USULI SIFATIDA

Annotatsiya. *Maqolada oliy ta’lim tizimida psixologiya fanlarini o’qitish jarayonida keys-stadi usulini qo’llashning o’ziga xos xususiyatlari tahlil etilgan. Keys-stadi usuli muammoli va rivojlantiruvchi ta’lim hamda gumanitar bilishning asosiy g’oyalarini aks ettirishi ta’kidlangan. Bu uning psixologiyani faol o’qitish usullari tizimidagi o’rnini belgilaydi. Ushbu usulning qo’llanilishi kattalarni o’qitish nuqtai nazaridan talabalar auditoriyasini tushunish bilan bog’liq ekanligi ko’rsatib o’tilgan.*

Maqolada keys-usulning ta’lim berish va rivojlantirish salohiyati ko’rsatilgan, psixologiya bo’yicha o’quv fanlarini o’qitish uchun keyslarni ishlab chiqish va tanlash usullari yoritilgan. "Pedagogik psixologiya va psixologiyani o’qitish metodikasi" o’quv fani misolida ta’lim muammosi bo’yicha olimlarning qarashlari va badiiy adabiyot tahlili asosida ishlab chiqilgan keyslar; psixologik davriy nashrlarida tasvirlangan voqealar; badiiy filmlar; ilmiy-ommabop video ma’ruzalar ajratib ko’rsatilgan.

Kalit so’zlar: *keys-stadi, ta’limning faol usullari, gumanitar bilish, rivojlantiruvchi ta’lim, muammoli ta’lim, kattalar ta’limi, psixologik amaliyot, bilish motivatsiyasi, mustaqil fikrlash.*

CASE STUDY AS A TEACHING METHOD OF PSYCHOLOGY IN THE SYSTEM OF HIGHER EDUCATION

Abstract. *The specifics of using the case study method in the teaching of academic disciplines in psychology in the higher education system is analyzed in the article. It is emphasized that the case study method reflects the main ideas of problem-based and developmental learning, humanitarian cognition. This determines its place in the system of active teaching methods in psychology, the application of which is associated with the understanding of the student audience in the context of adult education. The teaching and developing potential of the case method is shown in the article, ways of developing and selecting cases for teaching academic disciplines in psychology are revealed. On the example of the academic discipline "Pedagogical psychology and methods of teaching psychology"*

the cases developed on the basis of the analysis of scientists' views on the problem of education and fiction; cases described in psychological periodicals; feature films; popular science video lectures are highlighted.

Keywords: *case study, active teaching methods, humanitarian cognition, developmental learning, problem-based learning, adult education, psychological practice, cognitive motivation, independent thinking.*

Введение. Представляя собой ключевой социальный институт, высшее профессиональное образование обеспечивает воспроизводство человеческого капитала и способствует экономическому, социальному, культурному прогрессу страны, ее инновационному развитию и повышению конкурентоспособности. В современных динамичных социально-экономических условиях образовательная система ориентирована на подготовку квалифицированного специалиста, способного успешно функционировать в условиях профессиональной конкуренции, а также на создание предпосылок для его личностного и профессионального роста и реализации творческого потенциала. В связи с этим перед педагогическими кадрами стоят задачи применения таких методов преподавания, которые создадут атмосферу развития у студентов умений использовать полученные в ходе обучения знания в реальной профессиональной ситуации. Особенно остро эти задачи стоят при подготовке психологов в системе высшего профессионального образования.

Профессиональная деятельность психолога относится к общественно значимым и отвечает на конкретные практические запросы в различных сферах жизни, связанных с образованием, охраной здоровья, социальной защитой семьи и детей, спортом, предпринимательством. К примеру, Ф.Е.Василюк (1992) отмечает, что «формирующееся в связи с появлением психологической практики новое положение психологии в общественной жизни создает новую ситуацию внутри самой психологии. Главный параметр оценки этой ситуации – отношения между психологической наукой и практикой» [5, с.3]. Таким образом, необходимость учета конструктивного соотношения теории и практики в психологии требует поиска и применения не только эффективных способов диагностики возникающих психологических и психосоциальных проблем, оказания соответствующей помощи, но и действенных методов обучения будущих профессионалов. В связи с этим несомненный интерес представляет рассмотрение содержательных и методических вопросов преподавания психологическим дисциплинам в системе высшего профессионального образования, поиск способов повышения его качества, среди которых применение активных методов обучения студентов представляется эффективным.

Целью настоящей статьи является анализ особенностей применения кейс-стади как активного метода обучения в процессе подготовки психологов в системе высшего образования. Реализация этой цели требует обсуждения теоретико-методологических основ использования кейс-стади в контексте развивающего и проблемного обучения психологии, а также анализа методических аспектов его применения, которое будет представлено в данной статье на примере учебной дисциплины «Педагогическая психология и методика преподавания психологии».

Кейс-стади относится к активным методам обучения психологии. Это приводит к необходимости его анализа с позиций особенностей гуманитарного познания, в контексте проблемного и развивающего обучения, а также обучения взрослых.

Специфика психологии как области гуманитарного познания раскрывается в работах В.Я.Ляудис, Б.Ц.Бадмаева, Е.Е.Сапоговой [2, 14, 18-19]. Она заключается в особом отношении субъекта познания к познаваемому, в субъект-субъектном взаимодействии, в диалогическом общении, в реализации при обучении психологии установки на «вчувствование и переживание психических феноменов», созидание личностных смыслов [19], в посредническом характере гуманитарного психологического знания. Так, В.Я.Ляудис подчеркивала, что гуманитарное познание – «особый тип научного познания, предполагающий иное отношение познающего

субъекта к объекту исследования, чем то отношение, которое свойственно естественнонаучным дисциплинам» [14, с.7]. Другими словами, в центре гуманитарного познания – человек, и это позволяет говорить, что «психологии надо учить несколько иначе, чем другим профессиям, поскольку психологу предстоит иметь дело с пониманием одного из самых сложных и непредсказуемых феноменов – психикой в её разнообразнейших проявлениях, причём познавать и понимать её в условиях слитности объекта и субъекта познания» [19, с.8].

Особенности обучения психологии в системе профессиональной подготовки студентов также связаны с инновационной стратегией управления учебно-воспитательным процессом, суть которой признание ценности личности всех его участников (В.Я.Ляудис). Культура инновационного образования позволяет выстраивать учебно-воспитательный процесс на основе групповых форм учения, сотрудничества и сотворчества участников образовательного процесса. Так, по мнению Е.Е. Сапоговой, важным умением психолога является способность к экзистенциальному диалогу, которая заключается в искусстве «разговора, расспрашивания, беседы, объяснения, доказательства, аргументации, точному выражению себя в словах, интерпретативности» [19, с.9] в процессе диалогического общения преподавателя и студентов. И важным условием формирования данной способности является применение методов активного обучения, которые способствуют профессиональному становлению студентов, их личностной самореализации и развитию у них рефлексивных умений, необходимых для эффективного выполнения профессиональной деятельности.

Методы. Для реализации поставленной цели в данной статье применяются методы анализа литературных источников и опыта профессиональной преподавательской деятельности автора. Рефлексия автором статьи своего опыта преподавания психологии показывает, что важным является не только освоение студентами диагностико-коррекционной, экспертной, консультативной, учебно-воспитательной, научно-исследовательской и культурно-просветительской видов профессиональной деятельности. Формирующим психолога-профессионала со всей очевидностью выступает такое обучение, которое помогает понимать себя и окружающих его людей, которое ориентировано на ведение разговора, экзистенциальное общение. Именно поэтому в фокусе внимания данной статьи рассмотрение особенностей проблемного и развивающего обучения и принципов обучения взрослых.

Развивающее обучение в высшем образовательном учреждении предполагает, по мнению Б.Ц.Бадмаева (1999),

– переход студентов в своей учебной деятельности от обучения под руководством и повседневным контролем учителя к самостоятельному освоению научной картины мира, к овладению методом обучения и самообучения;

– такое взаимодействие преподавателя со студентов, которое ведет не только информирование и накопление различного рода сведений, но и развитие личности студента и преподавателя;

– подбор преподавателем такого теоретического материала и таких методов обучения, которые будут способствовать развитию самостоятельности мышления студентов [2].

В специальной литературе подчеркивается, что усвоению студентами связи теоретических знаний с практикой помогают 1) иллюстрация теоретического положения каким-нибудь практическим примером для лучшего уяснения его жизненного смысла; 2) рассмотрение данного теоретического положения как результата получения научного вывода из анализа фактов действительности; 3) практическое приложение данной теории к анализу и оценке актуального жизненного факта или всем известного явления психики [2].

В преподавании психологии важным представляется «организация совместной деятельности обучающего и обучаемых, потому что теоретические знания лучше усваиваются, когда помощь преподавателя проявляется в форме его участия в коллективной дискуссии по выявлению теоретического вывода из обсуждения различных вариантов анализа жизненной ситуации, объективных фактов проявления психического» [2, с.43]. При этом фундаментальный принцип проблемного обучения – исследовательский подход – как нельзя лучше совпадает и

с идеями развивающего обучения, так как способствует развитию у студентов чувства ответственности, умений самостоятельной постановки и реализации целей и командной работы. В зарубежной научной периодике отмечается ценность проблемного обучения при преподавании клинической, педагогической и юридической психологии [24].

Психолого-педагогический анализ проблематики обучения взрослых включает в себя обсуждение социальных и психологических особенностей взрослых, принципов построения образовательного процесса. С.И.Змеёв (2015) раскрывает пять ключевых характеристик, отличающих взрослого обучающегося от невзрослых учеников:

1) осознание себя самостоятельной, самоуправляемой личностью;

2) наличие жизненного опыта в бытовой, профессиональной, социальной сферах;

3) обусловленность готовности к обучению взрослого человека его стремлением решить жизненно важные проблемы и достичь конкретных целей с помощью полученных знаний;

4) стремление взрослого человека к немедленной реализации полученных знаний;

5) зависимость учебной деятельности взрослого человека от временных, пространственных, бытовых, профессиональных и социальных условий его жизни [8].

Анализ показывает, что методом, который имманентно соотносится и с особенностями психологии как сферы гуманитарного знания, и с диалогичностью, герменевтичностью, полисемантичностью, феноменальностью профессионального психологического сознания, и со спецификой преподавания психологии как учебной дисциплины в рамках развивающего и проблемного обучения и обучения студентов как взрослой аудитории является метод «Кейс-стади» (метод изучения случая).

Результаты и их обсуждение. Анализ показывает, что, являясь одним из ведущих активных методов и технологий коллективного обучения, кейс «интегрирует другие технологии. Прежде всего, это технологии развивающего, личностно-ориентированного обучения, включающие в себя процедуры индивидуального, группового и коллективного развития» [12, с.24]. В специализированной литературе анализируются особенности двух – американской и европейской – школ кейс-стади [15], приводятся параметры сравнения учебных и исследовательских кейсов [21], подчеркиваются сложности и положительные стороны использования этого метода в обучении [17, 23].

Положительными сторонами применения кейса как активного метода обучения психологии являются: 1) возможность оживления и интенсификации учебного процесса, побуждение к творческому участию в нем студента; 2) возможность самостоятельной работы студента по получению знаний и для поиска студентом ответов на важные вопросы; 3) возможность приобретения студентом собственного опыта решения задач, его анализа и выработки соответствующих концептуальных (теоретических: понимание принципов закономерностей и связей) и инструментальных (практических: модели поведения и их следствия) выводов; 4) возможность для формирования у студента навыка рефлексии, самопознания [16].

Специалисты отмечают, что кейс-стади максимально полно отражает компетентностный подход в современной системе непрерывного образования [13], формирует у психологов различные профессиональные навыки: аналитические (классифицировать, выделять, анализировать), творческие (креативно мыслить), коммуникативные и социальные (слушать и слышать, взаимодействовать и общаться, убеждать), а также практические умения (использовать на практике академические теории, методы и принципы) [20].

Таким образом, метод «Кейс-стади» занимает ключевое место среди активных методов развивающего и проблемного обучения студентов в системе высшего психологического образования. При этом полноправное присутствие кейс-стади среди методов обучения связано и с особенностями психологической практики. Фактически, метод кейс-стади по своей сущности полностью отражает теоретико-методологические положения практико-ориентированных направлений психологического знания и является «распространенным жанром в психотерапии» (Н.П.Бусыгина, 2009) [4, с.9].

Рассмотрим потенциал кейс-стади как метода обучения на примере преподавания учебной дисциплины «Педагогическая психология и методика преподавания психологии». Эта

дисциплина предполагает получение базовых знаний по закономерностям и механизмам научения, обучения и воспитания в различные возрастные периоды, расширение и углубление знаний, полученных в рамках общей, возрастной и дифференциальной, социальной психологии в контексте системы образования. Особый акцент при обучении данной дисциплине делается на рассмотрении актуальных вопросов методики преподавания психологии, учета психологических аспектов преподавания. Являясь одной из центральных дисциплин в системе подготовки психологов, она направлена как на формирование теоретико-практических основ профессионального мышления психологов, так и на развитие ключевых навыков и умений, связанных с прикладной деятельностью психолога и психолога-преподавателя. Учитывая, что данная учебная дисциплина представляет собой гибкое сочетание фундаментальных знаний и ориентированных на практику умений и навыков, важным является более детальное рассмотрение особенностей применения метода кейс-стади в ее преподавании.

Обсуждение сущности и особенностей применения метода «Кейс-стади» в рамках учебной дисциплины «Педагогическая психология и методика преподавания психологии» связано с постановкой следующих методических вопросов, а именно:

1) вопроса о видах кейсов,
2) вопроса о требованиях к подбору и разработке кейсов,
3) вопроса об этапах совместной работы преподавателя и студента над кейсом (случаем).

В рамках преподавания учебной дисциплины «Педагогическая психология и методика преподавания психологии» представляется возможным использование как иллюстративных, так и учебных кейсов. Как правило, по мнению И.В.Гладких (2005), иллюстративный (описательный) кейс напоминает профессионально описанную ситуацию, представляющую собой практический пример, раскрывающий отдельные положения теории, удачные или ошибочные решения. Учебные кейсы могут быть разработаны на основе иллюстративного кейса для проведения обсуждения, самостоятельного анализа и поиска. Важным при этом является отсутствие в кейсе готового решения, организация работы для самостоятельного его поиска студентами [6].

Опыт преподавания автором учебной дисциплины «Педагогическая психология и методика преподавания психологии» показывает, что предпочтительным является использование мини-кейсов, объем которых занимает от 2 до 10 страниц максимум. Достоинствами мини-кейса в данном случае является наличие в кейсе ключевой информации, имеющей непосредственное отношение к описанию проблемной ситуации, и возможности проведения дискуссии в аудитории на основе раскрытого «здесь и сейчас» теоретического материала.

При использовании кейсов в процессе преподавания возникает закономерный вопрос о требованиях к их разработке. Автор статьи считает, что кейсы должны быть ориентированы на конкретную аудиторию, написаны понятным языком, на основе достоверных теоретико-исследовательских данных, но без прямых авторских комментариев. В кейсе обязательно должна быть отражена проблемная ситуация, приближенная к реальным жизненным обстоятельствам.

Ученые предлагают классифицировать кейсы по педагогической психологии с учетом ее структуры. Так, М.М.Елфимова (2016) приводит кейсы по проблемам психологии учебной деятельности, обучения, воспитания, личности и профессиональной деятельности учителя. При это в зависимости от тематики автор применяет ситуации-иллюстрации, ситуации-оценки, ситуации-упражнения, ситуации-проблемы [7].

Банк кейсов автора статьи по учебной дисциплине «Педагогическая психология и методика преподавания психологии» включает в себя:

1. Кейсы, разработанные на основе анализа взглядов ученых на проблему образования. Например, размышления А.Г.Асмолова об образовании [10].

2. Кейсы, разработанные на основе случаев, описанных известными педагогами, терапевтами и консультантами. Эти кейсы описываются в текстовом формате. Например, примеры моральных дилемм, предлагаемые Л.Кольбергом [1].

3. Исторически известные случаи, описанные в специальной психологической литературе в виде кейсов и рассматриваемые различными психологами с точки зрения своих научно-теоретических и научно-практических позиций. Например, случай маленького Альберта [22].

4. Случаи, описываемые в психологической периодике. Несомненным достоинством этих кейсов выступает их исследовательско-практический характер [например, 3, 11].

5. Кейсы, формулируемые студентами самостоятельно на основе проведения психодиагностической работы с помощью использования методик диагностики учебной мотивации, педагогической деятельности учителя. Несомненным достоинством такого рода кейсов выступает их не только аналитический, но и исследовательский характер, возможность отработки навыков работы по сбору информации от человека, рефлексия студентами особенностей своей учебной мотивации, наличия или отсутствия педагогических способностей.

6. Кейсы, разработанные на основе художественной литературы. Например, рассказ Ч.Айтматова «Первый учитель», повесть А.Макаренко «Педагогическая поэма».

7. Видео-кейсы, подобранные автором на основе просмотра различных художественных фильмов, а также научно-популярных видеолекций (например, с сайта «Постнаука»). В частности, для иллюстрации на основе развивающего и проблемного обучения используются небольшие, как правило, до 10 минут отрывки из художественных фильмов «Дневник мамы первоклассника» (режиссер А.Силкин, 2014), «Звездочки на небе» (режиссер А.Хан, 2007), «Триумф» (режиссер Р.Хейнс, 2006), «Педагогическая поэма» (режиссеры А.Маслюков, М.Маевская, 1955), «Альтернативная математика» (Д.Мэддокс, 2017).При этом для видео-кейсов намеренно используются как современные фильмы, так и фильмы, снятые несколько десятилетий назад, для демонстрации наличия одних и тех же психологических закономерностей включения детей в учебную деятельность, их воспитания, педагогической деятельности.

8. Кейсы, формулируемые студентами в процессе отработки своих собственных переживаний с помощью метафорических ассоциативных карт посредством рассказа или истории.

В качестве этапов работы с кейсом специалисты выделяют

1) ознакомление с ситуацией через прочтение ее описания или просмотр видеосюжета;
2) анализ ситуации с целью определения проблемы;
3) концептуализация (подведение теоретических оснований под конкретный случай);
4) разработка плана решения проблемы;
5) обоснование конкретных способов, средств и приемов воздействия;
6) рефлексивный прогноз возможных последствий и результатов применения выработанной стратегии решения ситуации [9].

Важным в процессе работы над кейсом является учет его направленности на решение определенной практической задачи, у которой нет единственного правильного ответа. Кейсы позволяют осмыслить реальную профессиональную ситуацию, описание которой одновременно отражает не только какую-либо практическую проблему, но и актуализирует определенный комплекс знаний, необходимых при разрешении данной проблемы [9].

Заключение. Кейс-стади как активный метод обучения формирует у будущих профессионалов компетенции по анализу возникающих проблем, выдвижению альтернативных способов их понимания и решения, навыки системного мышления. В процессе преподавания психологических дисциплин в системе высшего образования важными представляются соединение в преподавании методологии исследования случаев и принципов развивающего и проблемного обучения, разработка и подбор кейсов, отражающих социокультурные и этнокультурные особенности, дальнейшее пополнение банка иллюстрирующих психологические закономерности видео-кейсов, формирование у студентов навыков формулирования случая для развития их профессионального мышления и системного видения психологической проблематики. При этом преподаватели должны осуществлять постоянную рефлексию опыта своего преподавания с целью выделения наиболее оптимальных активных методов обучения.

Список литературы.

1. Анцыферова Л.И. (1999) Связь морального сознания с нравственным поведением человека (по материалам исследований Лоуренса Колберга и его школы). *Психологический журнал,* том 20. № 3. С. 5-17.

2. Бадмаев Б.Ц. (1999) *Методика преподавания психологии:* Учеб.-метод. пособие для преподават. и аспирантов вузов. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 304 с.

3. Бурчаганов Э.С. (2001) Случай с драчливостью мальчика. *Консультативная психология и психотерапия,* № 3. С. 151–161.

4. Бусыгина Н.П. (2009) Научный статус методологии исследования случаев. *Московский психотерапевтический журнал,* № 1. С. 9–34.

5. Василюк, Ф.Е. (1992). От психологической практики к психотехнической теории. Консультативная психология и психотерапия, 1(1), Статья 1. URL: https://psyjournals.ru/journals/cpp/archive/1992_n1/25828 (дата обращения: 12.08.2025).

6. Гладких И.В. (2005) Методические рекомендации по разработке учебных кейсов. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия: Менеджмент,* выпуск 2. С. 169-194.

7. Елфимова М.М. (2016) *Педагогическая психология: сборник кейсов [Электронное издание]: учеб.-метод. пособие.* 2-е изд., стер. М.: ФЛИНТА, 176 с.

8. Змеёв С.И. (2015) Образование взрослых и андрагогика в реализации концепции непрерывного образования в России. *Отечественная и зарубежная педагогика,* выпуск № 3 (24). С. 94-101.

9. Ивлева М.Л., Саенко Н.Р. (2016) Особенности применения кейс-метода в курсе «Педагогика и психология высшей школы» для аспирантов. *Вестник ассоциации вузов туризма и сервиса,* том 10. № 2. С.59-67.

10. Интервью с А.Г.Асмоловым «Образование впереди перемен: школа неопределенности».27.02.2018// Постнаука: URL: https://postnauka.ru/talks/84112 (дата обращения: 14.04.2025).

11. Камалетдинова З.Ф. (2011) Новая позитивная психология и психологическое консультирование подростка (анализа случая из практики). *Вестник МГТУ им.М.А.Шолохова. Серия «Педагогика и психология»,* №2. С.111-117.

12. *КЕЙС-СТАДИ: принципы создания и использования* (2015). Тверь: Изд-во «СКФ-офис», 114 с.

13. Лебедева Н.В. (2016) Кейс-стади: метод обучения в системе дополнительного профессионального образования работников социальной сферы. *Учёные записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы,* том 25. № 1. С. 121–127.

14. Ляудис В.Я. (2000) *Методика преподавания психологии:* Учебное пособие. 3-е изд., испр. и доп. М.: Изд-во УРАО, 128 с.

15. Мухаметжанова А.О., Айдарбекова К.А., Мухаметжанова Б.О. (2016) Интерактивные методы обучения в вузе. *International Journal of Applied and Fundamental Research,* № 2. С.84-87.

16. Плотников М.В., Чернявская О.С., Кузнецова Ю.В. (2014) *Технология case-study. Учебно-методическое пособие.* Нижний Новгород, 208 с.

17. *Психология конфликта. Компендиум кейсов: учеб. пособие (2016)* / под ред. Т. И. Короткиной. СПб.: СПбГУП, 116 с.

Кариева Назокатхон Тельмановна
Доктор философии (PhD) по психологическим наукам, и.о. доцента Филиала МГУ имени М.В. Ломоносова в г. Ташкенте
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-9393-0690

ВЗАИМОСВЯЗЬ ДОВЕРИЯ ВНУТРИ ОРГАНИЗАЦИИ СО СТИЛЯМИ РАЗРЕШЕНИЯ КОНФЛИКТА

Аннотация. *В статье рассматривается исследование, направленное на изучение взаимосвязи доверия внутри организации со стилями разрешения конфликта. Для реализации исследования и достижения поставленной цели был применен метод опроса. Для диагностики степени доверия внутри организации были использованы: методика «Оценки доверия/недоверия сотрудника коллегам и руководителям организации» А.Б. Купрейченко и методика, направленная на определение уровня доверия к организации Н.Т. Кариевой, О.О. Баловой. В свою очередь для диагностики применяемых стилей разрешения конфликта были использованы: методика определения переговорного стиля (МОПС) Г. У. Солдатовой и А. Ф. Гасимова; адаптированная методика определения стиля разрешения конфликта Томаса-Килмана. Результаты проведенного исследования показали наличие взаимосвязи доверия внутри организации со стилями разрешения конфликта. Субъект переговоров, который ориентирован на совместное решение проблемы, несомненно вызывает доверие к нему. Для интегративного стиля, ориентированного на партнера, не обязательно наличие общих взглядов и целей у переговорщиков. Сотрудничество и компромисс всегда вызывают доверие. Конфронтация практически всегда ведет к понижению уровня доверия. Жесткий и категоричный стиль ведения переговоров не может стимулировать возникновение доверия у переговорщиков.*

Ключевые слова: *доверие, доверие в организации, компоненты доверия, стили разрешения конфликта, корреляция.*

TASHKILOT ICHIDAGI ISHONCHNING NIZOLARNI HAL QILISH USLUBLARI BILAN O'ZARO BOG'LIQLIGI

Annotatsiya. *Maqolada tashkilot ichidagi ishonch bilan nizolarni hal qilish uslublari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni o'rganishga qaratilgan tadqiqot yoritilgan. Tadqiqot maqsadiga erishish uchun so'rovnoma usuli qo'llanildi. Tashkilot ichidagi ishonch darajasini aniqlash uchun quyidagi metodikalardan foydalanildi: A.B. Kupreychenkoning "Xodimning hamkasblar va rahbariyatga bo'lgan ishonchi/ishonchsizligini baholash" metodikasi hamda N.T. Karieva va O.O. Balova tomonidan ishlab chiqilgan tashkilotga bo'lgan ishonch darajasini aniqlash metodikasi. Nizolarni hal qilishda qo'llaniladigan uslublarni aniqlash uchun esa G.U. Soldatova va A.F. Gasimovning Muzokara uslubini aniqlash metodikasi (MOPS) hamda moslashtirilgan Thomas-Kilmann nizolarni hal qilish uslubi metodikasidan foydalanildi.*

Olib borilgan tadqiqot natijalari tashkilot ichidagi ishonch bilan nizolarni hal qilish uslublari o'rtasida bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi. Muammoni birgalikda hal qilishga yo'naltirilgan muzokarachilar odatda ishonch uyg'otadi. Hamkorlikka yo'naltirilgan integrativ uslubda umumiy qarashlar yoki maqsadlar bo'lishi shart emas. Hamkorlik va murosa har doim ishonchni kuchaytiradi, konfrontatsiya esa deyarli har doim ishonchning pasayishiga olib keladi. Qattiq va keskin muzokara uslubi ishonchni shakllantira olmaydi.

Kalit so'zlar: *ishonch, tashkilotdagi ishonch, ishonch komponentlari, nizolarni hal qilish uslublari, korrelyatsiya.*

THE RELATIONSHIP BETWEEN TRUST WITHIN AN ORGANIZATION AND CONFLICT RESOLUTION STYLES

Abstract. *The article presents a study aimed at examining the relationship between trust within an organization and conflict resolution styles. A survey method was used to conduct the study and*

achieve the stated objective. To assess the level of trust within the organization, the following tools were applied: A.B. Kupreychenko's method "Assessment of Employee Trust/Distrust toward Colleagues and Management" and a method developed by N.T. Karieva and O.O. Balova to determine the level of organizational trust. To diagnose the applied conflict resolution styles, the following tools were used: the Negotiation Style Assessment Method (NSAM) by G.U. Soldatova and A.F. Gasimov, and the adapted Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument. The results of the study showed a correlation between trust within the organization and the styles of conflict resolution. A negotiation subject focused on collaborative problem-solving clearly earns more trust. The integrative style, oriented toward the partner, does not necessarily require shared views or goals. Cooperation and compromise consistently foster trust, whereas confrontation almost always reduces it. A rigid and categorical negotiation style fails to stimulate trust between the parties.

Keywords: *trust, organizational trust, components of trust, conflict resolution styles, correlation.*

Введение. Конфликты так или иначе присутствуют в деятельности любой организации. Причина конфликтов может быть абсолютно разной: халатное отношение сотрудника к работе, которое негативно влияет на трудовую деятельность коллег; высокая конкуренция внутри организации между коллегами; недопонимания с руководством и так далее. Это является тормозящим фактором для продуктивности организации и конкурентоспособности на рынке. В следствии этого страдает как имидж организации, так и сами сотрудники. Стоит отметить, что некорректно подобранный стиль разрешения возникшего конфликта, может не только не разрешить ситуацию, но и усугубить ее совсем. Это может быть чревато весьма негативными последствиями. Также данный момент может привести к снижению уровня доверия сотрудников внутри организации. Из-за снижения уровня доверия возникают еще больше конфликтных ситуаций. По этой причине вопрос о взаимосвязи доверия внутри организации и стилями разрешения конфликтов является актуальным. Неправильно подобранный стиль разрешения конфликтов может являться причиной отсутствия чувства стабильности у сотрудников и формирование неблагоприятного психологического климата.

Следует отметить, что доверие является одним из важнейших факторов во взаимоотношениях людей. Данный феномен издревле считался объединяющим и сплочающим фактором для выживания. В наше время в организациях доверие является важным оплотом благополучного психологического климата, стабильного рабочего процесса, а также движущим механизмом развития организации.

Существуют немало формулировок феномена доверия от различных авторов. «Доверие - это надежда на то, что люди, от которых мы зависим, оправдают наши ожидания» (Р.Б. Шо). Доверие - это внутреннее чувство, выражающееся в том, что человек может идентифицировать интересы другого человека со своими собственными (Белянин, 2013). Английский социолог Э. Гидденс считает, что доверие - это уверенность (confidence) в надежности человека или системы по отношению к определенному ряду событий или явлений (Гидденс, 1990). Н. Луман и П. Штомпка обращают внимание на то, что доверие связано с неопределенностью событий, полный контроль над ситуацией не требует доверия, и тогда доверие - это вероятностная категория, т. е. ставка на то, как другие поведут себя в будущем (Луман, 1988; Штомпка, 1999). Доверие - это реципрокное (взаимное) отношение, в нем выделяется роль доверителя ("trustor") и доверенного лица ("trustee") (Коулман, 1990). Между доверителем и доверенным лицом иногда могут быть и посредники. Например при продаже недвижимости между покупателем и продавцом нередко выступает риелтор, который следит за выполнением доверительных требований. Исходя из изложенного выше мы можем сделать вывод, что несмотря на многообразие формулировок определения феномена доверия, все сходится к одному логическому умозаключению, что доверие – это чувство уверенности в другом человеке.

В современной теории управления персоналом доверие рассматривается с различных точек зрения. Одной из таких точек зрения является концепция Майера, Дэвиса и Шурмана. Согласно данной концепции, доверие выступает как продукт взаимодействия агентов, в ней идет речь о роли доверителя и доверенного лица. Также упоминается что само доверие связывается

с такими качествами как доброжелательность, компетентность, надежность (Schoorman, Mayer, Davis, 2007).

Определение доверия может отличаться друг от друга в зависимости от того, какой вид доверия мы рассматриваем. Для нашего исследования будет объективным рассмотрение конкретно организационного доверия. По мнению А.Б. Купрейченко, термины «организационное доверие» и «доверие в организации» - взаимозаменяемы в большинстве случаев, когда речь идет о доверии как групповом психологическом феномене совместной деятельности. Но стоит отметить, что каждый из этих понятий может включать явления доверия, которых нет в другом. Так, в организационное доверие входит система доверительных отношений, в которые включена организация во внешней среде, в особенности, доверие к организации заинтересованных сторон (общественности, государственных органов, партнеров, конкурентов и т. д.) или доверие организации к ним.

Также Купрейченко отмечает, что исследования доверия и недоверия внутри организации имеют свои особенности в сравнении с исследованиями доверия на межличностном уровне. Здесь под особенностями можно понять то, что организационное доверие и недоверие состоят из 3 основных форм: институциональная, форма субъективных отношений и форма объективных отношений. Институциональная форма представляет доверие и недоверие как систему норм, которые регулируют обмен информацией, а также правила контроля за сотрудниками. Как следует из наименования форма субъективных отношений организационного доверия и недоверия включает в себя субъективные представления сотрудников о своих коллегах, руководителях или организации в целом. В противоположность субъективной форме взаимоотношений объективные подразумевают собой взаимоотношения сотрудников и организаций, а также отдельных ее групп.

Одним из выдающихся зарубежным специалистом в области организационной психологии является Р.Б. Шо. В свою очередь Р.Б. Шо утверждал, что доверие – «мощная универсальная сила, влияющая практически на всё, что происходит внутри организации и в отношениях между организациями» (Шо Р.Б., 2000). Как специалист он выделил важные императивы доверия в организации: результативность деятельности, порядочность взаимоотношений и проявление заботы о людях. По мнению Шо данные императивы непосредственно влияют друг на друга. Так, низкие показатели данных императивов могут тормозить прогресс в других сферах деятельности и подорвать доверие. Но бывает и иная ситуация. Например, при низких показателях порядочности взаимоотношений, но высокой результативности и проявление заботы, два высоких показателя императивов как бы компенсируют отстающий.

На сегодняшний день было проведено достаточно исследований как зарубежными, так и российскими психологами по изучению феномена доверия и конфликта по отдельности. Современные исследователи единодушно признают доверие важным для жизни организации психологическим фактором, способствующим ее развитию и повышающим эффективность деятельности. В частности, существуют теоретические данные, касающиеся взаимосвязи уровня доверия со стилями разрешения конфликтов. Однако на данный момент не было изучено, какие существуют связи между доверием сотрудников и стилями разрешения конфликтов. Также практические исследования в Узбекистане, с учетом местного менталитета и узбекской выборкой еще не были проведены. В связи с этим, мы провели исследование, направленное на выявление взаимосвязи доверия внутри организации со стилями разрешения конфликта. В исследовании приняли участие 81 респондент, 33 мужского и 48 женского пола. Респонденты являются сотрудниками государственных и коммерческих организаций города Ташкента в возрасте от 18 до 65 лет, имеющих стаж работы от 6 месяцев до 25 лет в организации, в которой работают на данный момент.

Методы.

Для реализации исследования и достижения поставленной цели был применен метод опроса. Для диагностики степени доверия внутри организации были использованы: методика «Оценки доверия/недоверия сотрудника коллегам и руководителям организации» А.Б. Купрейченко и методика, направленная на определение уровня доверия к организации Н.Т. Кари-

евой, О.О. Баловой. В свою очередь для диагностики применяемых стилей разрешения конфликта были использованы: методика определения переговорного стиля (МОПС) Г. У. Солдатовой и А. Ф. Гасимова; адаптированная методика определения стиля разрешения конфликта Томаса-Килмана.

Для начала была проведена проверка всех методик на психометрический показатель – надежность-согласованность утверждений со шкалой, далее был проведен корреляционный анализ.

Для статистической обработки данных была использована программа Excel и статистический пакет SPSS 15.0: описательная статистика для проверки на нормальность; показатель надежности-согласованности альфа коэффициента Кронбаха; корреляционный анализ методом Пирсона.

Результаты.

Далее мы проверили наличие взаимосвязей шкал опросников для диагностики доверия внутри организации и стилями разрешения конфликтов.

Таблица 1. Взаимосвязь шкал опросников Купрейченко А. Б. с шкалами МОПС

		Интегративный стиль, ориентированный на партнера	Интегративный стиль, ориентированный на ситуацию	Дистрибутивный стиль
Надежность	Коэф. Корр. Пирсона	0,209	0,247(*)	0,036
	Р-значение	0,063	0,027	0,750
Единство	Коэф. Корр. Пирсона	0,156	0,153	0,061
	Р-значение	0,168	0,177	0,589
Приязнь	Коэф. Корр. Пирсона	0,247(*)	0,310(**)	0,064
	Р-значение	0,027	0,005	0,570
Расчет	Коэф. Корр. Пирсона	0,094	0,137	0,007
	Р-значение	0,408	0,227	0,950
Знание	Коэф. Корр. Пирсона	0,197	0,198	0,015
	Р-значение	0,079	0,079	0,898

Опираясь на результаты из таблицы 1 мы можем сказать, что была обнаружена умеренно сильная положительная взаимосвязь между шкалой «Приязнь» и интегративным стилем, ориентированного на ситуацию (0,310; p=0,005). Также мы видим слабую положительную взаимосвязь между шкалами «Приязнь» и «Интегративный стиль, ориентированный на партнера» (0,247; p=0,027); «Надежность» и «Интегративный стиль, ориентированный на ситуацию» (0,247; p=0,027).

Кроме этого, мы также проверили наличие взаимосвязи между методиками Купрейченко А. Б. и методикой Томаса-Килмана (адаптированной Гришиной Н.В.).

Таблица 2. Взаимосвязь шкал опросников Купрейченко А. Б. со шкалами опросника Томаса-Килмана (адаптированным Гришиной Н.В.)

		сотрудничество	избегание	Компромисс	конфронтация	приспособление
Надежность	Коэф. Корр. Пирсона	0,372(**)	0,099	0,279(*)	0,154	0,041
	Р-значение	0,001	0,385	0,012	0,173	0,720
Единство	Коэф. Корр.	0,378(**)	0,085	0,459(**)	0,138	0,185

	Пирсона					
	Р-значение	0,001	0,454	p<0,0005	0,221	0,101
Приязнь	Коэф. Корр. Пирсона	0,442(**)	0,149	0,308(**)	0,071	0,302(**)
	Р-значение	p<0,0005	0,187	0,005	0,530	0,007
Расчет	Коэф. Корр. Пирсона	0,262(*)	0,186	0,310(**)	0,157	0,064
	Р-значение	0,019	0,099	0,005	0,165	0,571
Знание	Коэф. Корр. Пирсона	0,407(**)	0,112	0,090	0,078	0,080
	Р-значение	p<0,0005	0,323	0,428	0,490	0,479

По таблице 2 в первую очередь стоит обратить внимание на то, что стиль разрешения конфликта как «Сотрудничество» положительно, статистически значимо коррелирует со всеми шкалами методики Купрейченко А. Б.: «Надежность» (0,372; p=0,001); «Единство» (0,378; p=0,001); «Приязнь» (0,442; p<0,0005); «Расчет» (0,262; p=0,019); «Знание» (0,407; p<0,00055).

Практически аналогичную ситуацию мы можем наблюдать по шкале «Компромисс». Все шкалы опросника Купрейченко А.Б., кроме шкалы «Знание», имеют статистически значимую положительную взаимосвязь со шкалой «Компромисс»: «Надежность» (0,279; p=0,012); «Единство» (0,459; p<0,00055); «Приязнь» (0,308; p=0,005); «Расчет» (0,310; p=0,005). Помимо этого, мы можем наблюдать положительно сильную взаимосвязь (0,302; p=0,007) между «Приспособлением» и «Приязнью».

Мы провели идентичную процедуру для проверки взаимосвязи шкал опросника Н.Т. Кариевой и О.О. Баловой между шкалами опросника МОПС (таблица 3).

Таблица 3. Взаимосвязь шкал опросников Н.Т. Кариевой и О.О. Баловой со шкалами опросника МОПС

		Результативность	Порядочность	Забота
Интегративный стиль, ориентированный на партнера	Коэф. Корр. Пирсона	0,228(*)	0,100	0,081
	Р-значение	0,042	0,378	0,474
Интегративный стиль, ориентированный на ситуацию	Коэф. Корр. Пирсона	0,311(**)	0,273(*)	0,242(*)
	Р-значение	0,005	0,014	0,031
Дистрибутивный стиль	Коэф. Корр. Пирсона	-0,092	-0,095	-0,077
	Р-значение	0,416	0,401	0,494

В таблице 3 мы видим, что стиль разрешения конфликта как «Интегративный стиль, ориентированный на ситуацию» положительно коррелирует со всеми шкалами методики Н.Т. Кариевой и О.О. Баловой: «Результативность» (0,311; p=0,005); «Порядочность» (0,273; p=0,014); «Забота» (0,242; p=0,031). Чуть менее статистически значимо и положительно (0,228; p=0,042) коррелирует шкала «Результативность» с упомянутой выше шкалой «Интегративный стиль, ориентированный на ситуацию».

Наконец, в таблице 4 мы рассмотрели взаимосвязь опросников Н.Т. Азимовой и О.О. Баловой со шкалами опросника Томаса-Килмана (адаптированным Гришиной Н.В.).

Таблица 4. Взаимосвязь шкал опросников Н.Т. Кариевой и О.О. Баловой со шкалами опросника Томаса-Килмана (адаптированным Гришиной Н.В.)

		Сотрудничество	Избегание	Компромисс	Конфронтация	Приспособление
Результативность	Коэф. Корр. Пирсона	0,209	0,141	0,208	-0,234(*)	-0,071
	Р-значение	0,063	0,211	0,065	0,036	0,531
Порядочность	Коэф. Корр. Пирсона	0,275(*)	0,214	0,200	-0,133	-0,073
	Р-значение	0,014	0,057	0,075	0,239	0,518
Забота	Коэф. Корр. Пирсона	0,252(*)	0,170	0,159	0,033	-0,015
	Р-значение	0,024	0,131	0,159	0,773	0,894

Исходя из результатов в таблице 4, мы можем сказать, что «Сотрудничество» положительно взаимосвязано со шкалами «Порядочность» (0,275; p=0,14) и «Забота» (0,252; p=0,24) опросника на определение доверия внутри организации. Кроме этого, мы наблюдаем первую обратную взаимосвязь шкал «Конфронтация» и «Результативность» (-0,234; p=0,036).

Также была произведена проверка наличия взаимосвязей между методиками А. Б. Купрейченко с методикой Азимовой-Баловой. Аналогичная процедура была проделана с методиками Томаса-Килмана и МОПС (таблица 5 и 6).

Таблица №5. Взаимосвязь шкал опросника Купрейченко А. Б. со шкалами опросника Н.Т. Кариевой и О.О. Баловой

		Результативность	Порядочность	Забота
Надежность	Коэффициент корреляции Пирсона	0,344(**)	0,419(**)	0,494(**)
	Р-значение	0,002	p<0,0005	p<0,0005
Единство	Коэффициент корреляции Пирсона	0,348(**)	0,384(**)	0,425(**)
	Р-значение	0,002	p<0,0005	p<0,0005
Приязнь	Коэффициент корреляции Пирсона	0,229(*)	0,251(*)	0,374(**)
	Р-значение	0,041	0,024	0,001
Расчет	Коэффициент корреляции Пирсона	0,214	0,331(**)	0,322(**)
	Р-значение	0,057	0,003	0,004
Знание	Коэффициент корреляции Пирсона	0,159	0,277(*)	0,378(**)
	Р-значение	0,160	0,013	0,001

Практически все шкалы имеют статистически значимые показатели прямой взаимосвязи. Но несмотря на это, такие шкалы как «Расчет» и «Знание» имеют слабую положительную взаимосвязь со шкалой «Результативность». Это может быть объяснено тем, что субъекту, вовсе не важно быть осведомленным о выгоде другого человека по отношению к нему или полное знание о том, как другой человек может повести себя в неопределенных ситуациях, для достижения какой-либо цели или результата. Для субъекта намного важнее иметь надежного партнера, с которым у него есть общие цели и партнер импонировал ему.

Таблица №6. Взаимосвязь шкал опросника Томаса-Килмана (адаптированным Гришиной Н.В.) со шкалами опросника МОПС

		Сотрудничество	избегание	Компромисс	конфронтация	приспособление
Интегративный стиль, ориентированный на партнера	Коэффициент корреляции Пирсона	0,550(**)	0,218	0,426(**)	-0,143	0,379(**)
	Р-значение	p<0,0005	0,052	p<0,0005	0,206	0,001
Интегративный стиль, ориентированный на ситуацию	Коэффициент корреляции Пирсона	0,624(**)	0,264(*)	0,432(**)	0,112	0,321(**)
	Р-значение	p<0,0005	0,018	p<0,0005	0,323	0,004
Дистрибутивный стиль	Коэффициент корреляции Пирсона	-0,143	-0,203	-0,086	0,370(**)	-0,086
	Р-значение	0,206	0,071	0,448	0,001	0,447

Единственной шкалой, которая коррелирует с дистрибутивным стилем ведения переговоров оказалась конфронтация. Конфронтация является наиболее агрессивным стилем разрешения конфликтов. Можно даже сказать, что конфронтация лишь усугубляет возникшую конфликтную ситуацию. В доказательство данной теории, мы можем увидеть, что интегративные стили ведения переговоров, ориентированные на партнера и ситуацию, вовсе не имеют значимую положительную взаимосвязь. Также стоит обратить внимание на отсутствие значимой корреляции шкалы «Избегание» с интегративным стилем ведения переговоров, ориентированным на партнера. Стратегия избегания может быть предпринята, когда один из оппонентов ощущает свое превосходство в конфликтной ситуации, но решает отступить, чтобы собраться с мыслями и в дальнейшем решить конфликт раз и навсегда (иногда даже во вред оппоненту, что противоречит интегративному стилю ведения переговоров, ориентированному на партнера). В остальном все шкалы имеют вполне логичную корреляцию друг с другом.

Заключение.

Таким образом, на основе проведенного исследования можем сказать о наличии взаимосвязи доверия внутри организации со стилями разрешения конфликта.

Выявились взаимосвязи между интегративным стилем переговоров, ориентированным на ситуацию с компонентами доверия как надежность, приязнь и забота. В данном случае, шкалы «Надежность» и «Приязнь» имеют положительную статистически значимую взаимосвязь с интегративным стилем переговоров, ориентированным на ситуацию. Действительно, для того чтобы человек выбрал именно этот стиль, необходима уверенность данного человека в надежности партнера, поскольку этот стиль подразумевает совместное решение возникшей проблемы, а также возможное дальнейшее ведение совместной деятельности. Наличие взаимосвязи со шкалой «Приязнь» можно объяснить тем, что для того, чтобы субъект выбрал именно интегративный стиль, ориентированный на ситуацию, необходимо наличие приязни по отношению к партнеру. Данный аспект важен для исключения выбора дистрибутивного

стиля ведения переговоров, что резко снижает вероятность позитивного для обеих сторон исхода.

Также было выявлено, что данный стиль положительно взаимосвязан со шкалой «Забота» по причине того, что этот стиль ведения переговоров предполагает выгоду для обеих сторон. Исходя из определения шкалы «Забота» можно прийти к заключению, что вера в отзывчивость людей к потребностям друг друга подталкивает к выбору именно интегративного стиля переговоров, ориентированного на ситуацию, поскольку в таком случае довольными остаются все. Стоит также отметить тот факт, что данный стиль ведения переговоров имеет положительную взаимосвязь со всеми шкалами методики Кариевой-Баловой, что позволяет подчеркнуть эффективность данного стиля.

Результаты показали, что сотрудничество и компромисс всегда вызывают доверие. Конфронтация – ведет к понижению уровня доверия. Жесткий и категоричный стиль ведения переговоров не может стимулировать возникновение доверия у переговорщиков, так как выявилось, что взаимосвязь между д*истрибутивным стилем ведения* переговоров с компонентами доверия отсутствует. Дистрибутивный стиль является самым категоричным, непреклонным и эгоистичным стилем ведения переговоров согласно МОПС. Человек придерживающийся данной позиции в переговорах готов пойти на довольно «грязные» способы достижения своих целей, плоть до угроз. Изучив характеристику данного стиля, можно сделать вывод, что о возникновении или поддержания доверительных отношений с человеком, использующим дистрибутивный стиль, не может быть и речи.

Полученные результаты исследования можно будет применять в области HR-менеджмента, а именно для выявления психологического климата в организации, а также для предотвращения конфликтных ситуаций или подбора правильного стиля разрешения конфликтных ситуаций, который в свою очередь будет определять эффективность и конкурентоспособность компании. Более того, полученные результаты помогут руководителям организаций правильно и эффективно выстроить взаимоотношения с сотрудниками, что будет способствовать повышению их результативности и всей компании в целом. Помимо этого, наше исследование может помочь при диагностике и анализе причин неблагоприятного климата в организациях, а также позволит избежать убытка, потери рабочего персонала и ухудшения качества предоставления услуг организацией.

Литература.

1. Bazarov, T. Yu., Karieva, N. T. (2022). Методология выявления доверия в организации. *Социальная психология и общество*, 13(3), 134–162. – Moskva: Издательство Института психологии RAN.

2. Леонов, Н. И. (2013). *Конфликтология*. – Москва: Академический проект. – 368 б. Rahim, M. A. (2011). *Managing Conflict in Organizations*. – 4th ed. – New Brunswick: Transaction Publishers. – 368 p.

3. Han, G. H., & Harms, P. D. (2010). Team identification, trust and conflict: A mediation model. *International Journal of Conflict Management*, 21(1), 20–43. – Emerald Publishing.

4. Sahoo, R., & Sahoo, C. K. (2019). Organizational justice, conflict management and employee relations: The mediating role of climate of trust. *International Journal of Manpower*, 40(4), 783–799. – Emerald Publishing.

5. Elgoibar, P., Euwema, M., & Munduate, L. (Eds.) (2016). *Building Trust and Constructive Conflict Management in Organizations*. – Cham: Springer. – 230 p.

Мажидов Наби Махмудович
Национальный Университет Узбекистана,
доцент кафедры «Социальная психология», кандидат психологических наук

ХАРАКТЕРНЫЕ ЧЕРТЫ СОВРЕМЕННОГО УЧИТЕЛЯ

Аннотация. *В статье рассматриваются характерные черты современного учителя, обусловленные требованиями времени и социальными изменениями. Современный педагог должен обладать не только профессиональными знаниями, но и высоким уровнем коммуникативной компетентности, эмоциональной устойчивостью, толерантностью и способностью к инновациям. Подчеркивается значение лидерских качеств, креативности и эмпатии в построении доверительных отношений со школьниками. Анализируются также проблемы профессионального выгорания и пути его профилактики. Особое внимание уделяется роли учителя как наставника и модератора образовательного процесса, направленного на развитие личности учащегося.*

Ключевые слова: *учитель, специальность, качество, деятельность, выбор профессии*

CHARACTERISTICS OF A MODERN TEACHER

Abstract. *The article explores the distinctive features of a modern teacher shaped by contemporary demands and social changes. Today's educator is expected to possess not only subject knowledge but also strong communication skills, emotional stability, tolerance, and innovative thinking. Emphasis is placed on leadership qualities, creativity, and empathy as essential tools for building trustful relationships with students. The issue of professional burnout and strategies for its prevention are also addressed. The role of the teacher as a mentor and facilitator of the educational process, aimed at fostering students' personal development, is highlighted.*

Keywords: *teacher, specialty, quality, activity, choice of profession*

ZAMONAVIY O'QITUVCHINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Maqolada zamonaviy o'qituvchining xarakterli jihatlari, ularning zamon talablari va ijtimoiy o'zgarishlar bilan bog'liqligi yoritilgan. Bugungi pedagog faqat bilim beruvchi emas, balki kommunikativ kompetensiyaga ega, innovatsion yondashuvlarni qo'llay oladigan, emotsional barqaror, tolerant va ijodkor shaxs bo'lishi kerak. O'qituvchining liderlik qobiliyati, o'quvchilar bilan ishonchli munosabat qurishdagi empatiyasi muhim o'rin tutadi. Shuningdek, professional charchash muammosi va uning oldini olish yo'llari ko'rib chiqiladi. O'qituvchi shaxs rivojlanishiga yo'naltirilgan ta'lim jarayonining moderatoriga aylanishi zarurligi ta'kidlanadi.*

Kalit so'zlar: *o'qituvchi, mutaxassislik, sifat, faoliyat, kasb tanlash*

Введение. Усложнение задач, стоящих перед школой, значительно повышает в свою очередь, требования к современному учителю, от деятельность которого и зависит качество человеческого фактора, поскольку именно учитель является ваятелем духовного мира юной личности, доверенным лицом общества, которому оно вверяет самое дорогое, самое ценное - детей, свою надежду, свое будущее".

Успешно работы в школе сегодня, эффективно обучать и воспитывать подрастающее поколение может лишь учитель, глубоко знающий современное состояние, преподаваемой науки и смежных дисциплин, обладающий широким кругозором и высокий культурой, хорошо разбирающийся в вопросах психологии и педагогики, любящий детей и свою профессию, постоянно совершенствующий свое мастерство. Одним из главных условий, предопределяющих успешность и эффективность профессиональной подготовки именно такого учителя, является прием в педагогические учебные заведения прежде всего тех молодых людей, которые выбирают профессию учителя осознанно, реально представляют себе ее сложность и основные требования к ней, имеют склонность к работе с детьми и обладают хотя бы некоторыми из необходимых способностей. Практическое решение поставленной задачи возможно только в том

случае, если будет поднята роль целенаправленной и хорошо организованной профориентации учащихся старших классов на педагогическую профессию в стенах самой школы. «Настоящий долг учителя не только в том, что он должен воспитывать ученика, но и в том, чтобы вырастить будущего преподавателя. И, конечно же, августовское совещание должно стать трибуной для серьезного разговора о подготовке педагогических кадров внутри школы. Возвращение в родные, стены - важный показатель глубоких корней воспитательного процесса».\

Материалы и методы.

Важность такой профориентационной работы диктуется еще и тем, что многие качества, необходимые современному учителю, невозможно сформировать за время обучения студента в пединституте. Основа их должна быть заложена еще в общеобразовательной школе в процессе специально организованной профориентационной деятельности для тех старшеклассников, которые решили выбрать для себя профессию учителя. Несмотря на то, что в последние годы этой проблеме уделяется значительное внимание и накоплен некоторый опыт в организации профориентационной работы, она еще далека от повсеместного практического решения тот факт, что среди молодых преподавателей, работающих сегодня в школе, и студентов педагогических институтов много людей случайных которые никогда не станут истинными педагогами, поскольку у них не вызывает интереса сам вид выбранной профориентационной деятельности, объясняется как необработанностью методики отбора абитуриентов в педвузы, так и отсутствием в большинстве общеобразовательных школ систематически организованной профориентационной работы.

Результаты.

От практического решения этой проблемы во многом зависит будущее нашей школы и профессиональное мастерство многочисленной армии учителей завтрашнего дня. Не один другой институт не требует такой тщательной подготовки абитуриентов и такого отбора по склонностям, способностям и призванию, как педагогический. Объясняется это следующими причинами:

1. От того, в какой степени сам учитель обладает духовными ценностями и гражданской зрелостью, насколько осознает значимость своей профессиональной роли по передаче этих ценностей своим воспитанникам и обладает необходимыми для этого способностями, во многом зависит надежность молодого поколения для социалистического общества. Если абитуриент пединститута не понимает этой главной функции выбираемой профессии, он чаще всего понимает этого и став студентом педвуза. Позднее мы получаем из такого студента учителя, который в своей профессиональной деятельности по выполняет одну из основных её функций, и в итоге общество несет определенные потери в молодом поколении. Если же свою неспособность к выполнению этой профессиональной функции молодой человек осознает еще в школе с помощью специально организованной диагностики пригодности к работе учителя и выбирает для себя иную профессию, выиграет и он сам, и общество в целом.

2. Чрезвычайно сложная творческая работа в школе требует от учителя большого напряжения, полной самоотдачи и невозможна без искренней заинтересованности не только в самой специальности, но и в постоянном общении с детьми, в совершенствовании способов передачи им знаний и в воспитании их. При отсутствии этих качеств учитель не справляется со своими профессиональными функциями и, не получая удовлетворения от своей деятельности, либо покидает школу, либо превращается в «урокодателя», что не равнозначно профессии учителя.

3. Успешность педагогической деятельности в такой же степени, как и некоторые другие виды творческой деятельности, зависит от специальных способностей.

Но если в других видах деятельности отсутствие необходимых способностей отражается чаще всего па самом человеке, то в педагогической приводит к скудности духовного мира и знаний у других, т. е. тиражируется в личности сотен учащихся, которые включаю я в деятельность такого учителя.

4. Исходя из специфичности педагогической деятельности, необходимо, чтобы старшеклассники, которые собираются поступать в педагогический институт, четко представляли

сущность выбираемой профессии, виды деятельности, охватываемые ею, требования к личности учителя, сложность выбираемой профессии, противопоказания к ней. Весьма важно, чтобы оценивали они эту профессию не только на основании непосредственного знакомства с деятельностью своих учителей, но и на основании квалифицированных лекций, бесед, консультаций, проводимых в школе компетентными лицами. Чем реальнее представляют старшеклассники особенности дайной профессии, тем осознаннее будет выбор и больше уверенности в том, что в дальнейшем из них получатся хорошие учителя. Те старшие школьники, которые после глубокого знакомства с профессией не сочтут себя способными к пей, пусть заблаговременно переориентируются в своем профессиональном выборе.

Обсуждение

Таким образом, правильно организованная профориентация старшеклассников на профессию учителя является тем решающим условием, которое обеспечивает в определенной мере отбор в педагогические вузы абитуриентов, сознательно выбирающих педагогическую профессию после детального знакомства с ее особенностями требованиями и отчетливо представляющих необходимые для этой деятельности способности и качества личности.

Приступая к организации работы по педагогической профориентации старших школьников, руководители школ и ответственные за эту работу учителя должны представляет свое основные задачи, стоящие перед ними.

Суть их сводится к следующему:

1. Ознакомление учащихся с различными видами профессионального педагогического труда.

2. Выявление и привлечение в педагогические объединения (кружки, факультативы, клубы, подклассы) школьников, обладающих объективными данными для педагогической деятельности

3. Формирование у них интереса к педагогическому труду и к конкретным педагогическим специальностям.

4. Создание условий в школе для формирования у старшеклассников устойчивого и глубокого интереса к избираемой профессии.

5. Воспитание школьников, проявивших склонность к педагогической деятельности, необходимых качеств личности, черт характера, элементарных педагогических умений, развитие педагогических способностей.

6. Формирование правильной оценки и самооценки знаний, умений, способностей, необходимых для овладения педагогической профессией.

7. Организация определенных видов деятельности, в которых выявлялись и формировались способности и качества, необходимые для выбранной профессии.

8. Подготовка школьников, обладающих устойчивым и глубоким педагогическим интересом к поступлению в педагогические учебные заведения.

Тем руководителям школ, которые не придают должного значения этому виду профориентационной работы и не заботятся о том, чтобы некоторые из выпускников вернулись в школу учителями, есть смысл обратить внимание на причины, делающие этот период жизни старшеклассников наиболее благоприятным для создания у них психологической установки на педагогическую профессию, поскольку средняя школа обладает благоприятными условиями для эффективной работы по подготовке учащихся к сознательному выбору педагогической профессии. Школьные учителя, в течение ряда лет работающие с одними и теми же учащимися и хорошо знающие их, имеют возможность выделить из их числа тех, кто проявляет интерес к профессии учителя, обладает для этого объективными данными, и проводить с ними систематическую работу по формированию устойчивого интереса к педагогической деятельности и развитию необходимых способностей.

Подготовка школьников к сознательному выбору педагогической профессии облегчается и тем в условиях школы- что они ежедневно наблюдают эту деятельность во всяких вариантах и в топ пли иной форме сами участвуют в ней.

Почти все виды общественно полезной деятельности старшеклассников включают элементы педагогического труда и могут быть использованы в целях развития у них необходимых способностей. Кроме того, этой же цели служит специально организованная деятельность для тех школьников, которые занимаются в педагогических классах, клубах, факультативах: работа вожатыми, шефами, тренерами у младших товарищей, руководителями кружков и др.

Организуя в условиях школы целенаправленную профориентационную работу, руководители школ и учителя должны учитывать факторы, влияющие на процесс возникновения и развития у школьников интереса к педагогической профессии. К ним следует отнести: а) уровень организации учебно-воспитательного процесса в школе; б) воспитательный микроклимат класса; в) стиль работы классного руководителя; г) влияние личности педагога или педагогов.

Вывод. Интерес к педагогической деятельности может возникнуть у школьников под воздействием произведений искусства, средств массовой информации, собственной деятельности с элементами педагогического труда, товарищей, родителей-педагогов. Причем интерес, возникший под влиянием родителей- учителей, бывает наиболее глубоким и стойким, и в этом случае пединституты получают весьма ценное пополнение.

Если какие-либо из перечисленных факторов неблагоприятны для формирования интереса к педагогической деятельности (например, микроклимат, создаваемый в коллективе классным руководителем. отрицательное влияние личности того пли другого учителя и др.), необходимо стремиться изменить их в лучшую сторону.

Литература.

1. Н.Мажидов. Факторы, влияющие на креативный выбор профессии учителя./ Педагогическое образование и наука. Научно-методический журнал № 6, 2021. Ст. 103-107

2. Н.Мажидов. Самостоятельные изучения профессии учащихся. Международный научно-образовательный электронный журнал «ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА В XXI ВЕКЕ». Выпуск №20 (том 2) (ноябрь, 2021). Дата выхода в свет: 30.11.2021. Ст. 877-882

3. Н.Мажидов. Роль профессиографической беседы в выборе профессии. “O’zbekistonda fanlararo innovatsiyalar va ilmiy tadqiqotlar” jurnali «best publication» ilm-ma’rifat markazi © materiallari to’plami 10-oktyabr, 2021-yil 2-son, 2-QISM. Ст. 165-168

Мухамеджанова Римма
Национальный педагогический университет Узбекистана
имени Низами магистр психологии

ТРЕВОЖНОСТЬ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ У ПОДРОСТКОВ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА

Аннотация. *Статья посвящена проблеме языковой тревожности (Foreign Language Anxiety, FLA) у старших подростков при изучении иностранных языков. В условиях усиливающихся требований к владению иностранным языком и возрастающей роли глобализации проблема FLA приобретает особую актуальность. Рассматриваются как внутренние (возрастные, психофизиологические и личностные особенности учащихся), так и внешние (образовательная система, культурные ценности, методы преподавания) факторы, влияющие на формирование тревожности. Проанализированы теоретические модели FLA, такие как шкала FLCAS, и обсуждены методологические подходы к изучению данного феномена. Подчеркивается необходимость индивидуального и культурно-адаптированного подхода к преодолению языковой тревожности.*

Ключевые слова: *языковая тревожность, FLA, подростки, иностранный язык, шкала FLCAS, перфекционизм, мотивация, культура, Узбекистан, психология обучения.*

ANXIETY IN LEARNING FOREIGN LANGUAGES AMONG OLDER ADOLESCENTS

Abstract: *This article explores the issue of Foreign Language Anxiety (FLA) among senior adolescents learning foreign languages. With growing global integration and increasing educational demands, the problem of FLA becomes highly relevant. The paper analyzes both internal (age-related, psychophysiological, and personal traits) and external (educational systems, cultural values, teaching methods) factors influencing the development of FLA. Theoretical models such as the FLCAS scale are reviewed, and methodological approaches to assessing FLA are discussed. The article emphasizes the importance of individual and culturally sensitive strategies to reduce anxiety and improve language acquisition outcomes.*

KATTA YOSHDAGI O'SMIRLARDA CHET TILLARNI O'RGANISHDA BEZOVTALIK (TASHVISH) DARAJASI

Annotatsiya. *Ushbu maqola katta yoshli o'smirlar tomonidan chet tilini o'rganish jarayonida yuzaga keladigan tildagi xavotir (Foreign Language Anxiety – FLA) muammosiga bag'ishlangan. Hozirgi kunda chet tilini bilishga bo'lgan talablar kuchayib borayotgani va globallashuvning ahamiyati oshib borayotgan sharoitda FLA muammosi ayniqsa dolzarb bo'lib bormoqda. Maqolada tildagi xavotir shakllanishiga ta'sir ko'rsatuvchi ichki omillar (yoshga oid xususiyatlar, psixofiziologik holatlar va shaxsiy fazilatlar) hamda tashqi omillar (ta'lim tizimi, madaniy qadriyatlar, o'qitish uslublari) yoritib berilgan. Shuningdek, FLA bilan bog'liq nazariy modellar, jumladan FLCAS (Foreign Language Classroom Anxiety Scale) – chet tili darslaridagi xavotir darajasini o'lchash shkalasi tahlil qilingan. Bu hodisani o'rganish bo'yicha metodologik yondashuvlar muhokama qilingan. Maqolada til o'rganishda yuzaga keladigan xavotirni yengish uchun individual va madaniy jihatdan moslashtirilgan yondashuv zarurligi alohida ta'kidlanadi.*

Kalit so'zlar: *til xavotiri, FLA (chet tilidagi xavotir), o'smirlar, chet tili, FLCAS shkalasi, perfektsionizm (mukammallikka intilish), motivatsiya, madaniyat, O'zbekiston, o'qitish psixologiyasi.*

В условиях глобализации и растущего значения межкультурной коммуникации владение иностранными языками становится неотъемлемой частью образования и профессионального

развития. Узбекистан в последние годы демонстрирует значительную открытость и стремление к улучшению системы изучения иностранных языков. В 2021 году президент Шавкат Мирзиёев подписал указ “О мерах по дальнейшему совершенствованию системы изучения иностранных языков”, направленный на повышение качества преподавания и изучения иностранных языков в стране. Этот указ предусматривает внедрение передовых методов обучения, повышение квалификации преподавателей и расширение доступа к образовательным ресурсам.

Педагоги, психологи, исследователи давно осознают связь между тревожностью и процессом изучения иностранных языков. Сами обучающиеся также отмечают, что страх и напряжение затрудняют как усвоение языка, так и его последующее применение в реальной жизни.

Впервые понятие FLA было подробно описано исследователями Э.К.Хорвиц, М.Б.Хорвиц и Дж.Коун, которые определили структуру языковой тревожности и предложили способы ее измерения. Языковая тревожность рассматривается как специфический набор убеждений, эмоциональных и поведенческих реакций, возникающих в результате особенностей процесса изучения языка. Она может проявляться в виде субъективных ощущений, физиологических симптомов и нарушений поведения: сниженная концентрация внимания, пропуски занятий, отказ от выполнения домашних заданий, избегание зрительного контакта, учащенное сердцебиение и повышенное потоотделение.

С целью количественной оценки данного явления была разработана шкала FLCAS (Foreign Language classroom Anxiety Scale), состоящая из 33 утверждений, охватывающих 3 типа тревожных состояний: страх общения, страх перед проверкой знаний и страх негативной оценки. Участники оценивают эти утверждения по пятибалльной шкале Лайкерта от “полностью согласен”(1) до “категорически не согласен” (5). Итоговый балл варьируется от 33 до 165, где более низкие значения указывают на высокий уровень тревожности. На сегодняшний день шкала широко применяется и адаптируется в зависимости от целей конкретных исследований.

Согласно Хорвиц и коллегам, языковая тревожность представляет собой форму ситуативной тревожной реакции, проявляющейся преимущественно в условиях изучения иностранного языка. В научной среде нет единого мнения по поводу определения этого феномена. Одни исследователи рассматривают FLA как психологическую проблему, другие – как реакцию на трудности, возникающие в процессе языкового обучения. Большинство склоняются к понимаю FLA как социально-психологического явления, тесно связанного с методическими аспектами преподавания иностранного языка.

Трудности в изучении языковой тревожности обусловлены множеством факторов психологического и лингвистического характера. До сих пор неясно, какие именно причины вызывают тревожность у учащихся, что значительного усложняет разработку эффективных способов ее преодоления. Кроме того, как преподаватели, так и обучающиеся часто воспринимают тревожность как естественную часть процесса обучения, не рассматривая её как препятствие к освоению языка.

В рамках данного исследования предпринята попытка выявить и систематизировать ключевые факторы, способствующие возникновению FLA. Источники тревожности можно разделить на внешние (образовательная система, специфика языка, учебная среда, методы преподавания и оценки) и внутренние (возраст, темперамент, самооценка, мотивация и др.).

Анализ внешних факторов показывает, что образовательная система и особенности изучаемого языка существенно влияют на уровень тревожности учащихся исследование Asland Thempson, J-M.Dewaele, Gursoyd Akin, проведенные в школах и университетах Греции и Турции, подтверждает этот вывод.

Кроме того, Узбекистан активно сотрудничает с международными организациями иностранными государствами для обмена опытом и привлечения специалистов в области преподавания иностранных языков. В стране открываются филиалы зарубежных университетов, реализуются совместные образовательные программы и проекты, направленные на интеграцию в мировое образовательное пространство.

Эти инициативы свидетельствуют о стремлении Узбекистана создать благоприятные условия для изучения иностранных языков и интеграции в глобальное сообщество.

Актуальность изучения иностранных языков становится значимым и очевидным. Однако процесс изучения иностранных языков сопряжён с рядом психологических факторов, которые могут как способствовать успеху, так и препятствовать овладению языковыми навыками. Одним из наиболее значимых эмоциональных факторов, влияющих на эффективность изучения иностранных языков, является тревожность. Тревожность при изучении иностранных языков (Foreign Language Anxiety, FLA) представляет собой специфический вид тревожности, который проявляется в ситуации языкового обучения и использования неродного языка. Исследователи Э.К.Хорвиц, М.Б.Хорвиц и Дж.Коуп показали, что языковая тревожность является значительным барьером в овладении иностранными языками, влияя на академическую успеваемость, коммуникативные навыки и мотивацию учащихся (Horwitz, 2001, Maclntyre & Gardner, 1994).

Особую обеспокоенность вызывает уровень тревожности у подростков старшего школьного возраста (10-11 классы), так как этот период характеризуется интенсивным когнитивным и эмоциональным развитием, а также повышенными требованиями к их академическим достижениям. Старшеклассники сталкиваются с множеством стрессовых факторов, включая подготовку к выпускным экзаменам, необходимость свободного владения иностранным языком для поступления в вузы и участие в международных программах. Языковая тревожность в этом возрасте может оказывать негативное влияние не только на процессе изучения языка, но и на формирование самооценки и уверенности в своих способностях (Dewaete & Maclntyre, 2014).

В психологическом плане тревога характеризует негативный характер аффекта, постоянное внутреннее напряжение, неадекватная (преувеличенная) оценка своих переживаний, страхов, чувство неопределенной угрозы (тревога ожидания), тревога-это переживание угрозы приближающегося события, которое связана с угрозой самоуважения и самооценки человека. Тревога отражает внутренний конфликт между бытием и небытием, между возможностью исполнения своего потенциала и разрушением настоящей безопасности (Ю.В.Саенко, ст. 13).

Школьные годы для старших подростков (10-11 классы) – это важный и сложный период, который охватывает не только учебу, но и личностное развитие, подготовку к взрослой жизни и самоопределение. Таким образом, учащаяся тревожность при изучении иностранных языков у старших подростков становится предметом более частых исследований из-за современных образовательных требований, социальной среды и психологической многоаспектности, влияющих на процесс обучения. Это влияет на растущий интерес к изучению данной проблемы. Вопрос языковой тревожности у старших подростков остается открытым для ученых, поскольку он зависит от множества факторов, включая психологические особенности, культурные различия, образовательные методики и современные технологии обучения. Трудности в объективном измерении тревожности, различия в ее проявлениях у разных подростков, а также влияние новых форматов изучения языка делают невозможным создание универсальной модели ее возникновения и преодоления. Современные нейро-психологические исследования продолжают изучать, как тревожность влияет на когнитивные процессы при освоении иностранного языка, что требует дальнейшего научного осмысления и эмпирических данных. Научные исследователи отмечают, что источниками языковой тревожности у старших подростков являются как внешние, так и внутренние факторы, поскольку тревожность формируется под влиянием как окружающей среды, так и индивидуальных особенностей самого подростка.

Некоторые исследователи в области психологии рассматривают языковую тревожность у старших подростков как внешне обусловленный фактор, связанный с социальными и образовательными условиями. В своей модели Foreign Language Classroom Anxiety Scale (FLCAS) Хорвитц, Хорвитц и Коуп (Horwitz, Horwitz & Cope, 1986) выделяют внешние причины тревожности, также как страх негативной оценки, коммуникативное давление в классе, высокий уровень ожиданий со стороны преподавателей.

В различных странах проводились исследования, изучающие влияние внешних факторов на языковую тревожность. Тревожность у старших подростков при изучении иностранных языков.

В исследовании Ержановой и коллег (2023) изучалась взаимосвязь между субъективным социально-демократическим статусом, языковым опытом и тревожностью на уроках иностранного языка. Результаты показали, что такие внешние факторы, как социально-экономический статус и языковой опыт, влияют на уровень тревожности учащихся при изучении иностранного языка.

В исследовании, проведенном среди-студентов лингвистических направлений, были выявлены особенности языковой тревожности и психологических барьеров при изучении английского языка. Было установлено, что внешние факторы, такие как методы преподавания и психологическая поддержка, играют значительную роль в уровне тревожности студентов.

В исследование Быкаевой и коллег (2023) изучались страхи старшеклассников в процессе изучения иностранного языка как форма проявления стресса. Результаты показали, что внешние факторы, также как подготовка к экзаменам и выбор профессии, связанной с иностранным языком, могут вызвать тревожность у учащихся.

Культурный фон учащихся оказывает значительное влияние на формирование Foreign Language Anxiety (FLA). В культурах с высокой ориентацией на успех (например, в Японии, Китае, Южной Корее) ошибки воспринимаются как неудача, что усиливает тревожность. Ученики боятся потерять лицо (face loss), особенно в публичных ситуациях.

В культурах низким уровнем (такие как, скандинавские страны, Нидерланды) ошибки считаются частью обучения, что снижает уровень FLA.

FLA в Узбекистане. Узбекистан – страна с преобладанием коллективистских ценностей, где общественное мнение и социальное одобрение играют важную роль. В узбекской культуре учитель считается уважаемой фигурой, а его мнение имеет большое значение. Критика со стороны преподавателя может восприниматься болезненно, что приводит к избеганию активного участия в обсуждениях на иностранном языке, испытывая страх перед ошибками.

В Узбекистане в связи с важностью знания иностранных языков, особенно английского, усиливает ожидание родителей от детей высоких академических результатов усиливает FLA.

Так как в Узбекистане распространены несколько языков (узбекский, русский, таджикский, каракалпакский), для многих учащихся иностранный язык является третьим или даже четвертым языком, тем самым усложняя процесс изучения и вызывая тревожность.

В Узбекистане исследование влияния культурного фона учащихся на формирование языковой тревожности (FLA) является относительно новой областью. В одном из исследований Зухры Эркиновны Абдурахмановой в соавторстве с Дильдорахон Рахмон кизи Янгибаевой, посвященное процессу аккультурации и его влиянию на систему ценностей студенческой молодежи. В работе анализируется, как взаимодействие с другими культурами и адаптация к ним отражается на личностном развитии студентов, из ценностных ориентациях и социализации. Хотя исследование напрямую касается FLA, понимание процессов аккультурации может помочь выявить культурные факторы, способствующие возникновению тревожности при изучении иностранных языков.

В работе Дильдоры Саидовны Давроновой, в которой исследовалось влияние национальных традиций на воспитание детей в узбекских семьях. В своём исследовании она подчёркивает важность стабильной духовной среде в семье и передачи семейных ценностей следующим поколениям. Понимание того, как национальные традиции и семейные ценности формируют отношение учащихся к обучению, может быть полезным при анализе факторов, влияющих на FLA.

Внутренние личные факторы. У старших подростков (15-18 лет) факторы особенно выражены из-за возрастных изменений. Прихожан А.М. в своей работе “Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика” (2000), в которой анализирует природу тревожности у подростков, рассматривает ее возрастные особенности и динамику.

Прихожан отмечает, что в подростковом возрасте происходит активные формирование самосознания и самооценки. Подростки становятся более чувствительными к оценке со стороны окружающих, что может привести к повышенной тревожности. В контексте изучения иностранного языка это может выражаться в страхе ошибиться или быть раскритикованными, что усиливает FLA. Автор также подчеркивает, что подростковый возраст характеризуется эмоциональной лабильностью, связанной с гормональными изменениями и психологическим развитием. Такая нестабильность может способствовать возникновению тревожных состояний, включая FLA, особенно в ситуациях, требующих публичного выступления на иностранном языке.

Прихожан указывает, что подростки стремятся к самостоятельности, но сталкиваются с внутренними конфликтами между желанием независимости и потребностью в поддержке. Эти противоречия усиливают тревожность, особенно при изучении сложных предметов, таких как иностранный язык, требующий баланса между самостоятельностью и руководством со стороны преподавателя.

В работе обсуждается, что подростки часто устанавливают для себя высокие стандарты и стремятся к совершенству. Неудовлетворенность собственными достижениями может привести к повышенной тревожности. В изучении иностранного языка это может проявляться в страхе не соответствовать ожиданиям, усиливая FLA.

Исходя из индивидуальных особенностей личности Прихожан рассматривает, что интровертированные подростки испытывают большую тревожность в ситуациях, связанных с общением на иностранном языке.

В своей работе “Физиология подростка” Д.А.Фарбер подробно рассматривает физиологические и психофизиологические изменения, происходящие в организме подростков, отмечая, что в этом возрасте продолжается развитие и совершенствование центральной нервной системы, особенно коры головного мозга. Это способствует улучшению когнитивных функций, таких как внимание, память и мышление. Однако незрелость некоторых нейронных связей может приводить к повышенной возбудимости и эмоциональной нестабильности, способствуя возникновению тревожных состояний включая FLA.

Языковая тревожность также возникает из-за системы образования и её направленностью на результат. Изучение иностранных языков в образовательной системе Узбекистана ориентируется на сочетании высоких академических требований и построении преподавания иностранных языков на построении традиционных методах (грамматико-переводной подход). Учитывая, восходящие только ошибки, а не прогресс, превращают процесс обучения в страх, а не в инструмент обучения, что способствует появлению боязни неправильно выражать устную спонтанную речь. Подход к обучению к иностранным языкам усложняется для обучающихся. Некоторых учащиеся успешны в аудировании, а у других появляется необходимость в визуальной поддержке.

W.Hubenthou в своем исследовании анализировал процесс изучения английского языка русскими иммигрантами в США. Он отмечал, что многие из них испытывали тревожность, связанную с обязанностью совершить ошибку и начать диалог на иностранном языке. Он связывал это с образовательной системой бывшего СССР, которая делала акцент на запоминании и практике, грамматических правил, что способствовало формированию у учащихся негативных представлений об изучении языка.

Вопрос о взаимосвязи перфекционизма и тревожности при изучении иностранного языка у старших подростков упоминалась в работах К.Р.Сидорова и И.Г.Крохина (2013) в которой обсуждается, что при невротическом перфекционизме достаточно идеальным, что в свою очередь и вызывает повышенную тревожность и заниженную самооценку.

В работах А.М.Прихожан подробно рассматривая природу и динамику тревожности у детей подростков, тем самым подчеркивая ее влияние на целостное развитие и деятельность.

Подростки бояться возможные ошибки в грамматики, произношение, выборе слов. Постоянная тревога снижает мотивацию к практике.

Хорвитц, в своей работе выделял такие компоненты языковой тревожности как страх коммуникации, страх негативной оценки тревожности как страх коммуникации, страх негативной оценки, тревожность в жестких ситуациях. Э.Хорвитц отмечает, что понимание собственных эмоциональных реакций на изучение языка помогает учащимся совместно с С.М.Хорвицем и Дж.Коупом, в своих исследованиях языковой тревожности отмечает, что у учащихся, изучающих иностранный язык, часто наблюдается высокая Я – концепция. Это означает, что они имеют определенное представление о себе и своих способностях. Однако при осознании недостаточного уровня языковых навыков это Я – концепция становится уязвимой. Но, осознание важности изучения иностранных языков и тревожности мотивируют учащихся. Исследователь H.Luo рассматривая, что высокий уровень тревожности может демотивировать учащихся, снижая их интерес и стремление к изучению языка. Низкая мотивация способствует усилению тревожности, поскольку недостаток внутреннего стимула делает процесс обучения более напряженным и более стрессовым. Luo подчеркивает, что мотивация и тревожность находятся в тесной взаимосвязи, влияя друг друга и на успехи учащихся в освоении иностранного языка.

Кроме того, Luo совместно с У-M.Dewaele исследует влияние перфекционизма на уровень тревожности. Они отмечают, что учащиеся с перфекционистскими наклонностями часто сталкиваются с повышенной тревожностью из-за сложности достижения высоких стандартов, что может негативно сказываться на их самооценке и удовлетворенности процессом обучения.

В статье Абрамовой Ирины Евгеньевны, Шероховой Ольги Михайловны основное внимание уделено проблеме повышенной тревожности. Тревожность как негативный фактор при изучении иностранного языка студентами – нелингвистами. В статье описываются психофизиологические факторы, такие как индивидуальные особенности нервной системы и темперамент, оказывающие значительное влияние на уровень тревожности при изучении иностранного языка. Особенности нервной системы могут предопределять склонность к повышенной тревожности в учебных ситуациях, что в своб очередь негативно сказывается на эффективности обучения. Кроме того, постоянное переживание тревоги может блокировать развитие адаптационного поведения у учащихся, приводить к нарушению поведенческой интеграции и снижать успешность в учебных ситуациях.

Однако, следует отметить, что некоторые исследователи полагают, что языковая тревожность исследует положительное влияние на процесс изучения иностранного языка. Умеренный уровень тревожности побуждает студентов прилагать больше усилий для достижения успехов в изучении языка, тем самым превращая данный процесс в сильную мотивацию. Но некоторые факторы, напротив тормозят процесс обучения. Для некоторых учащихся тревожность мешает преодолевать языковой барьер, снижая активность на занятиях и иногда, приводя к полному отказу от изучения иностранного языка.

Методы сбора данных: Такой методологический выбор обусловлен стремлением исследователей рассмотреть проблему с разных сторон и подтвердить полученные результаты.

Исходя с точки зрения методологии, ученые разработали собственную систему, которая основывается на трех теоретических перспективах. На ранних этапах исследования тревожность изучалась на основе разрозненных концепций, заимствованных из различных областей науки, без учета их значимости для изучения иностранного языка. Со временем был разработан специализированный подход, сосредоточенный исключительно на изучении тревожности в контексте изучения иностранного языка. По мнению Y.M.Dewaele, данный подход основывается на статье Хорвиц и соавторов (1986), в которой было предложено определение языковой тревожности и разработана шкала её измерения.

Во многих исследованиях эта шкала используется на начальном этапе для выявления учащихся, испытывающих тревожность в целом. После этого применяются дополнительные методы для более детального анализа конкретных аспектов проблемы.

Согласно взглядам У.Dewaele и P.D.Mculntyre, такие исследования можно отнести к третьему-динамическому подходу. Этот подход рассматривает тревожность как один из множества факторов, взаимодействующих при изучении и освоении языка. К таким факторам относятся языковые способности, мотивация, самооценка, влияние окружающей среды.

Выводы. Исходя из полученных данных, факторы, влияющие на возникновение языковой тревожности, можно разделить на две основные категории.

Внешние факторы, состоящие из особенности образовательной системы, культурные и национальные аспекты, специфику изучаемого языка, методику преподавания личностные характеристики преподавателя и систему оценивания.

Внутренние (личностные) факторы, непосредственно относящиеся к учащимся, включающие осведомленность о тревожности, убеждения, перфекционизм, мотивацию, самооценку, а также психофизиологические особенности.

Основным методом измерения уровня языковой тревожности является шкала FLCAS. Однако, несмотря на широкое использование, она подвергается критике за недостаточную точность при оценки тревожности, связанной с различными аспектами языкового освоения, такими как аудирование, письмо и чтение. Кроме того, FLCAS не учитывает специфические особенности изучаемого языка, что требует разработки отдельных шкал, адаптированных для разных языков.

Таким образом, языковая тревожность – это сложный феномен, исследование которого требует применения различных методов, учитывающих множество переменных. Например тревожность узбекскоговорящих старших подростков может отличаться от тревожности русскоговорящих сверстников из-за ряда культурных, образовательных и языковых факторов. Узбекский язык относится к тюркской языковой семье, а русский – к индоевропейской. При изучении, например, английского языка, русскоговорящие подростки сталкиваются с меньшими трудностями в грамматике и лексике, так как оба языка имеют общие корни (латинизмы, заимствования). Узбекские подростки могут испытывать более высокий уровень тревожности из-за значительных различий в структуре.

Несмотря на сложность и многократность языковой тревожности, существуют универсальные факторы, оказывающие влияние на этот процесс.

Так как языковая тревожность неизбежно сопровождает процесс изучения языка, исследователи предлагают стратегии ее снижения, которые требуют одного рассмотрения. Среди них:

Использование игр.

- совмещение изучения языка с творческой деятельностью (например, рисование, аппликация), что способствует снижению уровня стресса;
- подбор учебных материалов с учетом интересов учащихся;
- изменение подхода преподавателей с акцентом на развитие эмоциональной устойчивости учащихся.

При этом ученые подчеркивают, что эффективность этих стратегий требуют дальнейшего эмпирического подтверждения.

Литература.

1. Horwitz, E. K., Horwitz, M. B., Cope, J. (1986). Foreign Language Classroom Anxiety. In The Modern Language Journal. No. 70 (2), pp. 125-132. URL: https://www.jstor.org/stable/327317 (mode of access: 25.05.2020).

2. Horwitz, E. K. (2016). Reflections on Horwitz (1986), “Preliminary Evidence for the Validity and Reliability of a Foreign Language Anxiety Scale”. In TESOL Quarterly. No. 50 (4), pp. 932-935. DOI: https://doiorg.ezproxy.lib.monash.edu.au/10.1002/tesq.295 (mode of access: 20.05.2020).

3. Hubenthal, W. (2004). Older Russian Immigrants’ Experiences in Learning English: Motivation, Methods, and Barriers. In Adult Basic Education. No. 14 (2), pp. 104-126. URL:

https://search-proquestcom.ezproxy.lib.monash.edu.au/docview/227580558?accountid=12528 (mode of access: 20.05.2020).

4. Khudobina, O., Hopiaynen, O., Bondarenko, E. (2019). Bilingual Learners' Willingness to Communicate in English and Anxiety When Speaking the Language. In SHS Web of Conferences. No. 69, pp. 1-7. URL:

https://elibrary.ru/item.asp?id=42932940& (mode of access: 30.04.2021).

6. Latif, N. A. B. A. (2015). A Study on English Language Anxiety among Adult Learners in University Technology Malaysia (UTM). In Procedia – Social and Behavioral Sciences. No. 208, pp. 223-232. DOI: https://doiorg.ezproxy.lib.monash.edu.au/10.1016/j.sbspro.2015.11.198 (mode of access: 20.05.2020).

7. Luo, H. (2013). Foreign Language Anxiety: Past and Future. In Chinese Journal of Applied Linguistics. No. 36 (4), pp. 442-464. URL: https://doi.org/10.1515/cjal-2013-0030 (mode of access: 20.05.2020).

8. Luo, H. (2018). Predictors of Foreign Language Anxiety: A Study of College-Level L2 Learners of Chinese. In Chinese Journal of Applied Linguistics. No. 41 (1), pp. 3-24. DOI: http://dx.doi.org.ezproxy.

7. Богачкина Н. А. Психология: конспект лекций [Электронный ресурс] / Н. А.

8. Веренинова Ж. Б. Английские гласные: эмоциональный портрет [Текст] / Ж. Б. Веренинова //Английский язык в школе.– 2010. - № 1 (29).

9. Каспарова, М. Г. О некоторых компонентах иноязычных способностей и их развитие у школьников [Текст] / М. Г. Каспарова // Иностранные языки в школе. - 1986. - № 5.

10. Негневицкая, Е. И. Иностранный язык для самых маленьких: вчера, сегодня, завтра [Текст] / Е. И. Негневицкая // Иностранные языки в школе. - 1987. - № 6.

11. Пирожкова А. О. Обучение английскому языку младших школьников с учетом их психологических особенностей [Текст] / А. О. Пирожкова // Проблемы современного педагогического образования. - 2014. - № 44–1.

12. Тлехурай М. К. Письменная речь в системе работы по развитию русской связной речи учащихся начальных классов национальной школы [Текст] / М. К. Тлехурай // Вестник Майкопского государственного технологического университета. - Майкоп: Майкопский ун-т, 2015.

13. Цыбан Л. А. Проблемы преподавания иностранного языка в начальной школе // Молодой ученый. - 2017.

14. Зимняя И. А. Психология и лекционная пропаганда [Текст] / И.А. Зимняя, д. психол. н. - Москва : О-во "Знание" РСФСР, 1978 г. - 40 с.

15. Зимняя И. А. Психологические аспекты обучения говорению на иностранном языке / Москва : Просвещение, 1978 г. - 159 с. - (Пособие для учителей средней школы)

16. Зимняя И. А. Психологические основы лекционной пропаганды / И. А. Зимняя. - М. : Знание, 1981 г. - 64 с.

УДК: 159.922.7:159.923.2

Одилова Наира Гулямовна
Национальный университет Узбекистана,
доктор философии по психологическим наукам (PhD), доцент
https://orcid.org/0009-0004-5354-1027

ВАЖНОСТЬ СЕМЕЙНОЙ СИНЕРГИИ В ФОРМИРОВАНИИ “Я-КОНЦЕПЦИИ” У ПОДРОСТКОВ

Аннотация. *В данной статье рассматривается влияние семейной синергии на формирование «Я-концепции» у подростков. Под семейной синергией понимается согласованное взаимодействие членов семьи, основанное на общих ценностях, уважении, эмоциональной близости и моральной ответственности. Особое внимание уделяется роли родителей в развитии самовосприятия подростка, его самооценки, уровня мотивации и способности к саморегуляции. Эмпирическое исследование, проведённое среди родителей учащихся 8–9 классов, выявило, что положительное принятие, кооперация и участие родителей в жизни подростка способствуют формированию зрелой и устойчивой «Я-концепции». В то же время высокий уровень авторитарности и эмоционального отвержения негативно сказывается на психологическом состоянии ребёнка. Полученные результаты подчеркивают необходимость создания в семье атмосферы взаимопонимания, поддержки и сотрудничества, которая способствует личностному развитию подростка и формированию у него позитивного образа себя.*

Ключевые слова: *семейная синергия, Я-концепция, подросток, родительское принятие, кооперация, эмоциональная близость, самооценка, психологический климат, авторитаризм, саморегуляция.*

O’SMIRLARDA “MEN-KONSEPSIYASI” SHAKLLANISHIDA OILAVIY SINERGIYANING AHAMIYATI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada oilaviy sinergiyaning o’smirlarda "Men-konsepsiyasi" shakllanishiga ta’siri ko’rib chiqiladi. Oilaviy sinergiya deganda, oila a’zolarining umumiy qadriyatlar, hurmat, hissiy yaqinlik va axloqiy mas’uliyat asosida o’zaro kelishilgan munosabatlari tushuniladi. O’smirning o’zini o’zi idrok etishi, o’zini o’zi baholashi, motivatsiya darajasi va o’zini o’zi boshqarish qobiliyatini rivojlantirishda ota-onaning roliga alohida e’tibor qaratiladi. 8-9-sinf o’quvchilarining ota-onalari o’rtasida o’tkazilgan empirik tadqiqot shuni ko’rsatdiki, ijobiy qabul qilish, hamkorlik va ota-onalarning o’smir hayotida ishtirok etishi yetuk va barqaror "Men-konsepsiyasi"ni shakllantirishga yordam beradi. Shu bilan birga, avtoritarlik va hissiy rad etishning yuqori darajasi bolaning psixologik holatiga salbiy ta’sir ko’rsatadi. Olingan natijalar oilada o’zaro tushunish, qo’llab-quvvatlash va hamkorlik muhitini yaratish zarurligini ta’kidlaydi, bu esa o’smirning shaxsiy rivojlanishiga va unda ijobiy o’zlik qiyofasini shakllantirishga yordam beradi.*

Kalit so’zlar: *oilaviy sinergiya, men-konsepsiyasi, o’smir, ota-ona munosabati, kooperatsiya, hissiy yaqinlik, o’zini-o’zi baholash, psixologik muhit, avtoritarizm, o’zini-o’zi boshqarish.*

THE IMPORTANCE OF FAMILY SYNERGY IN THE FORMATION OF THE “I-CONCEPT” IN ADOLESCENTS

Abstract. *This article examines the influence of family synergy on the formation of "I-concept" in adolescents. Family synergy is understood as the harmonious interaction of family members based on shared values, respect, emotional closeness, and moral responsibility. Particular attention is paid to the role of parents in the development of adolescents ’ self-perception, self-esteem, motivation level, and self-regulation ability. An empirical study conducted among parents of students in grades 8-9 revealed that positive acceptance, cooperation, and parental involvement in a teenager’s life con-*

tribute to the formation of a mature and stable "I-concept". At the same time, a high level of authoritarianism and emotional rejection negatively affects the child's psychological state. The obtained results emphasize the need to create an atmosphere of mutual understanding, support, and cooperation in the family that contributes to the personal development of adolescents and the formation of their positive self-image.

Key words: *family synergy, "I"-concept, adolescent, parental acceptance, cooperation, emotional closeness, self-esteem, psychological climate, authoritarianism, self-regulation.*

Введение. Семейные отношения, особенно взаимоотношения между родителями и детьми, с первых дней существования общества являлись одним из ключевых вопросов. С развитием общества значение этого аспекта лишь возрастает. Это объясняется тем, что именно в системе детско-родительских отношений наиболее полно усваиваются достижения человечества как звена между социальными институтами, а традиции передаются из поколения в поколение как духовное наследие. Таким образом, будущее любого общества, народа и нации во многом зависит от состояния семейных отношений. Для этого необходима здоровая и духовно крепкая семейная атмосфера. В достижении такой атмосферы важную роль играет синергия [1,45-46].

Синергия подразумевает, что в результате взаимодействия отдельных частей возникает нечто новое - дополнительное качество или структура. В контексте семьи таким качеством является характер и глубина отношений между её членами. Синергия рождается во взаимодействии между мужем и женой, между родителями и детьми. Именно в таких взаимодействиях формируются творческие идеи, появляются новые возможности и альтернативные решения.

Эту дополнительную часть можно образно представить, как «третье лицо». Когда между двумя людьми возникает чувство «мы», они становятся не просто двумя, а как бы тремя - сама связь между ними приобретает отдельное, самостоятельное значение. Это также справедливо и в отношениях между родителями и детьми. Такое «третье лицо», возникающее на основе взаимодействия, - это семейная культура, которая формируется на основе общей цели и системы ценностей, основанных на принципах.

Таким образом, синергия - это не просто взаимная открытость, а формирование совместных ценностей, целей и ответственного подхода к их соблюдению. Она формирует моральный закон внутри семейной культуры, побуждая к честности, открытости и смелости в решении сложных вопросов, а не к уходу от них или избеганию общения.

Это «третье лицо» становится своеобразным высшим моральным авторитетом, воплощением коллективной совести, общих целей и традиций семьи. Оно удерживает членов семьи от аморальных поступков, от злоупотребления властью или авторитетом. Пока семья живёт в соответствии с этим внутренним авторитетом, её члены осознают, что положение, власть, деньги и статус - не собственность, а доверенное управление, предназначенное для служения другим. Но когда человек нарушает согласие с этим моральным центром и становится «законом сам для себя», связь распадается. Люди отдаляются, сосредоточиваются на себе и своих интересах, и чувство общего исчезает. В результате семейная культура трансформируется из культуры взаимозависимости в культуру независимости, и чудо синергии исчезает.

Методы.

Наше исследование основано на научной гипотезе о том, что на формирование "Я-концепции" у подростков может влиять психологическая среда в семье и межличностных отношениях, отношение родителей к ребенку, то есть уровень его принятия и здорового психологического сотрудничества. В исследовании приняли участие родители учащихся 8–9 классов общеобразовательных школ. Всего было опрошено 80 респондентов.

Хорошо известно, что личность родителей оказывает важное влияние на формирование самосознания человека. Именно поэтому основным инструментом в данном случае является

тест-опросник, разработанный А.Я.Варгой и В.В.Столиным. Этот опросник представляет собой психодиагностический метод, предназначенный для определения отношения родителей к своим детям.

Как известно из законов возрастной психологии, отношение родителей к ребёнку проявляется уже в первые месяцы его раннего детства, а иногда - даже в младенчестве. Согласно понятию «комплекс оживления», первые признаки социализации у ребёнка появляются уже в возрасте 1,5 месяцев - это проявление улыбки на лице и соответствующее выражение положительных эмоций в голосе. Однако объект нашего исследования требует анализа ситуаций, происходящих на более высоком уровне социального влияния, направленного на изучение воздействия семейных отношений на социальное восприятие подростков.

Под отношением родителей к детям понимается система различных чувств и поведенческих проявлений взрослых по отношению к детям. С психологической точки зрения, это педагогическая социальная установка, включающая в себя рациональные, эмоциональные и поведенческие компоненты. Эти компоненты оцениваются с помощью специального опросника, который и составляет основу данной методики. Использование определённых терминов Р.С.Немова повлекло за собой некоторые изменения в обработке и интерпретации полученных результатов. Методика состоит из 61 вопроса, распределённых по 5 шкалам, отражающим отношение родителей к своим детям:

1. «Принятие – отвержение». Отражает эмоционально положительное (принятие) или отрицательное (отвержение) отношение к ребёнку.
2. «Кооперация». Оценивает стремление родителей к взаимодействию с ребёнком, интерес к его деятельности, участие в ней.
3. «Симбиоз» - Отражает межличностную дистанцию в общении с ребёнком. Родитель ощущает себя единым с ребёнком, стремится удовлетворить все его потребности, оградить от жизненных трудностей. Родитель испытывает тревогу, когда ребёнок начинает стремиться к самостоятельности, так как сам не готов предоставить ему автономию.
4. “Авторитарная гиперсоциализация” - Отражает форму и степень контроля над поведением ребёнка. Показывает, строятся ли отношения в демократичном или авторитарном стиле.
5. «Маленький неудачник” - отражает особенности восприятия и понимания ребенка родителем. Эта последняя шкала показывает, как взрослые реагируют на сильные и слабые стороны способностей ребенка, на его успехи и неудачи.

Результаты.

Результаты методики представлены ниже:

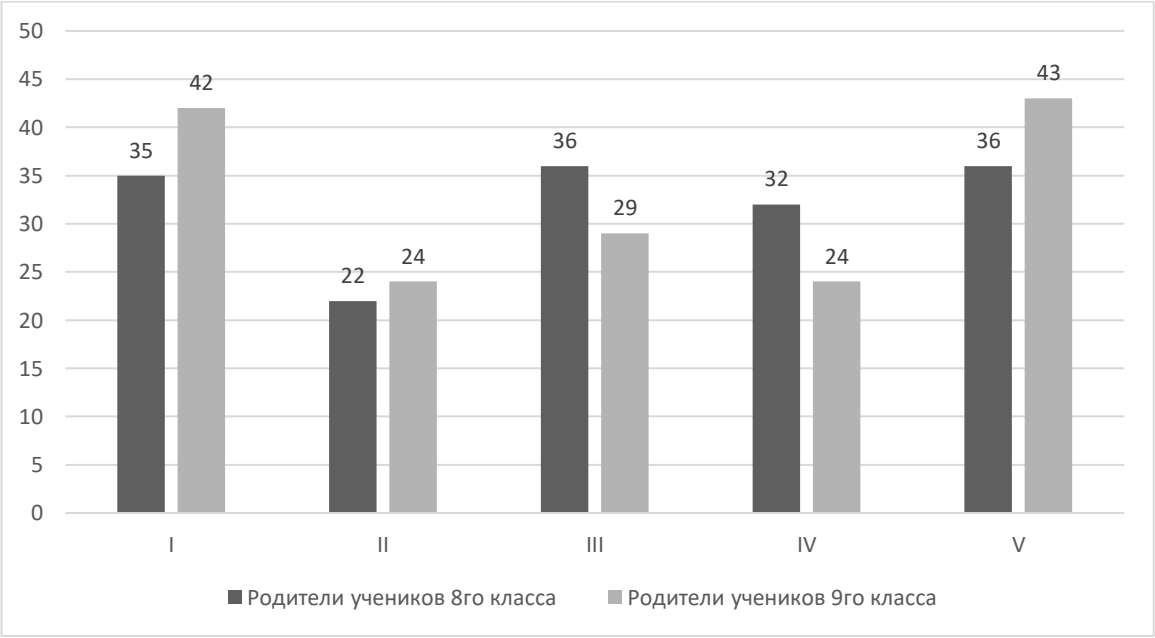


Рис. 1. Результаты методики диагностики отношения родителей к детям (n=80)

Примечание: I - "Принятие – отвержение"; II - "Кооперация"; III - "Симбиоз"; IV - "Авторитарная гиперсоциализация", V - "Маленький неудачник".

Установлено, что все группы испытуемых по шкале «принятие – отвержение» показывают высокие баллы. Это свидетельствует о ярко выраженном положительном отношении к ребёнку. Взрослый принимает ребёнка таким, какой он есть, признаёт и уважает его индивидуальность, поддерживает его интересы, уделяет ему много времени и не сожалеет об этом. На среднем уровне родители демонстрируют желание быть с детьми - это больше желание, чем практическая необходимость. Низкие баллы означают, что родители плохо понимают детей, обижаются на них и не способны оказывать им практическую поддержку.

Высокие результаты по шкале «кооперация» показывают, что взрослые проявляют живой интерес к увлечениям ребёнка, ценят его способности, поощряют инициативу и самостоятельность, переживают за его успехи. Родители интересуются деятельностью ребёнка, реализацией его планов и мечт, радуются его достижениям и стремятся развивать его интеллектуальные и творческие способности. Однако часть родителей ограничивается лишь мечтами, не имея чёткого плана действий.

Родители учеников 8-х классов показали высокие баллы по шкале «симбиоз». Это говорит о том, что они не устанавливают психологическую дистанцию между собой и ребёнком, стараются быть как можно ближе, удовлетворять его основные потребности, защищать от возможных трудностей. В то время как родители 9-классников показали низкие баллы - это свидетельствует о резкой психологической дистанции и низком уровне заботы. Такие родители не могут выступать в роли хороших воспитателей.

По шкале «авторитарная гиперсоциализация» во всех группах наблюдаются высокие показатели. Это означает, что взрослые требуют от детей беспрекословного подчинения, не учитывают их мнение, доминирует авторитарный контроль. Устанавливаются строгие правила, исключаются обсуждения, ребёнку предоставляется минимум самостоятельности.

Анализируя результаты по шкале «маленький неудачник», можно сказать, что родители воспринимают ребёнка как неудачника. Для них его увлечения, мысли и чувства кажутся незначительными. Это отношение отражается на психологическом состоянии подростка: понижается самооценка, не формируется система саморегуляции, снижается мотивация к познанию, избегается ответственность. Эмоциональный контакт между родителями и детьми является необходимым условием психически здорового развития ребёнка. Если родители не умеют управлять своими эмоциями и не понимают чувств детей, то, несмотря на все усилия, они не добьются результата. Дети особенно нуждаются в эффективном эмоциональном контакте с родителями. Отношения между родителями и детьми напрямую влияют на их эмоциональное развитие.

Заключение.

По мнению исследователей (Г.С. Красницкая, Ю. Лангмейер, З. Матейчек), ключевым фактором развития личности ребёнка является удовлетворение потребности в эмоциональной защищённости. Главный психологический ресурс взрослого - это умение проявлять себя как компетентного авторитета, что выражается в стремлении к близости, общности интересов, доверии между родителем и подростком, внимательном отношении, поддержке успехов ребёнка, адекватной оценке его возможностей. Принятие ребёнка таким, какой он есть, и отказ от слов и действий, способных его обидеть или вызвать агрессию - важнейшие условия психологически благополучного воспитания.

Согласно результатам нашего исследования, чрезмерная эмоциональная дистанция проявляется следующим образом: взрослые ожидают от детей только социально одобряемого поведения, полного подчинения и беспрекословного исполнения инструкций. Непослушание и отстаивание ребёнком своей позиции вызывает у взрослых раздражение и излишнюю строгость.

Таким образом, можно сделать вывод: самосознание личности во многом зависит от психологического климата в семье и личного примера родителей. Формирование «Я-концепции»

у подростка связано с его положением в родительской системе и характером семейных отношений. Родительская роль и статус напрямую влияют на зрелость личности подростка.

Учитывая, что нарушение психологического климата в семье формирует негативные черты поведения у ребёнка, родителям рекомендуется стремиться к созданию атмосферы сотрудничества в семье.

Список литературы.

1. Бурменская Г.В. Карабанова О.А., Лидерс А.Г. Возрастно-психологическое консультирование: проблемы психического развития детей. М.: Изд-во МГУ, 1990.
2. Джайнотт Х.Дж. Родители и дети / Пер. с англ. – М.: Знание. 1986.
3. Жванский Д.С. Эффект синергии в групповой работе с подростками. // Современные проблемы науки и образования. - 2009. – №3. – С. 123-126
4. Смирнова Е.О., Соколова М.В. Структура и динамика родительского отношения в онтогенезе ребенка // Вопр. Психол. 2007. №2.
5. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкий В.В. Методы семейной диагностики и психотерапии. М.; СПб., 1996.

Рахиммирзаев Санжар Ботурович
кандидат психологических наук PhD, доцент кафедры психологии Факультета социальных наук Национального Университета Узбекистана им. М.Улугбека,
e-mail: sanjar-rah@list.ru
https://orcid.org/0009-0009-0151-2175

ПОДХОДЫ И КОНЦЕПЦИИ БЛАГОПОЛУЧИЯ СОТРУДНИКОВ: СТРУКТУРА, СОДЕРЖАНИЕ, ПЕРСПЕКТИВЫ ИЗУЧЕНИЯ

Аннотация. *В статье проведён анализ основных теоретических и методологических подходов к исследованию благополучия сотрудников компаний. Рассмотрены гедонистический, эвдемонический, социальный и междисциплинарный подходы, раскрыты их ключевые характеристики, структурные компоненты и практическая значимость для управления персоналом. Особое внимание уделено выявлению сильных и слабых сторон существующих концепций, а также определению направлений для дальнейших эмпирических исследований.*

Ключевые слова: *благополучие сотрудников, подходы к благополучию, концепции благополучия, гедонистический подход, эвдемонический подход, социальный подход, междисциплинарный подход, структурные компоненты благополучия, физическое благополучие, психологическое благополучие, социальное благополучие, профессиональное благополучие, финансовое благополучие.*

PODXODLAR VA XODIMLAR FAROVONLIGI KONSEPSIYALARI: TUZILMA, MAZMUN, O'RGANISH ISTIQBOLLARI

Annotatsiya. *Maqolada kompaniya xodimlarining farovonligini o'rganish bo'yicha asosiy nazariy va metodologik yondashuvlar tahlil qilingan. Gedonistik, yevdemonik, ijtimoiy va fanlararo yondashuvlar ko'rib chiqilib, ularning asosiy xususiyatlari, tarkibiy qismlari hamda kadrlar boshqaruvidagi amaliy ahamiyati yoritilgan. Mavjud konsepsiyalarning kuchli va zaif tomonlarini aniqlash, shuningdek, kelgusidagi empirik tadqiqotlar yo'nalishlarini belgilashga alohida e'tibor qaratilgan.*

Kalit so'zlar: *xodimlar farovonligi, farovonlikka yondashuvlar, farovonlik konsepsiyalari, gedonistik yondashuv, yevdemonik yondashuv, ijtimoiy yondashuv, fanlararo yondashuv, farovonlikning tarkibiy qismlari, jismoniy farovonlik, psixologik farovonlik, ijtimoiy farovonlik, professional farovonlik, moliyaviy farovonlik.*

APPROACHES AND CONCEPTS OF EMPLOYEE WELL-BEING: STRUCTURE, CONTENT, AND RESEARCH PROSPECTS

Abstract. *The article analyzes the main theoretical and methodological approaches to studying the well-being of company employees. It examines the hedonistic, eudaimonic, social, and interdisciplinary approaches, outlining their key characteristics, structural components, and practical relevance for personnel management. Special attention is given to identifying the strengths and weaknesses of existing concepts, as well as defining directions for further empirical research.*

Keywords: *employee well-being, approaches to well-being, concepts of well-being, hedonistic approach, eudaimonic approach, social approach, interdisciplinary approach, structural components of well-being, physical well-being, psychological well-being, social well-being, professional well-being, financial well-being.*

Введение. В условиях стремительных экономических и социальных изменений благополучие сотрудников становится одним из ключевых факторов, определяющих устойчивость, конкурентоспособность и эффективность организации. Современные компании функциони-

руют в условиях высокой динамики рынка, цифровой трансформации и возрастания требований к результатам труда, что неизбежно отражается на физическом и психологическом состоянии работников. От уровня их удовлетворённости, вовлечённости и внутренней мотивации напрямую зависят продуктивность, качество взаимодействия в коллективе и способность организации адаптироваться к новым вызовам. Актуальность изучения данной тематики обусловлена тем, что благополучие сотрудников является не только показателем социальной ответственности работодателя, но и стратегическим ресурсом, влияющим на кадровую стабильность и инновационный потенциал. Оно включает в себя комплекс взаимосвязанных компонентов - физическое здоровье, психологическое равновесие, социальную интегрированность, профессиональную самореализацию и финансовую удовлетворённость. Системное развитие этих составляющих позволяет формировать устойчивую корпоративную культуру, минимизировать конфликты и снижать уровень профессионального выгорания. При этом существующие научные и практические подходы к пониманию благополучия отличаются многообразием и разнородностью, что порождает необходимость их критического анализа, выявления сильных и слабых сторон, а также поиска интегративных решений. Междисциплинарный характер изучаемого феномена открывает возможности для объединения теоретических положений психологии, социологии, экономики и менеджмента в единую методологическую базу, способную учитывать как индивидуальные, так и организационные факторы. В современных условиях особое значение приобретает разработка концепций и инструментов, адаптированных к отраслевой специфике, культурным особенностям и изменяющимся условиям труда. Такой подход позволит не только повысить уровень благополучия работников, но и обеспечить долгосрочную эффективность и устойчивое развитие организации.

Анализ литературы. Е.И. Рут и Л.И. Августова, опираясь преимущественно на эвдемонический подход, рассматривают благополучие сотрудников через призму глубокой удовлетворённости и самореализации. В центре их внимания находятся условия, способствующие раскрытию профессионального и личностного потенциала, предоставление возможностей для роста и развития, а также формирование осознанного отношения к собственному труду и его вкладу в цели организации. Существенное значение отводится созданию миссии и ценностей, с которыми работники могут себя идентифицировать, а также формированию культуры активного участия, обмена идеями и взаимной поддержки в коллективе. Исследователи подчёркивают роль качественных межличностных связей, открытого и честного общения, укрепления командных отношений, а также предоставления сотрудникам автономии в принятии решений и ответственности за результаты работы. Подобная стратегия, по их мнению, укрепляет вовлечённость и лояльность персонала, повышая общую эффективность деятельности организации. Эвдемонический подход, который они разделяют, уходит корнями в аристотелевскую философию, связывая благополучие с реализацией внутреннего потенциала и поиском жизненного смысла, и находит поддержку в современных исследованиях позитивной психологии [5, 11].

Д. Леонтьев рассматривает благополучие сотрудников в русле эвдемонического подхода, акцентируя внимание на значении смысла жизни и самореализации как ключевых факторов профессионального и личностного развития. В его трактовке центральное место занимают смысложизненные ориентации, то есть осознание ценности своей работы, её соответствие личным целям и убеждениям. Такое понимание способствует росту внутренней мотивации, удовлетворённости деятельностью и устойчивости к профессиональным стрессам.

Особое внимание уделяется гармоничному балансу между работой и личной жизнью, позволяющему снизить уровень напряжения и повысить общее качество жизни. Важным элементом является и социальная поддержка - наличие доверительных отношений с коллегами и руководством, что формирует чувство принадлежности и снижает риск эмоционального выгорания. Леонтьев также подчёркивает значение комфортных и безопасных условий труда, создающих основу для продуктивности и психологического благополучия. В целом, его подход предполагает комплексное рассмотрение факторов благополучия, в котором личностные

ценности и профессиональные условия взаимосвязаны, а развитие смысловой сферы рассматривается как важнейший ресурс повышения вовлечённости и эффективности сотрудников [6].

Н.С. Глуханюк, О.А. Коропец и М.Н. Юртаева, придерживаясь эвдемонического подхода, рассматривают благополучие как состояние, основанное на глубоком внутреннем удовлетворении и осмысленности жизни. В их понимании ключевыми элементами этого состояния выступают самореализация - раскрытие личного потенциала и стремление к достижению значимых целей, а также поиск и воплощение жизненного смысла через деятельность, соответствующую внутренним ценностям.

Значительное внимание уделяется личностному росту, предполагающему постоянное развитие, открытость новому опыту и ориентацию на самосовершенствование. Немаловажным аспектом является автономия - способность действовать в соответствии с собственными убеждениями и принципами, не поддаваясь чрезмерному внешнему давлению. Авторы также подчеркивают ценность аутентичности, то есть жизни в согласии с собственной сущностью, честности с собой и окружающими. По их мнению, эвдемоническая модель благополучия ориентирована на достижение глубокой удовлетворённости, устойчивого эмоционального состояния и осознания значимости своей деятельности, что принципиально отличает её от гедонистического подхода, сосредоточенного преимущественно на получении удовольствия и избегании дискомфорта [2].

Согласно позициям Д.Г. Мухамедовой, С.А. Водяха, Д.Г. Орловой, А.Е. Созонтовой и др. понимание благополучия сотрудников ориентировано на достижение удовольствия и удовлетворения от профессиональной деятельности, проведённой, проводимой работы. Такое понимание можно отнести к так называемому гедонистическому подходу, основные аспекты которого включают: удовлетворение потребностей, т.е. обеспечение конкурентоспособной заработной платы и бонусов, предоставление разнообразных льгот, таких как медицинское страхование, питание и транспорт; комфортная рабочая среда, т.е. создание приятной и удобной обстановки в офисе, обеспечение современным оборудованием и технологиями; управление стрессом, т.е. проведение мероприятий для снижения стресса, таких как тренинги по управлению стрессом и занятия йогой, предоставление возможности для отдыха и восстановления, в том числе через гибкий график и перерывы; признание и награды, т.е. регулярное признание достижений сотрудников, использование систем вознаграждения, организация корпоративных мероприятий и праздников для поднятия командного духа; социальные взаимодействия, т.е. поддержка дружелюбной и открытой корпоративной культуры, организация различных социальных мероприятий для укрепления связей между сотрудниками. В целом, гедонистический подход помогает создать позитивную рабочую атмосферу, что может повысить благополучие сотрудников, их удовлетворенность, лояльность к компании [1, 8, 10, 12].

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

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

труда, доступ к ресурсам для поддержания здорового образа жизни; психологическое благополучие, т.е. уровень стресса, эмоциональная устойчивость, удовлетворённость работой и жизнью; социальное благополучие, т.е. взаимоотношения с коллегами, поддержка от руководства, участие в корпоративной культуре. Кроме того, ученым выделены следующие факторы, которые имеют значимое влияние на благополучие сотрудников: условия труда, т.е. наличие гибкого графика, комфортного рабочего места и пр.; социальная поддержка, т.е. поддержка от коллег, руководителей, семьи; уровень заработной платы и системы мотивации; корпоративная культура и возможности для профессионального роста [3, 4].

Дж.С. Хаус, также придерживаясь преимущественно социального подхода, понимание благополучие сотрудника базирует на собственной теории социальной поддержки и организационного стресса. Автор исследовал, как различные формы поддержки и ресурсы на рабочем месте влияют на благополучие сотрудников, их здоровье, продуктивность и удовлетворенность работой. Согласно авторскому подходу, благополучие сотрудника включает в себя: физическое здоровье - уровень стресса, отсутствие заболеваний, вызванных работой; психологическое благополучие - чувство удовлетворенности, эмоциональная стабильность; социальное благополучие - наличие поддержки коллег, руководителей и семьи; организационное благополучие - удовлетворенность работой, баланс между профессиональной и личной жизнью. Таким образом предлагаемый подход Дж.С. Хауса к благополучию сотрудника фокусируется на взаимодействии рабочего стресса и социальной поддержки, где последний играет ключевую роль в смягчении негативных последствий. Учёный подчеркивает важность не только индивидуальных, но и организационных факторов в обеспечении здоровой и продуктивной рабочей среды [14].

В свою очередь, А.Ю. Лисовская, придерживаясь преимущественно междисциплинарного подхода предлагает трактовать благополучие сотрудника как некое состояние, при котором работник эффективно реализует собственный потенциал, продуктивно работает и вносит свой вклад в развитие компании и общества в целом. Базовыми компонентами благополучия, по мнению автора, вступают: физическое благополучие, т.е. состояние здоровья и комфорт человека, которое характеризуется хорошим функционированием организма, отсутствием заболеваний и высоким уровнем физической активности. Оно является одним из ключевых компонентов общего благополучия и тесно связано с психологическим и социальным состоянием; психологическое благополучие, т.е. состояние, характеризующееся гармонией между внутренними потребностями и внешними условиями жизни, ощущением удовлетворенности собой, своими действиями и жизнью в целом. Оно включает эмоциональный комфорт, устойчивость к стрессу, осмысленность жизни и способность эффективно справляться с трудностями; социальное благополучие, т.е. состояние, при котором человек ощущает себя частью общества, имеет качественные и поддерживающие межличностные отношения, доступ к необходимым ресурсам, и способен эффективно взаимодействовать с окружающими. Оно связано с чувством принадлежности, социальной защищённости и позитивным восприятием социальной среды; финансовое благополучие, т.е. состояние, при котором человек обладает достаточными финансовыми ресурсами для удовлетворения своих текущих и долгосрочных потребностей, чувствует себя уверенно в вопросах финансового управления и защищённости, а также может достигать своих финансовых целей без излишнего стресса [7].

Наряду с предыдущим, Н.И. Нагибина сторонник междисциплинарного подхода, понятие благополучия представляет как многомерную категорию, которая охватывает различные аспекты жизни сотрудника и напрямую влияет на его производительность и удовлетворенность. Автор благополучие рассматривает как ключевой фактор, формирующий успешность и устойчивость бизнеса. По мнению автора, благополучие сотрудника включает следующие структурные составляющие: физическое благополучие - состояние здоровья сотрудника и его способность эффективно выполнять свои обязанности. Важные аспекты данной структурной составляющей являются доступ к медицинской поддержке, здоровый образ жизни, предотвра-

щение профессиональных заболеваний; эмоциональное благополучие - уровень психологического комфорта, отсутствие стресса, способность справляться с эмоциональными нагрузками. Включает такие элементы, как удовлетворенность работой, поддержка со стороны коллег и руководства; социальное благополучие - качество межличностных отношений на рабочем месте, формирование здоровой корпоративной культуры и атмосферы доверия; профессиональное благополучие - удовлетворение карьерными достижениями, возможность профессионального развития и самореализации, оценка смысла и ценности своей работы, наличие целей и перспектив; финансовое благополучие - стабильность дохода, удовлетворение уровнем оплаты труда и финансовая безопасность. Н.И. Нагибина подчеркивает, что каждая из этих структурных составляющих влияет как на отдельного сотрудника, так и на общую эффективность компании. Гармоничное развитие всех компонентов благополучия является основой успешной реализации программ управления персоналом [9].

Дж.К. Хартер, К.Л. Кейс и соавторы предлагают рассматривать благополучие сотрудников как многомерную концепцию, объединяющую личностные, профессиональные и социальные аспекты, а также напрямую связывающую их с уровнем вовлечённости и продуктивности. В их подходе центральное место занимает идея о том, что счастье, эмоциональная устойчивость и осознание смысла собственной деятельности являются неотъемлемыми условиями высокой эффективности и лояльности персонала. В структуре благополучия авторы выделяют несколько ключевых компонентов: психологическое благополучие, включающее удовлетворённость жизнью, умение справляться со стрессом и наличие цели; физическое благополучие, связанное с поддержанием здоровья и доступом к корпоративным программам, поощряющим активный образ жизни; социальное благополучие, отражающее качество отношений в коллективе и уровень поддержки; профессиональное благополучие, предполагающее признание заслуг, возможности для развития и гармоничный баланс между работой и личной жизнью; а также финансовое благополучие, обеспечивающее стабильность и уверенность в будущем. Исследователи подчёркивают, что благополучие следует рассматривать не только как результат заботы о сотрудниках, но и как стратегический ресурс, способный напрямую влиять на успех компании. Такой подход ориентирован на активное инвестирование в создание условий, которые позволяют работникам реализовывать свой потенциал, поддерживать высокий уровень мотивации и достигать устойчивых результатов как в профессиональной, так и в личной сфере [13].

Выводы. Проведённый анализ свидетельствует о значительном росте интереса к проблематике благополучия сотрудников и увеличении числа исследований, в которых применяются междисциплинарные подходы. Данный тренд обусловлен глубокими изменениями в сфере труда, усилением конкуренции и возрастающим значением человеческого капитала для устойчивого развития организаций. Разнообразие представленных концепций демонстрирует множественность трактовок и интерпретаций феномена благополучия, что затрудняет выработку единых и эффективных стратегий корпоративного управления в этой области. В то же время выявлено, что в большинстве работ недостаточно учитываются специфика профессиональной деятельности сотрудников и этнокультурные особенности корпоративной среды, что может снижать результативность практического применения предлагаемых моделей. Исходя из обобщения рассмотренных подходов, благополучие сотрудника можно понимать как интегральное состояние, отражающее удовлетворённость жизнью и профессиональной деятельностью, физическое, психологическое, социальное и профессиональное здоровье, а также способность эффективно выполнять трудовые обязанности в гармонии с личными потребностями и ценностями. В качестве базовых структурных компонентов целесообразно выделять физическое, психологическое, профессиональное, социальное и финансовое благополучие, которые требуют более детальной проработки и уточнения на эмпирическом уровне с учётом отраслевой специфики и культурного контекста. Такой подход позволит разрабатывать более адресные и результативные программы управления персоналом, направленные на укрепление благополучия и повышение устойчивости организаций в долгосрочной перспективе.

Список использованной литературы.

1. Водяха С.А. Современные концепции психологического благополучия личности. // Дискуссия. - 2019. - № 2. - С. 132-138.
2. Глуханюк Н.С., Коропец О.А., Юртаева М.Н. Социально-психологическое благополучие работников: опыт экспертной параметризации. // Экономика и управление: научно-практический журнал. - 2020. - №5. - С. 134-138.
3. Григорьева Л. Зависимость эмоционального благополучия от жизнестойкости личности. // Ярославский педагогический вестник. - 2019. - №3. - С. 111-118.
4. Григорьева Л. Оценка благополучия служащих: проблемы и перспективы. // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. - 2018. - Т.3. - №2. - С. 140-165.
5. Карапетян Л.В., Глотова Г.А. Подходы к изучению внутреннего благополучия человека. // Азимут научных исследований: педагогика и психология. - 2019. - Т.8. - №4(29). - С. 308-312.
6. Леонтьев Д.А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля. // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. - 2020. - №1 (155). - С. 14-37.
7. Лисовская А.Ю. и др. Основные подходы к пониманию благополучия сотрудника: от теории к практике. // Организационная психология. - 2021. - Т.11. - №1. - С. 93-112.
8. Мухамедова Д.Г. Социально-психологические особенности менеджера образования в современных условиях. // Вестник Дальрыбвтуза. - 2017. - №3. - С. 118-121.
9. Нагибина Н.И.Well-being. Управление благополучием сотрудников для повышения производительности труда-улучшения HR и бизнес-показателей компании. // Управление персоналом и интеллектуальными ресурсами в России. - 2020. - Т.9. - №4. - С. 8-17.
10. Орлова Д.Г. Психологическое и субъективное благополучие: определение, структура, исследования (обзор современных источников). // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия№ 1. Психологические и педагогические науки. - 2019. - №1. - С. 28-36.
11. Рут Е.И., Августова Л.И. Профессиональное благополучие сотрудников коммерческих организаций: критерии и методика оценки. // Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ. - 2017. - Т.5. - С. 72-78.
12. Созонтов А.Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия. // Вопросы психологии. - 2018. - №4. - С. 105-114.
13. Harter J.K. et al. Increased business value for positive job attitudes during economic recessions: A meta-analysis and SEM analysis. // Human Performance. – 2020. - Т.33. - №4. - С. 307-330; Keyes C.L., Hysom S.J., Lupo K.L. The positive organization: Leadership legitimacy, employee well-being, and the bottom line. // The Psychologist-Manager Journal. - 2000. - Т.4. - №2. - С. 143.
14. House J.S., Landis K.R., Umberson D. Social relationships and health. // Science. - 2008. - Т. 241. - №4865. - С. 540-545; Lynch J.W. et al. Income inequality and mortality: importance to health of individual income, psychosocial environment, or material conditions. // Bmj. - 2009. - Т.320. - №7243. - С. 1200-1204.

Собиров Абдулазиз Абдурозикович
доктор философии по психологии(PhD) доцент
Бухарский государственный педагогический институт
E-mail: laziz.sobirov.86@bk.ru

СОЦИАЛЬНЫЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Аннотация. *Актуальность и необходимость проведения психологических исследований, связанных с различными аспектами здоровья человека как субъекта жизни, не вызывает сомнения. Об этом свидетельствует, в частности, тот факт, что тема «Психологическое здоровье» признана сегодня одной из приоритетных среди разрабатываемых психологических проблем. Это является еще одним подтверждением того, что современная отечественная психология, постулируя направленность научной мысли на служение обществу, прогрессу, формированию новых потребностей, общественных целей и ценностей человеческой жизни, обратив особое внимание на разработку проблем нравственной психологии, безусловно, связанных с темой психологического здоровья, не поддерживает идею этической нейтральности науки. Однако следует отметить, что вопрос о соотношении науки и этических ценностей продолжает оставаться дискуссионным, несмотря на растущее осознание обществом социальной роли и последствий научных исследований.*

Ключевые слова: *стресс, разочарование, конфликт, кризис, психологическое здоровье,развитие.*

PSIXOLOGIK SALOMATLIKNING IJTIMOIY OMILLARI

Annotatsiya *Hayot subyekti sifatida inson salomatligining turli jihatlari bilan bog'liq psixologik tadqiqotlarning dolzarbligi va zarurligi shubhasizdir. Bu, xususan, "psixologik salomatlik" mavzusi bugungi kunda ishlab chiqilayotgan psixologik muammolar orasida ustuvor yo'nalishlardan biri sifatida tan olinganligidan dalolat beradi. Bu zamonaviy rus psixologiyasi, ilmiy fikrning jamiyatga xizmat qilish, taraqqiyotga, inson hayotining yangi ehtiyojlari, ijtimoiy maqsadlari va qadriyatlarini shakllantirishga yo'naltirilganligini ta'kidlab, axloqiy psixologiya muammolarini rivojlantirishga alohida e'tibor qaratganligini yana bir tasdiqlaydi., albatta, psixologik salomatlik mavzusi bilan bog'liq, fanning axloqiy betarafligi g'oyasini qo'llab-quvvatlamaydi. Shunga qaramay, shuni ta'kidlash kerakki, jamiyatning ilmiy tadqiqotlarning ijtimoiy roli va oqibatlari to'g'risida xabardorligi ortib borayotganiga qaramay, ilm-fan va axloqiy qadriyatlarning o'zaro bog'liqligi masalasi munozarali bo'lib qolmoqda.*

Kalit so'zlar: *stress, umidsizlik, mojaro, inqiroz,psixologik salomatlik, rivojlanish.*

SOCIAL DETERMINANTS OF PSYCHOLOGICAL HEALTH

Annotation. *The relevance and necessity of psychological research related to various aspects of human health as a subject of life is beyond doubt. This is evidenced, in particular, by the fact that the topic "Psychological health" is recognized today as one of the priorities among the psychological problems being developed. This is another confirmation that modern Russian psychology, postulating the orientation of scientific thought towards serving society, progress, the formation of new needs, social goals and values of human life, paying special attention to the development of problems of moral psychology, certainly related to the topic of psychological health, does not support the idea of ethical neutrality of science. However, it should be noted that the question of the relationship between science and ethical values continues to be debated, despite the growing awareness of society of the social role and consequences of scientific research.*

Keywords: *stress, frustration, conflict, crisis, psychological health,development.*

Сторонники идеи ценностной (этической) нейтральности науки фактически рассматривают ее не как часть цивилизационного процесса, а как самоцель, которая отвергает человека с его интересами и культурными, ценностными потребностями. Это приводит к игнорированию тех сторон социокультурной и духовной жизни, которые не поддаются научной рационализации, к абсолютизации идеи «чистой истины», а также утрате целостности человеческого знания (Кольцова, 2008, с. 41). Идеи ценностной нейтральности науки близки сциентизму как мировоззренческой позиции, в основе которой лежит представление о научном знании в качестве наивысшей культурной ценности и достаточного условия ориентации человека в мире. Научная разработка учеными-психологами проблемы психологического здоровья позволяет

преодолеть фрагментарность знаний в той области психологии, которая ближе всего стоит к изучению ее изначального, исторически первого предмета – души. Обращение к этой теме позволяет вернуть психологии то, что она почти потеряла, вооружившись исключительно объективными методами и средствами изучения субъекта и его психики. В XX в. неоднократно раздавались сетования на то, что раньше психология была наукой о душе, а теперь стала наукой о ее отсутствии.

Уже в начале XX в. на это обращали внимание и историк В. О. Ключевский, и его современники – философы, психологи. Можно сказать, что психология действительно пожертвовала душой ради научной объективности субъективной науки. В одной из своих публикаций об этом оригинально сказал В. П. Зинченко: «Выражаясь современным языком, в младенческой душе психологии завелась сциентистская червоточинка, которая выела душу изнутри. Вначале это казалось остроумным методическим приемом: отойти от души, вооружиться объективными средствами исследования, чтобы потом взять ее приступом. Но в соответствии с еще не известным психологии того времени правилом произошел „сдвиг мотива на цель“. Психологи увлеклись материей, психическими функциями, реакциями, рефлексами, поведением, ориентировкой, позднее – мозгом, нейронами и многими другими не менее интересными и полезными предметами. О душе они вовсе забыли, а если вспоминали, то искали не там, где потеряли» (Зинченко, 2000, с. 79. Курсив мой. – Т. Г.). Но «потеря души» далеко не безобидна и для науки психологии в целом, и для психологов в частности. А. А. Ухтомский нарисовал картинку того, что можно ожидать с внедрением в психологию, и особенно в психологию личности, исключительно объективных методов изучения: «Будет царство немое и глухое, ибо никто никого понимать не будет при уверенности, что каждый для себя все понимает!» (Ухтомский, 1997, с. 171). Случай из консультационной практики.

Ко мне на консультацию привели девочку примерно 11–12 лет с жалобами родителей на то, что она стала очень часто плакать и постоянно просить родителей, чтобы они отпустили ее, она не уточняла куда, зачем. Помимо этого, девочка стала очень часто болеть, проявлять апатию буквально ко всему, не хотела ни гулять, ни общаться с кем-либо, большую часть свободного времени лежала, отвернувшись к стене. На этапе диагностики я попросила ее нарисовать рисунок «Моя семья», «Я и моя мама». Рисунки оказались очень диагностичными, показательными: на рисунке «Моя семья» девочка нарисовала маму, папу и себя между ними, но мама и папа смотрели в разные стороны, выглядели очень грустными, а девочка оторвалась от земли и поднималась на воздушном шарике вверх к солнцу, которое выглядывало из-за большой тучи. На рисунке «Я и моя мама» была изображена только взрослая женщина, одетая, как невеста. Девочки на рисунке не было. На все мои вопросы по поводу содержания рисунков девочка отвечала очень однообразно: хочу, чтобы они меня отпустили. А женщина на рисунке – это мама, и ей очень идет кра сивое белое платье. На вопрос «А ты где?», девочка ответила: «Я улетела, когда они мне разрешили». После разговора с девочкой стало ясно, что надо разговаривать с родителями, что в семье явно какие-то серьезные травмирующие ребенка проблемы. Была сделана попытка провести диалог с мамой.

Но попытка не удалась. Мама была совершенно закрыта и уверяла, что у них все нормально, что они очень любят дочь и страшно переживают, что с ней что-то не так. Я показала маме рисунки и попросила ее комментарии. Она сказала, что дочка у них всегда была фантазеркой, еще с детства любила воздушные шарики и всегда просила их ей покупать. Ее ничего не насторожило в рисунке «Моя семья». Когда был показан рисунок «Я и моя мама», женщина сначала помолчала, потом покраснела и сказала, что это, наверное, дочка изобразила себя в будущем. От дальнейших комментариев она отказалась. Когда пришел папа, мне показалось, что он пойдет на диалог и что-то мне пояснит. Он производил впечатление человека, находящегося в депрессии. После разговора с ним стало понятно, что мое первое впечатление не было обманчивым, и я прямо сказала ему, что, возможно, ему нужно обратиться к врачу, чтобы, помимо психотерапии, ему были бы назначены лекарства. Он, к моему удивлению, отреагировал совершенно спокойно и сказал, что уже пьет лекарства и ему сейчас уже лучше. Я попыталась выяснить причину его депрессии, но он мне достаточно резко ответил, что лучше бы

я занималась его дочкой, а с собой он как-нибудь разберется сам. Я попыталась вызвать его на откровенность, сказав, что психологическое благополучие его дочери зависит от них с мамой и от их взаимоотношений, которые, возможно, не совсем простые.

На это он сказал, что они очень любят свою дочь и хотят ей только добра. Увы, диалог в тот раз не состоялся. Они больше не пришли. Прошло почти два года, и, к моему удивлению, мне позвонил папа и опять записался с дочкой на консультацию. За это время в их семье родилась малышка (они пытались таким образом спасти, сохранить семью…). Но отношения не наладились, малышку отдали бабушке, у которой ребенок находился практически все время. Мама на консультацию не пришла. Когда я увидела девочку, я едва сдержала слезы. Она была коротко пострижена, очень худенькая и почти прозрачная (по телефону папа мне сказал, что она очень больна, врачи поставили неутешительный и не оставляющий надежды диагноз – рак желудка). Я спросила папу, чем я могу помочь в этой уже почти безнадежной ситуации, и он сказал, что это дочка попросила, чтобы он ее привел ко мне. Когда они пришли ко мне, я попросила папу выйти. Девочка посмотрела на меня огромными грустными глазами (казалось, что только глаза и есть на ее лице) и тихим голосом сказала: «Я вас очень, очень прошу, упросите их, чтобы ОНИ меня отпустили». Я смотрела на нее, едва сдерживая слезы. Жизнь в ней едва теплилась. Я спросила ее: «Ты не хочешь жить, потому что больна, тебе больно… и ты просишь их отпустить тебя?». Девочка посмотрела на меня и отрицательно покачала головой. «Нет, не поэтому?». Она утвердительно кивнула. «Мама с папой ссорятся, и тебе это больно? Ты не можешь с ними жить? И поэтому ты их просишь отпустить тебя?».

Но девочка перестала утвердительно качать головой и сказала: «Можно я приду к вам еще раз?». Я сказала, что, конечно, буду ее очень ждать. На следующий день приехал ее папа. Я сказал, что это дочка настояла, чтобы он приехал и поговорил со мной. Выглядел он очень плохо. На мой вопрос он ответил, что его депрессия усилилась. Я сказала, что с депрессией одними таблетками не справиться, надо выяснить и устранить причину. Он сказал, что врач говорит ему то же самое. Я молчала. Молчание затянулось. Мы подняли глаза, взгляды встретились (тут я вспомнила о словах Флоренской, что вершиной диалога бывает молчание) и затем рискнула добавить: «По всей видимости, вы никого не любите, у тех, кто по настоящему любит, депрессии не может быть. Депрессия возникает у тех, кто зациклен на себе (эгоизм или эгоцентризм по Флоренской). А любящий человек думает о другом человеке, о том, кого он любит. И даже, если любимому человеку плохо, у него не опустятся руки и не будет депрессии, ему не до слез, ему надо помогать и спасать любимого… У вас очень серьезно больна дочь… Вы ее любите?» Повисла пауза и затем его как прорвало (А я опять вспомнила рассуждения Флоренской, что вовремя сказанное в диалоге слово может послужить той подсказкой, которая поможет обратить человека к его духовному Я). Он очень много рассказал о себе, с огромной болью и стыдом сознался, что давно не любит свою жену, лжет самому себе, жене, дочери. Оправдывает себя, боится ответственности. Я спросила, какой ответственности, он напомнил фразу из «Маленького принца» – «Мы в ответе за тех, кого приручили». Он всю жизнь следовал этому правилу. Но что делать, если ты разочаровался в том, кого приручил? Куда бежать от жизни, которая превратилась в ад? От тебя ждут того, чего твое сердце не может дать… Он заплакал, как ребенок… Он почти закричал: «Я врал, врал всем, врал самому себе. Мне казалось, что я думаю о жене, о дочке. Что я несу за них ответственность. Но это ложь. Потому что я думал только о себе. Я думал, что жена стала чужим человеком, что она не понимает меня. Пытаясь быть ответственным за семью, я не был ответственен и честен перед самим собой.

И поэтому ничего не получилось. На лжи нельзя построить жизнь» (вспомним 9-ю заповедь – «Не произноси ложного свидетельства на ближнего твоего», нарушение этой заповеди – это ложь в любом ее проявлении, осуждение ближних…). Он замолчал, а потом продолжил: «Если бы я действительно их любил, все было бы по-другому. Но я не любил. Я пытался все делать правильно, но без любви, и поэтому ничего не получилось. Вроде делал правильно, но не по правде. Я думал, что ответственность – это любовь, а оказалось наоборот – любовь – это ответственность…». Было ясно, что у меня с божьей помощью состоялся диалог с духовным

Я папы и, возможно, дело пойдет к его исцелению, а там, может быть… но загадывать было еще рано… Позже он мне рассказал, что у них еще проблема состоит в том, что жена не хочет, чтобы девочку лечили традиционные врачи, а обращается постоянно к разным специалистам в области экстрасенсорики, но девочке становится все хуже и хуже. Он попросил меня как-то повлиять на жену, чтобы она не противилась отдать девочку в больницу. Встретившись с его женой, я попыталась установить диалог с ней. Она подтвердила теперь (в отличие от предыдущей встречи два года назад), что у них с мужем натянутые отношения, что он ее не понимает, что любовь прошла и т. д. Во всем она винила только мужа… Говорить с ней было трудно, казалось, что между нами глухая стена. Диалога не было. Было полное вытеснение духовного Я у этой женщины. Единственное, чего мне удалось добиться, – это уговорить ее отказаться пока от помощи экстрасенсов и лечить девочку в больнице. Она пообещала. Затем состоялась последняя встреча с девочкой по ее же просьбе.

Когда я ее спросила, по-прежнему ли она хочет, чтобы родители ее отпустили, она кивнула. Я как-то утвердительно – вопросительно сказала, что, наверное, ей так больно с ними жить, что она больше не может и хочет уйти, и посмотрела ей в глаза… Но в них была такая боль и отчаяние, что я поняла, что сказала сейчас не то, я вдруг осознала, что все неправильно поняла про нее… А она только тихо сказала: «Я их очень, очень люблю… а им так плохо… Пусть они меня отпустят… ИМ так будет лучше… Попросите их, пожалуйста…» И она заплакала… И тут у меня в голове пронеслась поразившая меня мысль, произошло озарение и сразу стало все ясно… Я ее спросила: «Ты что все знаешь про маму и папу, и их отношения?!». Она кивнула и сказала: «Понимаете, я всё, всё слышу, о чем они думают, о чем мысленно и вслух говорят, они у меня в голове… ИМ плохо… очень плохо… ИМ больно… Я должна им помочь!». Я была так потрясена, что не могла произнести ни слова. Это было страшно: ребенок хочет умереть, чтобы подарить своим родителям шанс на счастье! Она хочет уйти из жизни, чтобы освободить их! Она хочет дать им шанс жить в правде и любви! Она хочет дать им шанс разобраться в себе… Это ее подарок. Драгоценный подарок от маленького человека, который больше всего на свете любит своих родителей и думает, что может сделать их счастливыми, только освободив их от себя! Наверное, у меня все было написано на лице или же девочка действительно могла слышать или читать мыли, но когда я подняла голову и спросила ее, правда ли это, она улыбнулась и почти радостно кивнула, сказав: «Теперь вы все знаете и сможете их уговорить…». Я не смогла сдержаться и заплакала, а она, подойдя ко мне, погладила меня по плечу и сказала: «Не надо, не плачьте, правда страшит, но с ней не страшно…». Позже я поговорила с ее родителями и рассказала, что их дочка хочет умереть не потому, что ей больно и она тяжело больна, а потому, что она хочет прекратить обман, огромную ложь, которая отравляет их жизнь.

Они каждый день убеждали себя, что живут вместе «ради дочки», а она это слышала… и, видя, как им плохо, хотела их освободить… Развязать им руки… И маму поэтому нарисовала в белом платье невесты… Папа плакал… Мама согласилась отдать девочку в больницу… Девочке сделали операцию… Надежд почти не было, но она выглядела значительно лучше и была почти радостна, когда я ей сказала, что смогла объяснить родителям, почему она просит их отпустить ее. Она благодарно улыбнулась мне на прощание… Мне рассказывал один мой друг, который много лет прожил в Индии, что он узнал там от местных, что если человек действительно не хочет жить, ему не нужно прибегать к самоубийству, он умрет без всяких внешних причин, сам. Тело человека живет до тех пор, пока его душа хочет продолжать свое земное существование, пока он видит в своей жизни смысл… Если же человек теряет желание жить, не видит в этом смысла, его тело, словно по команде, начинает разрушаться… Прошло несколько месяцев. И я совершенно случайно узнала от людей, пришедших ко мне на консультацию и знавших эту семью, что произошло… Через несколько дней после операции, родители, возвращаясь на машине домой из больницы попали в ужасную автомобильную катастрофу и погибли… А девочка… Девочка начала выздоравливать (!), повергнув всех врачей в шок и заставив в очередной раз убедиться в существовании ЧУДА… Она стала жить с бабушкой и маленькой сестрой… Я с ней случайно встретилась спустя, наверное, два года. Ей было

уже 15 лет, и она держала за руку девочку лет 4–5. Выглядела она хорошо и даже заподозрить, что она была так больна, было невозможно… Когда я ее спросила, как она живет, она ответила: «У меня есть смысл и цель в жизни: я помогаю бабушке растить сестренку… Я их очень люблю, и я им очень нужна, ведь одна – маленькая, а другая старенькая…». Хочется еще раз сказать, что осознание – это духовный путь, ведущий к исцелению, а осознание смысла и жизненной цели – гарантия психологического и физического здоровья субъекта.

Литература.

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. Л.: Изд-во ЛГУ, 1969.
2. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды. М.: Педагогика, 1980. Т. I.
3. Анцупов А. Я., Шипилов А. И. Словарь конфликтолога. СПб.: Питер, 2006.
4. Бахтин М. М. Эстетика словесного творчества. М.: Искусство, 1979. Братусь Б. С. Аномалии личности. М.: Мысль, 1988.
5. Братусь Б. С. Психология. Нравственность. Культура. М.: Менугрер росиздательство, 1998. С. 6–15.
6. Братусь Б. С. Русская, советская, российская психология. М.: Флинта, 2000.

Boymurodova Nodirabegim Bahodir qizi
Buxoro davlat universiteti tayanch doktoranti

O’QUVCHILARDA HAYOTIY KO’NIKMALARNI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK TAVSIFI

Annotatsiya. *Hayotiy ko’nikmalar har bir bolaning sog’lom bo’lib o’sishi va hayotda muvaffaqiyat qozonishi uchun zarurdir. Hayotiy ko’nikmalar bolalarga hayotning turli jabhalarida harakat qilish va mas’uliyatli, mustaqil va qobiliyatli shaxslar bo’lish uchun kuchli fikrlashni beradi. Shunday ekan, savol tug’iladi: barcha uchun eng muhim hayotiy ko’nikmalar nima? Hayotiy ko’nikmalar ro’yxati keng va xilma-xildir, ammo ularning barchasini bir vaqtning o’zida o’rganish uchun vaqt yetarli emas. Ushbu maqolada hayotiy ko’nikmalar pedagogik va psixologik jihatdan tahlil qilingan. O’quvchilarda shakllantiriladigan hayotiy ko’nikmalarning turlari izohlangan.*

Kalit so’zlar: *hayotiy, ko’nikma, hayotiy ko’nikma, kompetensiya, hayotiy va kasbiy bilim, muloqot, tanqidiy fikrlash, muammolarni hal qilish, hissiy aql, kundalik hayot.*

ПЕДАГОГИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ФОРМИРОВАНИЯ ЖИЗНЕННЫХ НАВЫКОВ У СТУДЕНТОВ

Аннотация. *Жизненные навыки необходимы каждому ребёнку, чтобы вырасти здоровым и добиться успеха в жизни. Жизненные навыки формируют у детей стойкий настрой, позволяющий им действовать в различных аспектах жизни и становиться ответственными, независимыми и способными личностями. Возникает вопрос: какие жизненные навыки наиболее важны для каждого? Список жизненных навыков широк и разнообразен, но времени, чтобы освоить их все сразу, недостаточно. В данной статье жизненные навыки анализируются с педагогической и психологической точки зрения. В статье рассматриваются типы жизненных навыков, которые формируются у учащихся.*

Ключевые слова: *жизнь, умения, жизненные навыки, компетентность, жизненные и профессиональные знания, коммуникация, критическое мышление, решение проблем, эмоциональный интеллект, повседневная жизнь.*

PEDAGOGICAL-PSYCHOLOGICAL DESCRIPTION OF THE FORMATION OF LIFE SKILLS IN STUDENTS

Annotation. *Life skills are essential for every child to grow up healthy and succeed in life. Life skills give children the strong mindset to act in different aspects of life and become responsible, independent and capable individuals. So the question arises: what are the most important life skills for everyone? The list of life skills is wide and diverse, but there is not enough time to learn them all at once. This article analyzes life skills from a pedagogical and psychological perspective. The types of life skills that are formed in students are explained.*

Key words: *life, art, life skills, competence, life and professional knowledge, communication, critical thinking, problem solving, emotional intelligence, povsednevnaya life*.

Kirish. Bugungi kunda ta’lim oldiga qo’yilgan maqsad va talablarga muvofiq ta’lim oluvchilarda hayotiy ko’nikmalarga asoslangan universal kompetensiyalarni shakllantirish ko’zda tutilgan. Zamonaviy adabiyotlarda ushbu kompetensiyalarni izohlashga oid bir nechta yondashuvlar mavjud. Xususan, ko’nikmalarning “hayotiy” va “moslashuvchanlik” tushunchalari qo’llanilmoqda. Biroq, bugungi kunda mavjud an’anaviy ta’lim tizim, ya’ni uzluksiz ta’lim tizimida qo’llanilayotgan o’quv dasturlari, o’quv jarayonlari hamda “kelajak kompetensiyalari” da’vo qiladigan talablar o’rtasidagi jarlik mavjuddir. Bu esa hayotiy ko’nikmalarni uzluksiz ta’lim tizimga qo’llashning yanada dolzarbligini oshiradi.

Hayotiy ko'nikmalarga ega bo'linganlikni hech qanday diplom yoki hujjat bilan tasdiqlab bo'lmaydi. Bu shaxsning kirishimliligi, vazminligi, kreativligi, vaziyatga ko'ra moslasha olish, keskin vaziyatlarda o'zini yo'qotib qo'ymaslik va adekvat ravishda harakatlarini boshqara olishidir.

Hayotiy ko'nikmalar kasbiy bilimlardan ko'ra, hayotiy bilimlar kabi ifodalanadi. Hayotiy ko'nikmalar shaxsning to'g'ridan-to'g'ri ish harakatlari bilan bog'liq emas, lekin ushbu ko'nikmalar unga o'z faoliyatida yuqori mahsuldorlikka erishishga imkon beradi va o'z oldiga qo'ygan vazifalarni nisbatan muvaffaqiyatliroq bajarishiga yordam beradi.

Asosiy qism. Maktabga ilk bor qadam qo'ygan bola yangi hayot bosqichiga kiradi, uning hayoti keskin o'zgara boshlaydi. Bu paytdan boshlab avvalgi davrlarga xos tanish narsalar yo'qola boradi yoki yangi shakllari paydo bo'ladi. Bola o'zini kattaroq his qiladi, harakatlarini nazorat qilishni boshlaydi, mas'uliyat tuyg'usi paydo bo'ladi.

Bolaning muvaffaqiyatli ijtimoiylashuvi, tengdoshlari va yon-atrofidagilar bilan muloqotga kirishuvi uning hayotida muhim rol o'ynaydi. O'quvchilarning ijtimoiylashuv bosqichini muvaffaqiyatli yakunlash, o'zgaruvchan hayot sharoitlariga tez moslashishga imkon beradigan ko'nikmalarni egallash, ijtimoiy va kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish va samarali qarorlar qabul qilish hamda maqsadlarga erishish ushbu bosqichning muhim vazifalari hisoblanadi. Ularni hal qilish uchun o'quvchilarga hayotiy ko'nikmalar – bilim, ko'nikma, xulq-atvor xususiyatlari, munosabatlar va qadriyatlar yig'indisi kerak bo'lib, ular birgalikda o'quvchilarga o'z maqsadlariga erishishga imkon beradi.

Bugungi kunga qadar "hayotiy ko'nikmalar" tushunchasiga aniq ta'rif berilgan emas. "Hayotiy ko'nikma" tushunchasini so'zma-so'z tahlil qiladigan bo'lsak, "O'zbek tilining izohli lug'ati"da "hayotiy" tushunchasiga hayotga, tiriklikka oid deb izohlangan. Shu bilan birgalikda bir nechta ma'nosi tushuntirilgan:

1. Hayotga, yashashga oid.
2. Hayot uchun zaruriy, hayot talabidan kelib chiquvchi, hayot talabi bilan bog'liq.
3. Hayot bilan bog'liq, hayot uchun tipik (bo'lgan), hayotdagiga mos, to'g'ri keladigan [5, 476].

Ko'nikma – biror ishda orttirilgan mahorat, malaka [4, 461].

2017-yil qabul qilingan kompetensiyaviy yondashuvga asoslangan o'quv dasturida "ko'nikma – o'rganilgan bilimlarni tanish vaziyatlarda qo'llay olish" – deb izohlangan.

R.X.Djurayev va boshlaqalar tomonidan tuzilgan "Pedagogik atamalar lug'ati"da esa "ko'nimga"ga "o'quvchi yoki talabaning o'zlashtirgan bilimlari asosida muayyan amaliy harakatni bajara olish faoliyati" – deb ta'rif berilgan [1, 65].

Mazkur lug'atda "hayotda har bir inson uchun zarur bo'ladigan ijobiy xatti-harakatlar majmui"ga hayotiy ko'nikmalar deyilgan [1, 165].

Hayotiy ko'nikmalar – bu odamlarga atrofdagi dunyo bilan samarali munosabatda bo'lishga, qiyinchiliklarga dosh berishga va ijobiy munosabatlar o'rnatishga yordam beradigan vakolatlar to'plami. Ular ma'lum bir kasb yoki mutaxassislik sohasi bilan bog'liq emas, balki hayotning har qanday sohasida foydali bo'lgan universal ko'nikmalarga ishora qiladi.

Muhokamalar va natijalar. O'quvchilarda hayotiy ko'nikmalarni shakllantirish – bu bolalar va o'smirlarda muvaffaqiyatli moslashish va jamiyatda faoliyat yuritish, shuningdek, shaxsiy farovonlikka erishish uchun zarur bo'lgan ko'nikma va malakalarni shakllantirish jarayonidir. Ko'pincha "soft skills" deb ataladigan bu ko'nikmalarga muloqot, tanqidiy fikrlash, muammolarni hal qilish, hissiy aql va boshqalar kiradi.

Muloqot ko'nikmasi

Muloqot – odamlar o'rtasida birgalikdagi faoliyat ehtiyojlaridan kelib chiqadigan bog'lanishlar rivojlanishining ko'p qirrali jarayonidir. Muloqot (munosabat) birgalikda faoliyat ko'rsatuvchilar o'rtasida axborot ayirboshlashni o'z ichiga oladi. Bunda munosabatning kommunikativ (o'zaro aloqaga doir) jihati hisobga olinadi [3, 5].

Muloqotning o'ziga xos 3 ta darajalari mavjud. Bular: makro darajada (katta) – insonlar bilan muloqot qilish barcha odob-axloq normalariga suyangan holda amalga oshiriladi. Mezo darajada (o'rta) – muloqot ma'lum mavzu asosida kechadi (masalan, askiyada ma'lum mavzudan chekinmaslik). Mikro daraja (kichik) – muloqotning oddiy shakllari, savol-javob tariqasida yuz beradi.

Muloqotning turlari quyidagilar: shaxslararo (inson-inson), shaxsiy-guruhiy (guruh-guruh), ommaviy kommunikatsiya (radio, televideniye, ro'znomalar va oynomalar) kabi turlari mavjud [2, 62].

O'quvchilarda shakllantiriladigan muloqot qobiliyatlariga tinglash, gapirish, yozish, muloqot uslubingizni turli vaziyatlar va auditoriyaga moslashtirish, muzokaralar olib borish va jamoada ishlash kabilar kiradi.

Tanqidiy fikrlash ko'nikmasi

Tanqidiy fikrlash bu – fikrlashning alohida turi bo'lib, faktlarni tahlil qilish orqali xulosalar hosil qiladi. Tanqidiy fikrlash bu – o'z-o'zini boshqaradigan, o'zini o'zi tarbiyalaydigan, o'zini o'zi nazorat qiladigan va o'zini o'zi to'g'irlaydigan fikrlash shaklidir. Uning zaruriy sharti ongni takomillashtirishning qat'iy me'yorlariga rozi bo'lish va ularni hushyorlik bilan qo'llashdir.

Tanqidiy fikrlash axborotni tahlil qilish, dalillarni baholash, muammolarni aniqlash va yechimlarni topishda namoyon bo'ladi.

Tanqidiy fikrlash o'quvchilarning mustaqil bilim olishlarini, dalillarni sinchiklab tahlil qilishni va turli xil fikrlarni asosli ravishda baholashni o'rgatadi. Bunday fikrlash usullari o'quvchilarning intelektual rivojlanishida, ayniqsa, o'z fikrlarini mantiqan asoslab bayon etish va jamiyatda faol fuqarolar sifatida shakllanishida muhim rol o'ynaydi.

Muammoni hal qilish ko'nikmasi

Bola ulg'ayib borar ekan o'qish-o'rganish, amaliy va kundalik faoliyati davomida turli-tuman muammolarga duch keladi. Bu muammolarning ayrimlarini hal qilish uchun bilim, ko'nikma, malaka kerak bo'lsa, boshqalarini hal qilish uchun esa hayotiy tajriba, ko'nikma kerak bo'ladi.

O'quvchilarda muammoni hal qilish ko'nikmasini shakllantirish uchun muammoning mohiyatini, ya'ni gap asli nimadaligini aniq-tiniq bilib olish lozimligini o'rgatish kerak.bundan tashqari, ularga hamma muammoni birdaniga, bir butun qilib emas, bo'lak-bo'lak qilib hal etish kerakligini tushuntirish lozim. Reja asosida harakat qilish muammoni yechishda yaxshi samara berishi, boshqalarning ham tajribalarini o'rganish kerakligi, yordam so'rashdan uyalmaslik, o'z qobiliyatlari, bor kuchlariga ishonishlari lozimligini tushuntirish shart va zarur.

Muammoni oqilona yechishga yondashuv, birinchi navbatda o'quvchida fikrlash qobiliyatini shakllantirish va rivojlantirishga yo'naltirilgan. O'quvchi bir muammoni yechishni o'rgandimi demak, unda muammolarni hal qilish ko'nikmasi mavjud. Shundan kelib chib aytishimiz mumkinki, muammoni hal qilish – bu muammoni aniqlash, g'oyalarni yaratish, eng yaxshi yechimni tanlash va uni amalga oshirish ko'nikmalari yig'indisidir.

Hissiy intellekt ko'nikmasi

Hissiy intellekt insonning o'z his-tuyg'ularini tushunib, ulardan foydalana olishi va to'g'ri boshqara olishini anglatadi.

Hissiy intellekt insonga atrofdagilar bilan sog'lom munosabat o'rnatishga, ishda va o'qishda muvaffaqiyat qozonishga, karerasini o'zi xohlagan bosqichga olib chiqishga yordam beradi.

Hissiy intellekt sabab inson o'zini ko'proq va yaxshiroq tushunadi: nima his qilyapti, nimaga muhtojligini anglaydi. Tushunganlari asosida hislarini boshqara oladi. Vaziyatlarda o'zini tutib qola oladi, kerakli qaror chiqaradi. O'zini o'zi tushungani uchun boshqalarning ham nima his qilayotganini tushunadi. O'zini va boshqalarni tushungani hisobiga esa insonda sog'lom munosabat qurish, jamoada o'zini qanday tutish, jamoa bilan ishlash, insonlarni ruhlantirish, boshqaruvchilik qobiliyatlari shakllanadi.

Vaqtida uyga vazifani bajara olmay daftarini uloqtirib yuborgan bola ulg'ayganda muammoli vaziyatda kattaroq narsadan voz kechib ketishi mumkin. Shuning uchun ham bolalarga ular kichikligidan hissiyotlarini tushunishni o'rgatish muhim.

Vaqtni boshqarish ko'nikmasi

Vaqtni boshqarish – bu barcha maqsadlarga erishilgunga qadar har bir aniq faoliyat uchun vaqtni bosqichma-bosqich rejalashtirish va tashkil qilishdir. Har bir inson faqat ma'lum vaqtga ega bo'lganligi sababli, vaqtni boshqarish qobiliyati qanchalik yaxshi bo'lsa, vaqti shunchalik samarali bo'ladi.

Vaqtni boshqarish ko'nikmalari har bir yoshdagi inson uchun muhim. Ta'lim tizimida bu ko'nikma o'rgatilmaganligi sababli ko'plab o'quvchilar va talabalar imtihonlar, topshiriqlar, darslar orasida muvozanatni yo'qotadi. Shuning uchun rivojlangan mamlakatlar – ayniqsa, Finlyandiya, Yaponiya va Janubiy Koreyada – maktab yoshidan boshlab o'quvchilarga time management asoslari o'rgatiladi.

Ijodkorlik ko'nikmasi

Ijodkorlik (kreativlik) ko'nikmasi, qiziquvchanlik – tevarak-atrofdagi olamga qiziqish va u haqida ko'proq bilishga intilish, dunyo obyektlari o'rtasidagi sabab-natija munosabatlarini aniqlash, axborotni mustaqil izlash va o'z savollariga javob topish qobiliyati; tasavvur – ko'plab original va nostandart g'oyalarni ishlab chiqish qobiliyati; optimallashtirish – maqsadga tez va samarali erishish uchun bir nechta usullarni solishtirish qobiliyati; g'oyalarni rivojlantirish - g'oyalarni turli nuqtai nazardan baholash, ularning kuchli va zaif tomonlarini izlash, o'zgaruvchan sharoitlarda va yangi ma'lumotlarning paydo bo'lishida o'z faoliyatini tezda qayta qurish qobiliyati.

O'quvchida ijodkorlik ko'nikmasi taqlid orqali shakllanadi. O'quvchilarning takrorlash, taqlid qilish kabi faoliyatlari ijodkorlik ko'nikmalarining rivojlanishiga ko'maklashadi. O'quvchining ijodkorligi uning taqlid qilish uchun egallagan bilim va ko'nikmalariga tayanadi va uning masalalar yechish, topshiriqlarni bajarishdagi mustaqilligida namoyon bo'ladi.

O'z-o'zini rag'batlantirish va qat'iyatlilik ko'nikmasi

O'z-o'zini rag'batlantirish va qat'iyatlilik ko'nikmasi – bu shaxsning o'z oldiga maqsad qo'yib, ichki motivatsiya asosida unga erishish yo'lida to'xtamasdan harakat qilish, qiyinchiliklarga qaramasdan bardavom bo'lish va o'zini ruhlantira olish qobiliyatidir.

O'z-o'zini rag'batlantirish ko'nikmasi ichki motivatsiyani shakllantirish, ijobiy fikrlash, ma'naviy mukofotlar, maqsadni aniq qo'yish kabilarni o'z ichiga oladi. Agar o'quvchi mustaqil ravishda yangi mavzuni o'rganib, sinfda ko'proq qatnashishga intilsa, bu o'z-o'zini rag'batlantirish belgisidir.

Qat'iyatlilik ko'nikmasi esa muammolarni yengish, sabrlilik va bardoshlik, harakatsizlikdan saqlanish, o'z ustida ishlash kabilarda namoyon bo'ladi.

O'z-o'zini rag'batlantirish va qat'iyatlilik ko'nikmasi o'quvchilarda o'z ustida ishlash odatini shakllantiradi. Ularni mustaqil va mas'uliyatli shaxs sifatida tarbiyalaydi. Bundan tashqari, darsga va hayotiy maqsadlarga nisbatan ijobiy munosabat uyg'otadi hamda muvaffaqiyatsizliklardan cho'chimaslik, balki undan saboq olishni o'rgatadi.

Xulosa. Umumiy o'rta ta'lim muassasalarida hayotiy ko'nikmalar o'quvchilar o'zini rivojlantirishining murakkab tizimi sifatida "moslashuvchan" ko'nikmalarini shakllanishi uchun asos bo'lib hisoblanadi. "Moslashuvchan" ko'nikmalar insonda yuqori adaptiv salohiyat, ya'ni hayotining barcha sohalariga kirishib keta olishini va u yerda o'zini bandligini hamda muvaffaqiyatini ta'minlab beradi. Ular insonning hayot kechirish sifati va undan qoniqqanlik holatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Djurayev R.X va boshlaqalar. Pedagogik atamalar lug'ati. -T.: "Fan", 2008. – 198 bet.
2. Davletshin M.G. Umumiy psixologiya. T., 2002.
3. Maxsudova M. Muloqot psixologiyasi. – Toshkent: "Turon-Iqbol", 2006. – 120 bet.
4. O'zbek tilining izohli lug'ati. II jild. A.Madvaliyev tahriri ostida. – Toshkent: "O'zbekiston milliy ensiklopediyasi", 2006. -672 bet.
5. O'zbek tilining izohli lug'ati. V jild. A.Madvaliyev tahriri ostida. – Toshkent: "O'zbekiston milliy ensiklopediyasi", 2006. – 576 bet.

Duschanova Nilufar Sabirbayevna
Urganch RANCH texnologiya universiteti dotsenti, Pedagogika fanlari bo`yicha falsafa doktori(PhD)

ADABIY SAVODXONLIKNI SHAKLLANTIRISHDA NEYROPEDAGOGIK YONDASHUVLARNING ILMIY-NAZARIY ASOSLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada adabiy savodxonlikni shakllantirishda neyropedagogik yondashuvlarning nazariy va amaliy asoslari yoritilgan. Inson miyasida matnni o'qish va tushunish jarayonining neyropsixologik mexanizmlari hamda ularning ta'lim jarayoniga ta'siri tahlil qilingan. Shuningdek, individuallashtirish, shaxsga yo'naltirilganlik, tabiiylik va neyroplastiklik tamoyillarining adabiy ta'limda qo'llanishi o'quvchilarda tanqidiy fikrlash, ijodiy idrok va shaxsiy ma'no yaratish ko'nikmalarini rivojlantirishi ilmiy asoslab berilgan.*

Kalit so'zlar: *adabiy savodxonlik, neyropedagogika, neyropsixologiya, shaxsga yo'naltirilganlik, integratsiya, innovasion metodlar, tanqidiy fikrlash.*

НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ НЕЙРОПЕДАГОГИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ В ФОРМИРОВАНИИ ЛИТЕРАТУРНОЙ ГРАМОТНОСТИ

Аннотация. *В данной статье раскрываются теоретические и практические основы применения нейропедагогических подходов в формировании литературной грамотности. Анализируются нейропсихологические механизмы процесса чтения и понимания текста в человеческом мозге и их влияние на образовательный процесс. Подчеркивается, что применение принципов индивидуализации, личностной направленности, естественности и нейропластичности в литературном образовании способствует развитию у учащихся критического мышления, творческого восприятия и навыков личностного смыслообразования.*

Ключевые слова: *литературная грамотность, нейропедагогика, нейропсихология, личностно-ориентированный подход, интеграция, инновационные методы, критическое мышление.*

SCIENTIFIC AND THEORETICAL FOUNDATIONS OF NEUROPEDAGOGICAL APPROACHES IN THE FORMATION OF LITERARY LITERACY

Abstract. *This article examines the theoretical and practical foundations of applying neuropedagogical approaches in the development of literary literacy. It analyzes the neuropsychological mechanisms of reading and text comprehension in the human brain and their impact on the educational process. The study highlights that the application of principles such as individualization, learner-centeredness, naturalness, and neuroplasticity in literary education fosters the development of critical thinking, creative perception, and personal meaning-making skills among students.*

Keywords: *literary literacy, neuro-pedagogy, neuropsychology, learner-centered approach, integration, innovative methods, critical thinking.*

Matnni o'qish, tushunish va tahlil qilish jarayoni inson miyasida juda murakkab va ko'p bosqichli neyrofiziologik faoliyatlar majmuasini qamrab oladi. Bu jarayon miyaning turli sohalari – tilni qayta ishlash uchun mas'ul bo'lgan Broka va Vernike markazlari, ishlov beruvchi qismlar (frontal qavatlar), xotira va hissiyot uchun javobgar gippokamp va amigdala kabi tuzilmalarning uyg'un faoliyati bilan ta'minlanadi. Matnni o'qish paytida ko'z orqali vizual qabul qilingan axborot miyaning til markazlarida kodlanadi, tushunilgan so'z va ifodalar tarkibiy va ma'no jihatdan qayta ishlanadi. Shuningdek, o'quvchi matndagi mazmunni shaxsiy tajribasi, xotirasi, bilimlari bilan bog'laydi, bu esa gippokampning faoliyati bilan bog'liq.

Adabiy savodxonlikni shakllantirish va rivojlantirishda ta'lim jarayoniga ilmiy asoslangan neyropedagogik tamoyillarni integratsiya qilish muhim ahamiyatga ega. Chunki adabiy matnni o'qish, tushunish va tahlil qilish faqat lingvistik yoki metodik ko'nikmalarga emas, balki inson miyasining

qabul qilish, eslab qolish, his etish va ma'no yaratish qobiliyatiga ham bevosita bog'liq. Neyropedagogikada shakllangan tamoyillar – tabiatga muvofiqlik, individuallashtirish, shaxsga yo'naltirilganlik, neyroplastiklik va integrativlik kabi yondashuvlar adabiy ta'limda ham samarali qo'llanilishi mumkin. Ushbu tamoyillarni adabiy savodxonlikni rivojlantirishda mo'ljal sifatida qabul qilish ta'lim jarayonini nafaqat kognitiv, balki hissiy va ijtimoiy jihatdan ham boyitish imkonini yaratadi.

Adabiy savodxonlikni rivojlantirishda neyropedagogikaning asosiy tamoyillari – individuallashtirish, shaxsga yo'naltirilganlik, tabiiylik va neyroplastiklik – ta'lim jarayonini samarali tashkil etishda alohida o'rin tutadi. Bu tamoyillar o'quvchining shaxsiy xususiyatlari, psixologik holati, bilish qobiliyati va hissiy tafakkurini hisobga olgan holda o'qitishni nazarda tutadi.

Individuallashtirish tamoyiliga ko'ra, har bir o'quvchida adabiy matnni qabul qilish, tushunish va tahlil qilish jarayoni individual xarakterga ega. Bir o'quvchi tez va to'g'ri anglab, g'oyani chiqara olsa, boshqasi ehtimol empatik qabul orqali matnning hissiy-estetik mohiyatini teranroq his qiladi. Shunga ko'ra, adabiy savodxonlikni shakllantirishda o'quvchilarning bilish darajasi, tafakkur uslubi va hissiy qobiliyatiga mos yondashuvni tanlash zarur. Neyropedagogik texnologiyalar bu borada individual farqlarni hisobga oladigan differensial o'qitishni rivojlantirishga xizmat qiladi.

Shaxsga yo'naltirilganlik tamoyili esa o'quvchini ta'lim jarayonining markaziga qo'yish, uni faol ma'no yaratuvchi, fikrlovchi va baholovchi sub'yekt sifatida tarbiyalashni ko'zda tutadi. Adabiy savodxonlik faqatgina bilimni o'zlashtirish emas, balki shaxsiy munosabatni shakllantirish, fikr bildirish va badiiy tahlil orqali ichki dunyoni boyitishga qaratilgani uchun ham bu tamoyil ayniqsa dolzarbdir.

Tabiiylik tamoyili ta'lim jarayonining inson tabiatiga mos tarzda tashkil etilishini talab qiladi. Bu yerda so'z neyrofiziologik ritmlar, e'tiborning tabiiy faza almashinuvi, Emotsional sezgirlik, motorika va axborotni qabul qilish kanallarining faoliyatiga muvofiq darsni tuzish haqida bormoqda. Masalan, adabiy matnni o'qishdan oldin Emotsional tayyorgarlik qilish, real hayotdan misol keltirish, sukut va hissiy reaksiyalarga imkoniyat berish – barchasi tabiiylik tamoyilining ko'rinishlaridir.

Neyroplastiklik tamoyili inson miyasining o'zgarish va rivojlanish qobiliyatiga asoslanadi. Bu tamoyilga ko'ra, miyadagi neyron aloqalar doimiy ravishda yangilanib, ta'lim orqali yangi neyron yo'llar shakllanishi mumkin. Adabiy savodxonlikda bu - murakkab badiiy matnlarni bosqichma-bosqich o'rganish, tahlil qilish, izohlash va ular orqali fikr bildirish ko'nikmasini yaratish orqali amalga oshadi. Tajriba va mashqlar orqali o'quvchi matnni anglashda tobora faol va mustaqil sub'yektiga aylanadi.

Bu fikrlarni olimlardan biri N.V.Lazarev shunday tarzda umumlashtiradi: "Agar ta'lim miya faoliyatining tabiiy ritmlari, shaxsiy ehtiyojlari va bilish qobiliyatlariga muvofiq tashkil etilsa, bu o'quvchida uzoq muddatli, teran, idrok qilingan bilimlarni shakllantiradi". [3; 87]

Adabiy savodxonlikni rivojlantirishda integratsiyalangan o'quv muhitlari va neyrofleksiv yondashuvlar zamonaviy ta'limda muhim ahamiyat kasb etmoqda. Integratsiyalangan o'quv muhiti bu faqat darsxona bilan cheklanmagan, balki o'quvchining bilish, his qilish, muloqot qilish, muhokama olib borish va ijodiy faolligini jamlangan holda namoyon etuvchi kompleks ta'lim makonidir. Bunday muhitda adabiy savodxonlik nafaqat o'quv rejalariga muvofiq o'qitiladi, balki faol ishtirok, hissiy taassurot, multimedia texnologiyalar, guruhli tahlil va ijodiy vazifalar orqali boyitiladi.

Integratsiyalangan muhitda adabiy matnlar bilan ishlash jarayonida o'quvchilar faqat matnni o'qib tushunish bilan kifoyalanmaydilar, balki tasviriy san'at, musiqa, kino, ijtimoiy fanlar va psixologiya bilan bog'liq bilimlardan foydalangan holda matnning keng ma'no qirralarini anglay boshlaydilar. Bunday multidissiplinar yondashuv adabiy savodxonlikni chuqurlashtiradi, o'quvchida matn ortidagi kontekstni ko'ra olish va tahlil qilish qobiliyatini shakllantiradi.

Neyrofleksiv yondashuv esa ta'lim jarayonida o'quvchining ichki fikrlash jarayonlari, hissiy holati va shaxsiy tajribasini inobatga olgan holda o'zaro munosabat va anglash jarayonini boshqarishga asoslanadi. Adabiy matnni faqat bilish nuqtai nazaridan tahlil qilish yetarli emas; uni o'quvchi qanday qabul qilgani, qanday shaxsiy hissiyot uyg'otgani, qanday fikrlash va mulohazalarga olib kelgani ham o'quv jarayonining ajralmas qismiga aylanishi zarur. Bu yondashuv, ayniqsa, esse, shaxsiy tafsir, obrazlar orqali tahlil va ijodiy qayta yaratish mashg'ulotlarida o'zining samaradorligini ko'rsatadi.

Neyrofleksiv yondashuvda o'quvchida "o'zi o'qigan matnga nisbatan shaxsan fikr bildirishga qodir manba" sifatidagi holat shakllanadi. Miyadagi o'zlashtirish jarayonlari ham aynan ana shunday shaxsiy fikrlash va Emotsional ishtirok orqali mustahkamlanadi. Bu haqda nemis tadqiqotchisi X.Byuttner shunday yozadi: "Agar o'quvchi faqat matn mazmunini tushunib qolmasa, balki uni o'z dunyoqarashi bilan bog'lasa, u holda o'rganish jarayoni miyada neyrofiziologik jihatdan to'liq amalga oshadi". [4; 61]

Adabiy ta'limda neyropedagogik va psixolingvistik yondashuvlarni uyg'un holda qo'llash ta'lim jarayonining samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Chunki adabiy savodxonlikning shakllanishi faqatgina lingvistik bilimlarga emas, balki insonning bilish faoliyati, nutqiy qobiliyati, hissiy-estetik qabul qilish jarayonlariga ham bog'liq. Neyropedagogika ta'lim jarayonini miya faoliyati va kognitiv mexanizmlar asosida tashkil etishga qaratilgan bo'lsa, psixolingvistika bu jarayonda til va nutqning ongda qanday shakllanishi va faoliyatga aylanishini o'rganadi. Shu bois, ushbu ikki yondashuvni adabiy ta'limda birgalikda qo'llash o'quvchining badiiy matn bilan chuqur, ma'noli va faol muloqotga kirishishini ta'minlaydi.

Adabiy matn bilan ishlash jarayonida o'quvchi faqat so'zlarni o'qib chiqmaydi, balki har bir so'z ortidagi hissiy va badiiy yuklamani, obraz va g'oyani ham idrok etadi. Bu jarayonda til funksiyalari nutq faolligiga aylanadi, ya'ni o'quvchi o'z ongida tushungan ma'noni qayd etadi, mulohaza yuritadi, fikr bildiradi. Nutq faolligi esa miyadagi neyron tarmoqlar faollashuvi orqali amalga oshadi, bu esa neyropedagogik yondashuvlar bilan chuqur uyg'unlik kasb etadi.

Shu bois adabiy savodxonlik bu faqat tilni bilish emas, balki ma'no yarata olish qobiliyatidir. Bunday qobiliyatning rivojlanishi uchun neyropsixologik mexanizmlarni hisobga olgan holda mashg'ulotlar tashkil etilishi zarur: masalan, matndagi so'zlarning hissiy ta'sirini aniqlash, qahramon nutqini tahlil qilish, ichki monolog va dialoglar orqali fikrni sharhlash, o'zining shaxsiy munosabatini verbal ifoda etish kabi mashqlar bunga xizmat qiladi.

Mazkur jarayonlar haqida fransiyalik neyropsixolog S. Deleiz shunday xulosa chiqaradi: "Ma'no yaratish jarayoni miyada so'zlarning izchil tarzda uyushishi, shaxsiy tajriba bilan uyg'unlashishi va hissiy munosabat orqali mustahkamlanishi bilan kechadi. Bu jarayon ongda so'zdan ruhiy taassurotgacha bo'lgan to'liq zanjirni qamrab oladi". [5; 106] Shu nuqtai nazardan, adabiy savodxonlikni shakllantirishda til va nutqning neyropsixologik asoslarini hisobga olgan holda mashg'ulotlarni tashkil etish o'quvchining nafaqat tushunish, balki shaxsiy ma'no yaratish, fikrlash va badiiy idrok qobiliyatini rivojlantiradi. Bu esa adabiy ta'limni shaxsga yo'naltirilgan, ta'sirchan va samarali jarayonga aylantiradi.

Badiiy matnlar bilan ishlash jarayonida til va miya o'rtasidagi uzviy munosabat adabiy savodxonlikni shakllantirishning asosiy neyropsixologik mexanizmi hisoblanadi. Chunki badiiy matn shunchaki ma'lumotlar yig'indisi emas, balki ma'no, hissiyot, obraz va g'oyalar tizimidir. Ularni idrok etish, anglash va shaxsiy munosabat shakllantirish uchun til orqali berilgan axborot miyada teran kognitiv va Emotsional qayta ishlovdan o'tadi. O'quvchi matnni o'qiganda, miyaning tilni qabul qilish, semantik tarmoqlarni faollashtirish, qiyoslash, umumlashtirish, hissiy munosabat bildirish kabi jarayonlari hamkorlikda ishlaydi. Miyada kechadigan ushbu jarayonlar orqali so'zlar mazmunga aylanadi, mazmunlar g'oyaga, g'oyalar esa shaxsiy xulosaga olib keladi. Shu nuqtai nazardan, badiiy matnlar bilan ishlash jarayonida til va miyaning uyg'unligi o'quvchining adabiy savodxonlik darajasini aniqlovchi asosiy omillardan biriga aylanadi. Bu fikrni tadqiqotchi B.S.Ramazanov quyidagicha ifoda etadi: "Inson miyasi til orqali faollashadi, til orqali fikrlaydi, tushunadi va hulosa qiladi. Badiiy matnda esa til faqat ma'lumot vositasi emas, balki hissiyot va g'oyani anglash vositasidir". [6; 49]

Adabiy savodxonlikni shakllantirishda an'anaviy metodik yondashuvlar bilan bir qatorda, neyropedagogik integratsiyani joriy etish zamonaviy ta'lim talablariga mos innovasion yo'nalish sifatida qaralmoqda. Neyropedagogika va adabiy savodxonlikning metodologik birligi o'quv jarayonida shaxsning bilish faoliyati, hissiy tafakkuri, nutqiy qobiliyati va ma'naviy rivojlanishini kompleks tarzda ta'minlash imkonini yaratadi. Bu integratsiya ta'limni shaxsga yo'naltirilgan, ilmiy asoslangan va neyropsixologik mexanizmlarga muvofiq holda tashkil qilishga imkon beradi. Shu nuqtai nazardan, neyropedagogik yondashuvlarni adabiy savodxonlik metodologiyasiga tatbiq etishning ta'siri,

afzalliklari va kelgusidagi ilmiy-amaliy istiqbollari alohida tahlilni talab etadi. Neyropedagogik integratsiyaning adabiy savodxonlik metodologiyasiga ta'siri, eng avvalo, tahlil va baholash usullarining yangilanishida namoyon bo'lmoqda. Tradision adabiy ta'limda tahlil asosan muallifning niyatini aniqlash, syujet va obrazlar tizimini tavsiflash, badiiy vositalarni sanab o'tishga qaratilgan bo'lsa, zamonaviy yondashuvlar bu jarayonni o'quvchining individual idroki, shaxsiy munosabati va ma'no yaratish faoliyatini hisobga olgan holda qayta tashkil etishni talab qilmoqda. Neyropedagogik yondashuvga tayanilganda, adabiy matnni tahlil qilish faqat akademik bilimlar orqali emas, balki kognitiv va hissiy faollik, nutqiy ifoda, mulohazaviy fikrlash, hamda shaxsiy interpretatsiya bilan chuqur bog'lanadi.

Neyropedagogik integratsiya asosida adabiy ta'limda innovasion yondashuvlarni shakllantirish imkoniyatlari kengaymoqda. An'anaviy dars formalarida adabiy matnni tushuntirish, tayyor bilimni berish va nazariy qoidalarni o'zlashtirish ustuvor o'rin egallagan bo'lsa, zamonaviy yondashuvlar o'quvchining shaxsiy ongida ma'no yaratish jarayonini faollashtirishga qaratilmoqda. Buning uchun esa ta'lim jarayonida neyropedagogik, kognitiv, psixolingvistik va axborot-kommunikasion texnologiyalar uyg'unlashtirilgan holda tatbiq etilishi zarur. Bunday yondashuvlar adabiy savodxonlikni faqat bilim va tahlil darajasida emas, balki shaxsiy pozisiya, ijtimoiy muloqot va ijodiy ifoda vositasi sifatida ham shakllantirishga xizmat qiladi.

Innovasion yondashuvlarga interaktiv tadqiqotli o'qish, matnni tajriba asosida qayta yaratish (kreativ perefraz), rolli o'yinlar, audiovizual tahlil, multimodal baholash, emosiyaviy-estetik idrokni qo'zg'atuvchi mashg'ulotlar, tanqidiy o'ylash texnologiyalari va STEM-elementlar bilan integratsiyalangan o'quv faoliyatlari kiradi. Masalan, adabiy matndagi badiiy voqeani neyroasoslangan ssenariy orqali sahnalashtirish, personaj nuqtai nazaridan Emotsional monolog tayyorlash, vizual yoki audiotahlil orqali mazmunni qayta ifodalash kabi mashqlar neyropedagogik yondashuvlar asosida tashkil qilinadi. Bu metodlar o'quvchining miya faoliyatini ko'p kanalli stimullar orqali faollashtiradi, xotira, diqqat, hissiy sezgirlik va ijodkorlikni rivojlantiradi.

Bunday innovasion modellarning joriy etilishi, avvalo, adabiy savodxonlikni jonli, tajribaga asoslangan va shaxsga yo'naltirilgan jarayonga aylantiradi. Shu bilan birga, zamonaviy talablarga mos, ya'ni raqamli savodxon, tanqidiy fikrlovchi, axborotni saralab qabul qila oladigan, ijtimoiy muloqotga kirisha oladigan, ma'naviy ongi yetuk faol shaxsni shakllantirish imkonini yaratadi. Adabiy ta'limda innovasion yondashuvlarning faol tatbiqi nafaqat metodologik asoslarga tayanib, balki ta'limning ijtimoiy-madaniy funksiyalarini ham to'liq amalga oshirishga imkon beradi. Bu esa neyropedagogikaning adabiy savodxonlik metodologiyasiga ta'sirining eng muhim istiqbollaridan biridir.

Xulosa sifatida aytish mumkinki, adabiy savodxonlikni shakllantirishda neyropedagogik tamoyillar – individuallashtirish, shaxsga yo'naltirilganlik, tabiiylik va neyroplastiklik muhim ahamiyat kasb etadi. Ularning qo'llanishi o'quvchilarda tanqidiy fikrlash, ijodiy idrok va shaxsiy ma'no yaratish ko'nikmalarini rivojlantiradi. Shuningdek, integratsiyalangan muhit va innovasion metodlardan foydalanish ta'lim jarayonini samarali tashkil etishga xizmat qiladi hamda o'quvchi shaxsini har tomonlama rivojlantirish imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Рамазанов Б.С. Бадиий нутқни ўргатишнинг психологик-дидактик асослари. – Тошкент: Фан, 2010, б. 49.
2. Выготский Л.С. *Мышление и речь.* – Москва: Педагогика, 1982.
3. Rosenblatt L. *Literature as Exploration.* – New York: Modern Language Association, 1998.
4. Freire P. *Pedagogy of the Oppressed.* – New York: Continuum, 2015.
5. Тўхлиев Б. Адабиёт ўқитиш методикаси. – Т.: Янги аср авлоди, 2006. – 152 б. 116.
6. Сафо Матчон. Китоб ўқишни биласизми?- Т.; Ўқитувчи,1993, 160 б.

Nekiyeva Umida Nematovna,
Buxoro davlat pedagogika instituti Pedagogika nazariyasi va tarixi mutaxassisligi magistri
E-mail. umidanematovna9767@gmail.com

Raximova Feruza Farxodovna
BuxDPI Pedagogika nazariyasi va tarixi mutaxassisligi magistri
E-mail. raximovaferuza.98.504@gmail.com

OLIY TA'LIMDA KREATIV YONDASHUV ASOSIDA INNOVATSION FAOLIYATGA TAYYORLASHDA PEDAGOGIK FANLARNI O'QITISHNING ASOSIY VA YORDAMCHI SHAKLLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada oliy ta'limda kreativ yondashuv asosida bo'lajak pedagoglarni innovatsion faoliyatga tayyorlash masalalari yoritilgan. Pedagogik fanlarni o'qitishda asosiy va yordamchi shakllarni samarali qo'llashning talabalarda kreativlik, mustaqillik va innovatsion fikrlashni shakllantirishdagi o'rni, ta'lim metodlari o'zlashtirish darajasiga ko'ra 4 guruhi tahlil qilingan. Tadqiqot natijalari asosida kreativ metodlar o'qitish sifatini oshirish, ijodiy salohiyatni rivojlantirishda muhim omil ekani asoslab berilgan.*

Kalit so'zlar: *innovatsiya, innovatsion jarayon, innovatsion faoliyat, kreativlik, kreativ yondashuv, interfaol metod, ta'lim jarayoni, pedagogik kompetensiya, oliy ta'lim, ta'lim shakllari, interfaol metodlar.*

PRIMARY AND SUPPLEMENTARY FORMS OF TEACHING PEDAGOGICAL SUBJECTS IN PREPARING FOR INNOVATIVE ACTIVITY THROUGH A CREATIVE APPROACH IN HIGHER EDUCATION

Annotation. *This article addresses the issues of preparing future teachers for innovative activity based on a creative approach in higher education. It analyzes the role of effectively applying primary and supplementary forms of teaching pedagogical subjects in shaping students' creativity, independence, and innovative thinking. The study also classifies students into four groups based on their level of mastery of teaching methods. The research findings confirm that creative methods are a significant factor in improving the quality of education and fostering creative potential.*

Keywords*: innovation, innovation process, innovative activity, creativity, creative approach, interactive methods, educational process, pedagogical competence, higher education, forms of instruction, interactive techniques.*

ОСНОВНЫЕ И ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ ФОРМЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН В ПОДГОТОВКЕ К ИННОВАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ОСНОВЕ КРЕАТИВНОГО ПОДХОДА В ВЫСШЕМ ОБРАЗОВАНИИ

Аннотация. *В данной статье рассматриваются вопросы подготовки будущих педагогов к инновационной деятельности на основе креативного подхода в системе высшего образования. Проанализирована роль эффективного использования основных и вспомогательных форм преподавания педагогических дисциплин в формировании у студентов креативности, самостоятельности и инновационного мышления, а также рассмотрено распределение студентов по четырем группам в зависимости от уровня усвоения образовательных методов. Результаты исследования подтверждают, что креативные методы являются важным фактором повышения качества преподавания и развития творческого потенциала.*

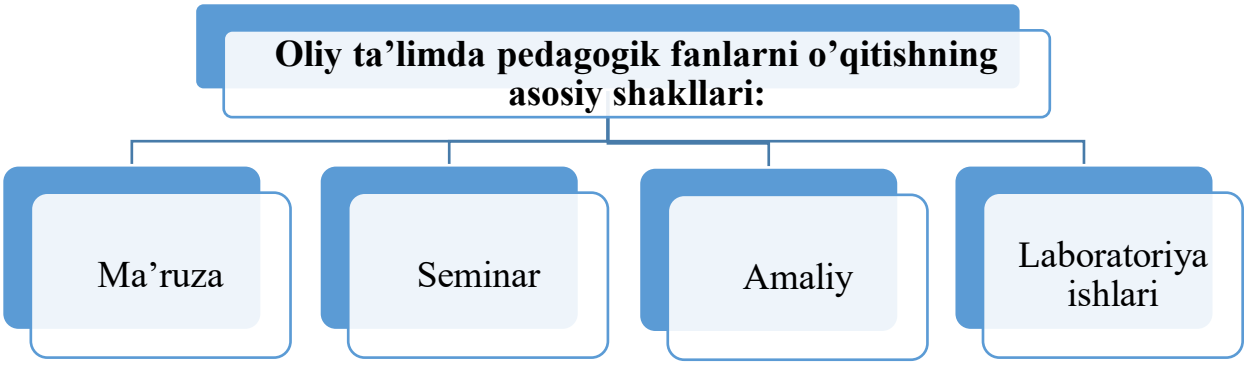
Ключевые слова*: инновация, инновационный процесс, инновационная деятельность, креативность, креативный подход, интерактивные методы, образовательный процесс, педагогическая компетентность, высшее образование, формы обучения, интерактивные методики.*

Kirish. Bugungi kunda oliy ta'lim tizimida ta'lim sifatini oshirish, talabalarning ijodiy salohiyatini rivojlantirish va ularni innovatsion faoliyatga tayyorlash dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Xususan, pedagogik fanlarni kreativ yondashuv asosida o'qitish nafaqat bilim berish, balki talabalarda yangicha fikrlash, muammoli vaziyatlarda mustaqil qaror qabul qilish va ijodiy

faoliyat yuritish ko'nikmalarini shakllantirish imkonini beradi. Asosiy va yordamchi o'qitish shakllarini samarali qo'llash esa bu jarayonni samarali tashkil etishning muhim omillaridan biridir.Bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyalarini innovatsion yondashuvlar asosida shakllantirish ta'lim tizimining asosiy vazifalaridan biri bo'lib, jahon miqyosida ta'lim sifati va samaradorligini oshirishga bo'lgan ehtiyoj ortib borayotgan bir davrda, pedagogik jarayonni yangicha qarashlar, kreativ va interfaol metodlar va ilg'or texnologiyalar bilan boyitish muhim ahamiyat kasb etadi. Shuning uchun bo'lajak o'qituvchilarni kreativ yondashuv asosida innovatsion faoliyatga tayyorlash zarurati dolzarb masalalardan biri bo'lib qolmoqda.

Tadqiqot metodologiyasi va adabiyotlarning tahlili. Mazkur yo'nalishda olib borilgan ilmiy izlanishlar tahlili shuni ko'rsatadiki, Jo'rayeva M.I. [4], Maxmudov M.J.[7], Shaxnoza Samiyeva [10], Dilshoda Ko'makova [6] kabi olimlar tomonidan pedagogik jarayonda kreativlikni shakllantirish, innovatsion yondashuv asoslari, talabalarda ijodiy salohiyatni oshirish usullari keng o'rganilgan. Maxmudov M.J. talabalarning innovatsion tafakkurini shakllantirishda kreativ metodlardan foydalanishning ahamiyati hamda Kreativ yondashuv asosida talabalarning kompozitsion qobiliyatlarini rivojlantirish metodikasini takomillashtirishni alohida ta'kidlagan bo'lsa, Ko'makova D. [6] bo'lajak pedagoglarni mustaqil ta'lim va innovatsion faoliyatga tayyorlashning zamonaviy yondashuvlariga e'tibor qaratib, Samiyeva Sh.X. [10] bo'lajak o'qituvchilarni kreativ yondashuv asosida pedagogik faoliyatga tayyorlashning tarixiy-pedagogik shart-sharoitlarini tahlil qiladi, Jo'rayeva M.I. integrativ yondashuv orqali kreativlikni rivojlantirish va talabalarda kreativ qobiliyatini shakllantirishda integrativ yondashuvning o'rniga urg'u beradi.

Bo'lajak o'qituvchilarni innovatsion faoliyatga tayyorlash ularning kasbiy rivojlanishiga bevosita ta'sir qiladi. Zamonaviy o'qituvchi talabalarga mustaqil izlanish olib borish, muammolarga yechim topishda va kreativ fikrlash bo'yicha yo'l-yo'riq ko'rsatadigan yetakchi sifatida namoyon bo'lishi lozim. Shu sababli, innovatsion pedagogik texnologiyalar, interfaol metodlar va kreativ ta'lim vositalaridan samarali foydalanish bugungi kunda ta'lim tizimi oldida turgan muhim vazifalardan biridir. Shu sababli bugungi kunda bo'lajak o 'qituvchilarni kreativ yondashuv asosida innovatsion faoliyatga tayyorlashga bo'lgan talab yuqorilab, dars samaradorligini oshirish, darsni sifatli va kreativ tashkil qilishga muhim e'tibor qaratishni taqazo qilmoqda (1-rasmga qarang).



1-rasm. Oliy ta'limda pedagogik fanlarni o'qitishning asosiy shakllari

Bugungi kunda oliy ta'limda kreativ yondashuv asosida innovatsion faoliyatga tayyorlashda pedagogik fanlarni o'qitishning asosiy va yordamchi shakllariga to'xtalib o'tib, ulardan innovatsion faoliyatga tayyorlash jarayonida samarali usullarni tanlab, olib tahlil qilishni taqazo qiladi.

Ayniqsa, bo'lajak o'qituvchilarni innovatsion faoliyatga tayyorlash jarayonida ma'ruza, seminar, amaliy mashg'ulotlarning ma'lum bir turlaridan foydalanilsa, dars yanada sifatli va qiziqarli bo'libgina qolmay, dars samaradorligi yanada oshadi (1-jadvalga qarang).

1-jadval

Oliy ta'limda pedagogik fanlarni o'qitishning asosiy shakllari va turlari

№	Oliy ta'limda pedagogik fanlarni o'qitishning asosiy shakllari	Turlari

1	**Ma'ruza**	Yo'naltiruvchi ma'ruza Axborotli ma'ruza Anjuman ma'ruza Muammoli ma'ruza Ma'ruza-munozara Konspektli ma'ruza Maslahat-ma'ruza Binar-ma'ruza Vizual (virtual) ma'ruza Ma'ruza-dialog Refleksiv ma'ruza Vositaviy ma'ruza Xatolarga asoslangan ma'ruza Ma'ruza-tadqiqot
2	**Seminar**	Kursni chuqurlashtirib o'rganishga yo'naltirilgan seminarlar Muayyan mavzuni o'rganishga qaratilgan seminarlar Ilmiy izlanishga yo'naltirilgan seminarlar Seminar -treninglar
3	**Amaliy mashg'ulot**	1. Maqsadiga ko'ra: - O'quv-amaliy mashg'ulotlar - Tadqiqot-amaliy mashg'ulotlar - Nazorat-amaliy mashg'ulotlar 2. Mustaqillik darajasiga ko'ra: - O'qituvchi boshchiligida o'tkaziladigan mashg'ulotlar - Qisman mustaqil mashg'ulotlar - To'liq mustaqil mashg'ulotlar
4	**Laboratoriya ishlari**	1. Mashg'ulotning maqsadiga ko'ra: - Tadqiqot laboratoriya mashg'ulotlari - O'quv laboratoriya mashg'ulotlari - Nazorat laboratoriya mashg'ulotlari 2. O'tkazilish shakliga ko'ra: - Individual laboratoriya mashg'ulotlari - Guruhiy laboratoriya mashg'ulotlari - Frontal laboratoriya mashg'ulotlari 3. O'quvchilarning ishtirok darajasiga ko'ra: - Ko'rgazmali laboratoriya mashg'ulotlari - Qisman izlanish laboratoriya mashg'ulotlari - To'liq izlanish laboratoriya mashg'ulotlari

Ma'ruza mashg'ulotlarining muammoli, ma'ruza-munozara, binar ma'ruza, vizual (virtual) ma'ruza, ma'ruza-dialog turlaridan foydalanish orqali bugungi kunda dars jarayonlari davomida talabalarning kreativligini yanada oshirish, shu bilan bir qatorda innovatsion faoliyatga tayyorlash davomida muammolarga yangi va eng maqbul yechimlarni topish uchun nostandart yondashuvlarni rivojlantirish imkonini beradi. Bo'lajak o'qituvchilarda yuqoridagi ma'ruza turlaridan foydalangan holda, an'anaviy yondashuv va qarashlardan uzoqlashib, yangilik yaratish ko'nikmalarini shakllantirish mumkin. Ayniqsa ma'ruza munozara turi orqali talabalar o'zaro va pedagog bilan turli ilmiy qarashlarni ilgari suradigan munozaralarni tashkil qilish orqali har qanday mavzuni chuqur tahlil qilish orqali o'rganish imkoniyatiga ega bo'ladilar.

Seminar mashg'ulotlari zamonaviy ta'lim tizimida keng qo'llanilib kelinayotgan mashg'ulot turi bo'lib, kursni chuqurlashtirib o'rganishga yo'naltirilgan seminarlar, muayyan mavzuni o'rganishga qaratilgan seminarlar, ilmiy izlanishga yo'naltirilgan seminarlar, seminar -treninglar kabi turlari orqali jamoa bo'lib ishlash ko'nikmalari, tanqidiy va kreativ fikrlash, moslashuvchanlik, loyihalarni rejalashtirishda ijodkorona yondashuv shakllantiriladi.

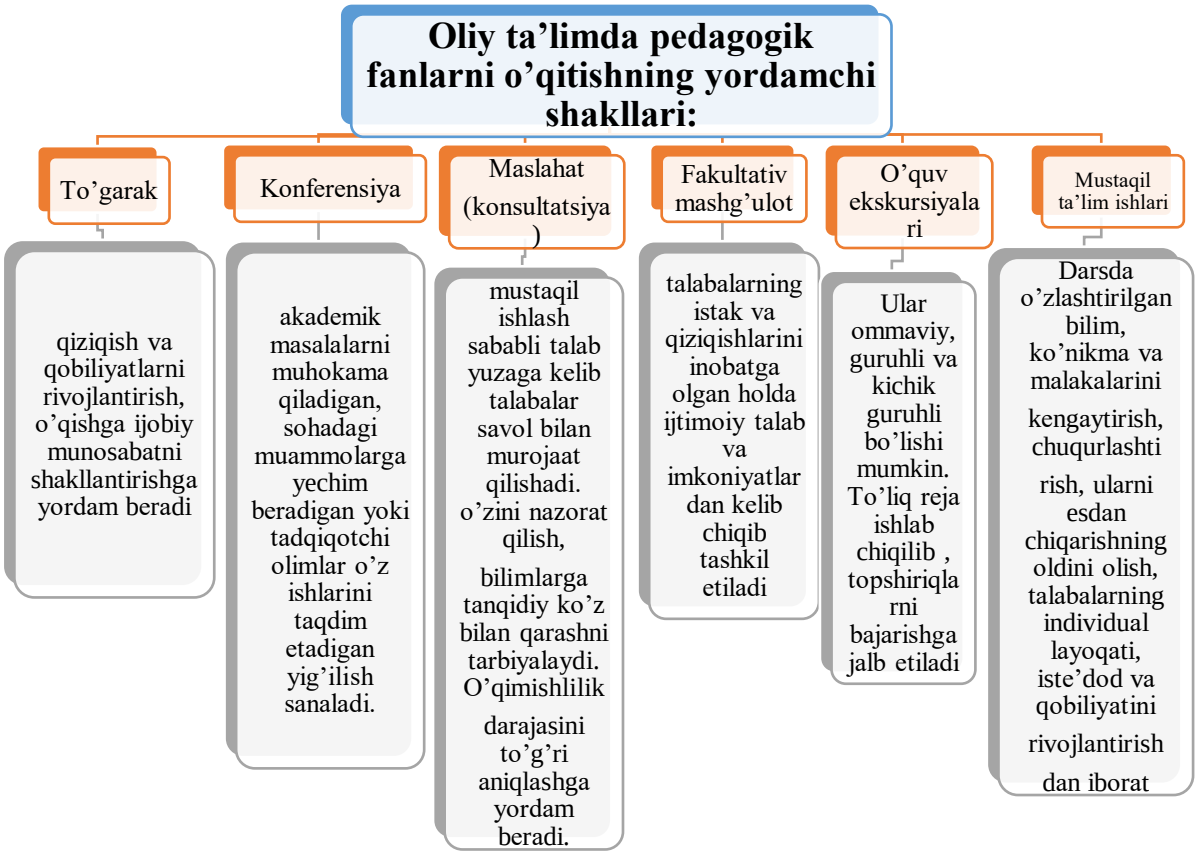
Shu bilan bir qatorda seminar mashg'ulotlarida har bir talaba faol ishtirok etadi hamda o'zining fikrlarini bayon qilib unga ijobiy va tanqidiy fikrlarni tinglab, har bir fikrni muhokama qilish orqali o'z fikrini ma'qullashi yokida qisman o'zgartirishi mumkin.

Amaliy mashg'ulot darslari o'qituvchi boshchiligida, qisman va to'liq mashg'ulotlarga ajratilib, o'quv amaliy mashg'uloti va tadqiqot amaliy mashg'uloti shakllarida tashkil qilinib, bu orqali talabalarda yangi texnologiyalarni o'rganish va ulardan amaliyotda foydalanishga o'rgatish va turli texnik vositalardan foydalanish ko'nikmalarini shakllantirish mumkin.

Laboratoriya mashg'ulot darslari davomida talabalar individual va guruh shaklida ishtirok etib, ko'rgazmali, qisman va to'liq izlanishli turlaridan foydalanib, innovatsion loyihalarni rejalashtirish, ularni muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun zarur bo'lgan ko'nikmalarni shakllantira oladilar. Mustaqil tarzda o'rganishlarini hisobga olib, ularda mutlaqo o'z kreativ qobiliyatlarini ishga solish va yangilik yaratish imkoni paydo bo'ladi.

2-rasm. Oliy ta'limda pedagogik fanlarni o'qitishning yordamchi shakllari

O'qitishning asosiy shakllarining turlarini to'g'ri tanlash orqali ma'ruza, seminar, amaliy mashg'ulotlar yoki laboratoriya mashg'ulotlarining ham turlari va bunga mos metod va vositalarni



tanlash bugungi o'qituvchidan nafaqat ilmiy bilimlarni balki kreativlik qobiliyatini ham talab qiladiki, shu asosida dars davomida ma'lum bir metodni qo'llash, unga o'zgartirish kiritish, yoki butunlay o'zgartirib yangilik sifatida tadbiq etish imkonini beradi. Bu jarayonda talabalardan kutilayotgan harakatlar esa darsda faollikni oshirish, yangiliklarga moslashuvchanlik qobiliyatlarini rivojlantirib borish va ularni dars davomida namoyon etishdan iborat bo'lib hisoblanadi. Shu jumladan, o'qitishning yordamchi shakllari ham talabalardagi kreativlikni rivojlantirishda va shu yondashuv asosida yangilik yaratish va innovatsion faoliyatni tashkil qilishda asos bo'lib xizmat qiladi. Ayniqsa oliy ta'limda mustaqil ta'limning roli kreativlikni oshirish va innovatsion faoliyatga tayyorlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Mustaqil ta'lim topshiriqlari orqali talabalarni yanada kreativ fikrlashga undash bilan birga har bir topshiriqni innovatsion texnologiyalardan foydalangan holda bajararishni talab qiladi (2-rasmga qarang).

Darsdan tashqari tarbiyaviy jarayonlarni tashkil etiladigan fan to'garaklari sport, san'at to'garaklari, kasbga yo'naltiruvchi to'garaklar talaba-yoshlarni iqtidori va layoqatini o'stirish, bo'sh vaqtini mazmunli o'tkazish, kasbiy layoqatini shakllantirishga qaratilgan tarbiyaviy jarayon bo'lib, har bir ta'lim muassasasiga darsdan tashqari mashg'ulot sifatida o'quv soatlari ajratilgan. To'garaklarning asosiy maqsadi ta'lim oluvchilarning individual layoqatini o'stirish va innovatsion faoliyatga tayyorlashdan iborat.

Ilmiy-amaliy oliy ta'lim muassasalarida o'tkaziladigan ta'lim shakllaridan biri bu ilmiy amaliy konferensiyalardir. Konferensiyalarning asosiy maqsadi ta'lim oluvchilarni ilm-fan yutuqlaridan xabardor qilish, ilmiy-amaliy izlanishlar olib borishda imkoniyatlar yaratish, akademik darajasini o'stirishda ilmiy-nazariy jihatdan xizmat qiladigan ta'lim shakli hisoblanadi. Konferensiyalar kafedra o'quv rejasiga kiritilishi, bir yilda kamida bitta respublika miqyosida o'tkazilishi lozim. Konferensiyada talabalar o'zlarining ilmiy-tadqiqiy ishlarini nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilib borishi mumkin (maqola, tezis, ma'ruza shaklida). Konferensiyalarning ko'lamiga ko'ra xalqaro, respublika, ilmiy-amaliy darajadagi konferensiyalar kabi turlari mavjud.

Maslahatlar (konsultatsiya) darsdan tashqari talabalarga mustaqil ishlashi, ilmiy ishlarni amalga oshirish jarayonida maslahatchi tomonidan uslubiy yordam ko'rsatilishi talabalarning kurs ishlari, mustaqil ta'lim ishlarini, magistrlik ishlarini, doktorlik dissertatsiyalarini yozishda, tadqiqot ishlarini ilmiy tahlil qilishda ularga ilmiy amaliy metodik yo'l yo'riqlar ko'rsatish, maslahat (konsultatsiya) soatlarida amalga oshiriladi. Bular ham ta'lim muassasalarida darsdan tashqari o'quv mashg'uloti sifatida kiritilgan.

Fakultativ mashg'ulotlar - oliy o'quv yurtlari talabalari uchun nazariy bilimlarni kengaytirish hamda chuqurlashtirish maqsadida o'tiladigan majburiy bo'lmagan mashg'ulot turi bo'lib, fakultativ mashg'ulotlar fan, texnika va madaniyatning eng yangi muammolari, shuningdek, biror o'quv fanini o'rganish davomida talabalarni qiziqtirayotgan mavzu yoki bo'lim yuzasidan tashkil etiladi. Tavsiya etilayotgan fakultativ kurslarning taxminiy ro'yxati, odatda, o'quv rejalarida aks etadi. Oliy o'quv yurtlarining ilmiy kengashlari talabalar qiziqishlari hamda mintaqaviy ehtiyojlardan kelib chiqqan holda fakultativ mashg'ulotlarni tashkil etish huquqiga egadirlar.

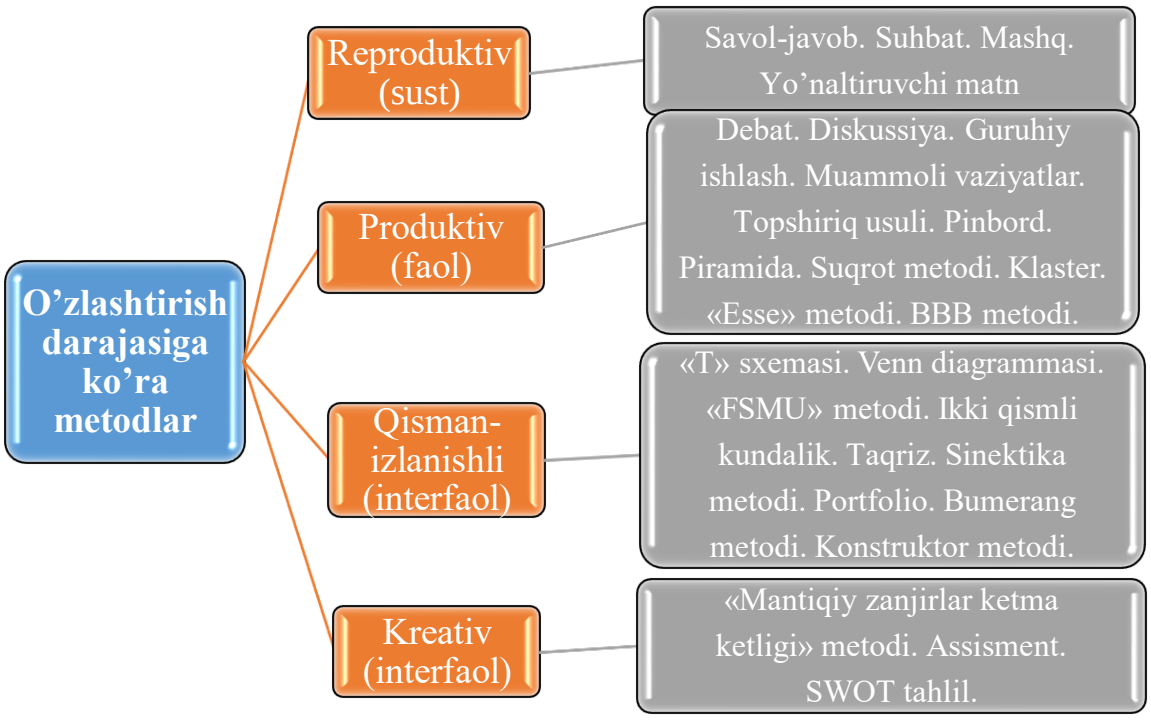
O'quv ekskursiyalari OTMlarda talabalarning nazariy mashg'ulotlarida olgan bilimlarini amaliy tahlil qilish maqsadida fan doirasida sayyor darslar tashkil etilishi, ta'limiy maqsadni amalga oshirish uchun turli ekskursiyalar, uy muzeylari, tarixiy muzeylarda tashkil qilinadi. O'quv ekskursiyalarining asosiy maqsadi nazariy mashg'ulotlarni amaliy tahlil qilish, ilmiy izlanishlar olib borish va tadqiq qilishdan iborat.

Bugungi kunda oliy ta'lim muassasalarida baholash kredit modul tizimida amalga oshirilib dars soatlari tarkibiga mustaqil ta'lim topshiriqlari kiritiladi.

Mustaqil ta'lim - o'quv materialini mustaqil o'zlashtirish, murakkablik darajasi turlicha bo'lgan topshiriqlar, amaliy vazifalarni auditoriya hamda auditoriyadan tashqarida ijodiy va mustaqil bajarish asosida nazariy bilim, amaliy ko'nikma va malakalarni shakllantirishga qaratilgan tizimli faoliyatdir.

Tahlil va olingan natijalar Dars jarayonlarini qiziqarli va yanada sifatli tashkil etilishi uchun ta'lim metodlaridan foydalanishni taqazo etadi. Shu jumladan, ta'lim metodlari o'zlashtirish darajasiga ko'ra 4 guruhga bo'linadi. O'z navbatida bu metodlarni birini boshqasisiz qo'llab bo'lmaydi. Chunki, metodlarning darajasiga ko'ra sust metodlarni o'zlashtirib, ularni darsda faol foydalanishga tadbiq etmasdan turib, interfaol metodlarni qo'llash yuqori samaradorlikka to'sqinlik qilishi mumkin.

Har bir jarayonni bosqichma-bosqich holda tashkil etish, avvalo har bir metodni auditoriya imidji va o'zlashtirish darajasiga moslab qo'llash natijasida ularni faol tadbiq etilsa yanada samaraliroq bo'ladi. (3-rasmga qarang).



3-rasm. O'zlashtirish darajasiga ko'ra metodlar

Ta'lim metodlarini tanlashda zamonaviy yondashuvlarga asoslanib ularni quyidagicha tahlil qilish va tasniflashimiz mumkin:

1. Reproduktiv (sust) metodlar bilish, tushunishga qaratilgan bo'lib savol-javob, suhbat, mashq, yo'naltiruvchi matn kabilar misol bo'ladi. Ma'ruza mashg'ulotlarida asosan talabalar yangi bilimlarni egallash jarayonida tinglash, tushunish va uni tahlil qilishga e'tiborlarini qaratadilar. Shu sababli reproduktiv metodlar ma'ruza darslari jarayonida keng qo'llaniladi va bu jarayonda ko'proq samara beradi.

2. Produktiv (faol) metodlar bilish tushunish va qo'llashga yo'naltirilgan bo'lib, bularga debat, diskussiya, guruhiy ishlash, muammoli vaziyatlar, topshiriq usuli, pinbord, piramida, Suqrot metodi, klaster, esse metodi, BBB metodi kiradi. Asosan bu metodlarni ma'ruza turlariga qarab foydalanilsa talabalarning dars jarayoni davomida faolligini oshirishga xizmat qiladi.

3. Qisman izlanishli (interfaol) metodlar bilish, tushunish, qo'llash, analiz, sintezga qaratilgan bo'lib, T sxemasi, Venn diagrammasi, FSMU metodi, ikki qismli kundalik, taqriz. sinektika metodi, portfolio, bumerang metodi, konstruktor metodlari misol bo'ladi. Seminar va amaliy dars mashg'ulotlari davomida yuqoridagi metodlardan foydalanish orqali talabalarni mustaqil fikrlash, o'z fikrini erkin bayon etish, o'rgangan yangi bilimlar va mavzuga aloqador ma'lumotlarni tahlil qilib, ularni taqqoslab, turlarga ajratish ko'nikmasini shakllantiradi.

4. Kreativ (interfaol) metodlar bilish, tushunish, qo'llash, analiz, sintez, baholashni rivojlantirishga qaratilgan bo'lib, misol tariqasida mantiqiy zanjirlar ketma-ketligi metodi, assisment, SWOT tahlilni keltirish mumkin. Yuqoridagi metodlar orqali esa kreativlikni oshirish, olingan bilimlarni amaliyotda bevosita qo'llay olish va shu bilan bir qatorda yangicha yondashuvlar asosida ma'lumotlarni tahlil qilish, yangilik yaratish imkonini beradi.

Munozara. Olib borilgan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, ta'limning shakli va metodlarini to'g'ri tanlash ahamiyatli bo'lgani kabi ta'lim vositalarini ham o'z o'rnida va muvofiq tarzda qo'llash zarur. Har bir ta'lim vositasini uning turlarga bo'linishi klassifikatsiyani yaratib, shunga asosan yondashilganda vositalarning qo'llanishi yanada muvaffaqiyatli natijaga erishishga xizmat qiladi. Dars shakliga va talabalarning qiziqishlarini inobatga olgan holda vositalarni tanlash va ularni dars jarayonida bevosita qo'llash innovatsion faoliyatni tashkil qilishning ajralmas bir qismi

bo'lib hisoblanadi. Bundan kelib chiqadiki, zamonaviy pedagog kadrlar pedagogik faoliyati davomida darsni samarali va qiziqarli tarzda tashkil qilish uchun vositalarni ham mos tarzda tanlash lozimligiga alohida e'tibor qaratish kerak (2-jadvalga qarang).

2-jadval

Ta'lim vositalarining turlari

Ta'lim vositalari turiga ko'ra	Bo'linishi	Misollar
Faoliyat subyekti bo'yicha	O'rgatish vositalari	N amoyishli tajriba qurollari.
	O'rganish vositalari	Laboratoriya-praktikum qurollari.
Faoliyat obyektlari bo'yicha	Material ta'lim vositalari.	O'quv qo'llanmalari, darsliklar, jadvallar, maketlar, modellar, o'quv-texnik vositalar, mebel, o'quv-laboratoriya qurilmalari, ko'rgazmali vositalar
	Ideal ta'lim vositalari	Chizmalar, sxemalar, diagrammalar, tasviriy, san'at, nutq, xat va boshqalar
O'quv jarayonidagi vazifasiga ko'ra	Kommunikatsiya (muloqot)	Kommunikatsiya – bu kodlash (o'qituvchi nutqidagi atamalarda), uzatish (yozilish) va o'quvchilarning axborotni qabul qilishi (tushunish va dastlabki eslab qolish).
	O'quv ishlari vositalari	Didaktik vositalar vizual (ko'rish) - haqiqiy (original) narsalar yoki turli obrazli ekvivalentlari, diagrammalar, kartalar; audial(eshitish) - radio, magnitafon, musiqa asboblariaudiovizual(ko'rish-eshitish) - ovozli filmlar, televideniya, kompyuterlar, didaktik mashinalar, elektron darsliklar.
Ta'limning o'quv-uslubiy vositalari	O'quv reja, o'quv dasturi, darslik, o'quv qo'llanmalar, o'quv metodik qo'llanmalar, to'plam, xrestomatiya, lug'at	
Ta'limning texnik vositalari	Mediafilmlar; kompyuterlar; proyektor; elektron doska; radioeshittirish; teleko'rsatuvlar.	
Yordamchi vositalar	Multimediya, slayd, tarqatma materillar, rasm kartotekalar, plakat, yo'riqnomalar	
Noan'anaviy yordamchi vositalar	Virtual haqiqat (VR), kengaytirilgan haqiqat (AR), gamifikatsiya (o'yinlashtirish), sun'iy intellekt, smart doskalar, flipchart doska, online platformalar va boshqalar.	

Bugungi kunda rivojlanayotgan axborot zamonida noan'anaviy yordamchi vositalar talabalarning kreativligini rivojlantirish va yangiliklar yaratishga bo'lgan ishtiyoqini oshirishga xizmat qiladi.

Virtual haqiqat (VR) va kengaytirilgan haqiqat (AR) texnologiyalari talabalarga 3D shaklda virtual muhitda tajriba o'tkazish va o'rganish imkonini beradi va buni pedagogika sohalarida rivojlangan davlatlarning ta'lim tizimini o'rganishda, ularning dars jarayonlariga virtual sayohat qilish, jamoaviy innovatsion loyihalarni amalga oshirish imkonini yaratadi.

Gamifikatsiya (O'yinlashtirish) o'quv jarayoniga o'yin elementlari (ballar, darajalar, mukofotlar) qo'shish orqali raqobat va hamkorlikni birlashtirib, talabalarni ijodiy yechimlar izlashga undaydi. Natijada talabalarning motivatsiyasini oshirish va o'quv jarayonini qiziqarli qilish bilan bir qatorda jamoaviy ishlash, zamonaviy texnologiya vositalaridan dars jarayonida samarali foydalanish, innovatsion yondashuv ko'nikmalarini shakllantiradi.

Sun'iy intellekt dars jarayonlarida savollarga tezkor javoblar topishda ahamiyatli bo'lib, mustaqil ishlash uchun vosita sifatida foydalaniladi. Dars jarayoni uzluksizligini ta'minlab, ularning faolligini oshib borishiga, talabalarning qaysi sohalarda qisman ma'lumotga ega ekanligidan xabardor bo'lib, shu sohada ularga ilmiy ma'lumotlarni taqdim qilishda ahamiyatlidir.

Smart doskalar va flipchart doskalar asosan guruh bo'lib ishlashda foydalanib, o'zaro fikr almashish, tushuntirish va eslatmalar, ijodiy mashqlar bajarish orqali jamoa shaklida ishlash ko'nikmalarini shakllantirish, texnologik ko'nikmalarni shakllantirish va kreativ fikrlashni rivojlantirishga xizmat qiladi.

Online platformalar masofaviy ta'limda qo'l keluvchi vositalar bo'lib, bugungi kundagi zamonaviy ta'lim muhitiga moslashish hamda raqamli savodxonlikni oshirishga yordam beradi (Kahoot, quizziz, google classroom, zoom).

Yuqoridagi ta'lim shakllari, metodlari va vositalarni kreativ yondashuv asosida innovatsion faoliyatga tayyorlash jarayonida juda ahamiyatli ekanligini ta'kidlash joizdir. Bugungi kun zamonaviy pedagogi oldida turgan muhim vazifalardan biri bu pedagogik faoliyatini innovatsion faoliyatga o'zgartirish bo'lib hisoblanadi. Chunki zamonaviy ta'lim muhiti zamonaviy axborot texnologiyalaridan foydalanishni, dars jarayonini yanada qiziqarli va mazmundor qilish maqsadida turli ilovalardan foydalanish jarayonida ularni yangidan yangi interfaol metodlar bilan integratsiya qilgan holda dars jarayoniga tadbiq etishi, doimiy ravishda pedagogning o'z ustida ishlashini talab qiladi. Har bir pedagogni innovatsion faoliyatga tayyorlash jarayonida kreativlikning ahamiyati beqiyos bo'lib, bunda bir qator yondashuvlar hamda prinsiplardan foydalaniladi.

Xulosa. Oliy ta'lim muassasalarida pedagogik fanlarni o'qitishda kreativ yondashuv asosida asosiy va yordamchi shakllarni samarali qo'llash, nafaqat bilim olish jarayonini jonlantiradi, balki talabalarning ijodiy, mustaqil va innovatsion fikrlash ko'nikmalarini rivojlantiradi. Mazkur yondashuv asosida innovatsion faoliyatga tayyorlangan talaba bo'lg'usi o'qituvchi sifatida ta'lim jarayonida yangilik kiritishga tayyor bo'ladi. Shu bois, oliy ta'limda kreativlikka asoslangan pedagogik yondashuvni chuqur o'rganish va amaliyotga keng tatbiq etish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Azizxo'jayeva N.N. *Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat*. O'quv qo'llanma. – T.: O'zbekiston yozuvchilar uyushmasi adabiyot jamg'armasi nashriyoti, 2006. – 160 b.

2. Hamidov J.A. *Kasb ta'limi o'qituvchilarini tayyorlashda o'qitishning zamonaviy didaktik vositalarini yaratish texnologiyasi*. Monografiya. – T.: Sano-standart, 2017. – 160 b.

3. Ibragimov A.K. *Oliy ta'lim tizimida pedagoglarning innovatsion faoliyatini tashkil etish va boshqarish*. Monografiya. – T.: Durdona nashriyoti, 2021. – 14 b.

4. Jo'rayeva M.I. *Talabalarda kreativ qobiliyatini shakllantirishda integrativ yondashuv*. Dissertatsiya. – 98 b.

5. Jumayeva M.A. *Talabalarni kreativ yondashuv asosida innovatsion faoliyatga tayyorlash*. Monografiya. – Buxoro: Sadriddin Salim Buxoriy, Durdona nashriyoti, 2023. – 140 b.

6. Ko'makova D. *Bo'lajak pedagoglarni mustaqil ta'lim va innovatsion faoliyatga tayyorlashning zamonaviy yondashuvlari*. // Fan, ta'lim va texnikani innovatsion rivojlantirish masalalari mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy onlayn anjuman materiallari. – Andijon: 2022-yil 12-aprel. – B. 85–90.

7. Maxmudov M.J. *Kreativ yondashuv asosida talabalarning kompozitsion qobiliyatlarini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish*. Monografiya. – 2024. – 142 b.

8. Rakhmonova D. *Interfaol o'qitish metodlari asosida talabalarda kreativ qobiliyatlarni rivojlantirish tizimi*. Monografiya. – 2024. – 76 b.

9. Saidaxmedov N.S. *Yangi pedagogik texnologiyalar (nazariya va amaliyot)*. – T.: Moliya, 2003. – 172 b.

10. Samiyeva Sh.X. Bo'lajak o'qituvchilarni kreativ yondashuv asosida pedagogik faoliyatga tayyorlashning tarixiy-pedagogik shart-sharoitlari // (buxdu. uz). - 2023. - T.31, N° 31. - B. 49-54. BUXDU JOURNAL

11. To'xtayeva Z.Sh., Rahmatova B.K., Asrorova S.A. *Kreativ ta'lim muhitida magistrlarni ilmiy-innovatsion faoliyatga tayyorlash*. Monografiya. – 2023. – 16 b.

Saidova Zilola Gadoymurodovna
Buxoro davlat unversiteti mustaqil tadqiqotchisi

PEDAGOGIK YO'NALISHDAGI OLIY TA'LIM VA UMUMIY O'RTA TA'LIM INTEGRATSIYASINI TAKOMILLASHTIRISHNING DOLZARBLIGI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada pedagogik yo'nalishdagi oliy ta'lim va umumiy o'rta ta'lim tizimlari o'rtasidagi integratsiyani takomillashtirish muammolari va uning dolzarbligi o'rganildi. Tadqiqot doirasida oliy va umumiy o'rta ta'lim muassasalari o'rtasidagi hamkorlikning samaradorligi, pedagoglarning kasbiy rivojlanishi va ta'lim sifatini oshirishdagi integratsiyaning roli tahlil qilindi. Shuningdek, xalqaro tajriba asosida mamlakatimiz ta'lim tizimida integratsiyani yanada mustahkamlash uchun tavsiyalar ishlab chiqildi. Natijalar pedagogik ta'lim sifatini oshirish, innovatsion yondashuvlarni joriy etish va ta'lim tizimining samaradorligini ta'minlash uchun muhim ilmiy va amaliy ahamiyatga ega ekanligi ko'rsatildi.*

Kalit so'zlar: *pedagogik ta'lim, oliy ta'lim, umumiy o'rta ta'lim, integratsiya, ta'lim sifati, kasbiy rivojlanish, innovatsion pedagogik texnologiyalar, ta'lim tizimi, hamkorlik, o'qituvchi malakasi*

АКТУАЛЬНОСТЬ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ИНТЕГРАЦИИ ВЫСШЕГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация. *В данной статье рассмотрены проблемы совершенствования интеграции высшего и среднего общего образования педагогической направленности и ее актуальность. В рамках исследования проанализирована эффективность сотрудничества высших и средних общеобразовательных учреждений, роль интеграции в профессиональном развитии педагогов и повышении качества образования. Также на основе международного опыта разработаны рекомендации по дальнейшему укреплению интеграции в систему образования нашей страны. Было показано, что результаты имеют важное научно-практическое значение для повышения качества педагогического образования, внедрения инновационных подходов и обеспечения эффективности системы образования.*

Ключевые слова: *педагогическое образование, высшее образование, общее среднее образование, интеграция, качество образования, профессиональное развитие, инновационные педагогические технологии, система образования, сотрудничество, квалификация учителя.*

THE RELEVANCE OF IMPROVING THE INTEGRATION OF HIGHER PEDAGOGICAL EDUCATION AND GENERAL SECONDARY EDUCATION

Annotation. *This article examined the problems of improving the integration between higher education and general secondary education systems in the pedagogical direction and its relevance. Within the framework of the study, the effectiveness of cooperation between higher and general secondary educational institutions, the professional development of educators and the role of integration in improving the quality of education were analyzed. Also, on the basis of international experience, recommendations were developed to further strengthen integration in the educational system of our country. The results were shown to be of significant scientific and practical importance to improve the quality of pedagogical education, introduce innovative approaches and ensure the effectiveness of the educational system.*

Keywords*: pedagogical education, higher education, general secondary education, integration, quality of education, professional development, innovative pedagogical technologies, educational system, cooperation, teacher qualification*

Kirish. Ta'lim tizimi har bir davlatning ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotining asosiy omillaridan biridir. Zamonaviy globallashuv sharoitida ta'lim sifatini oshirish, ta'lim muassasalari o'rtasidagi

o’zaro bog’liqlik va hamkorlikni mustahkamlash, pedagogik kadrlar tayyorlash tizimini takomillashtirish dolzarb vazifalarga aylangan. Ayniqsa, pedagogik yo’nalishdagi oliy ta’lim va umumiy o’rta ta’lim tizimlari o’rtasidagi integratsiya jarayonlarini yanada rivojlantirishning zarurligi kun sayin oshib bormoqda. Chunki, yuqori malakali pedagog kadrlarni tayyorlash nafaqat ta’lim jarayonining sifatini belgilaydi, balki jamiyatda inson kapitalining rivojlanishiga ham bevosita ta’sir ko’rsatadi.

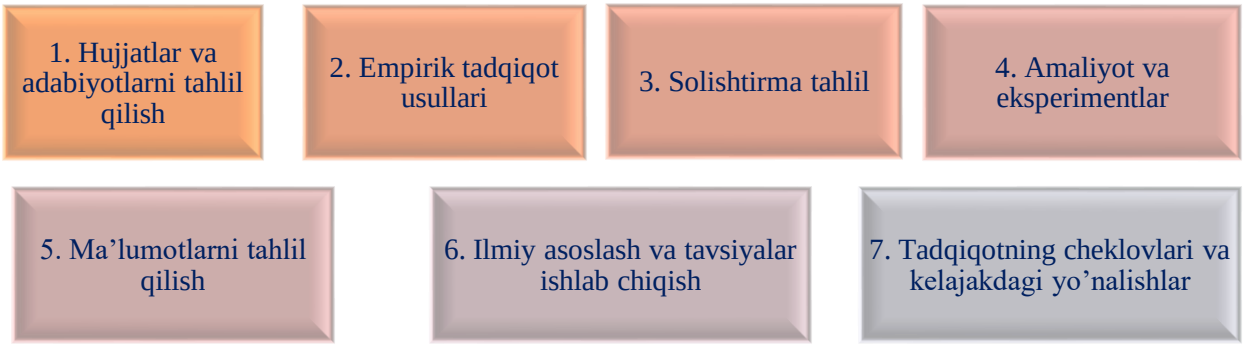
Bugungi kunda oliy ta’lim va umumiy o’rta ta’lim muassasalari o’rtasidagi uzviy aloqa pedagogik faoliyat samaradorligini oshirish, yangi pedagogik texnologiyalarni keng joriy etish hamda o’qituvchilarning kasbiy rivojlanishini ta’minlashda muhim omil hisoblanadi. Oliy ta’lim muassasalari taqdim etayotgan nazariy bilimlar va ilmiy yondashuvlar umumiy o’rta ta’limda ishlayotgan pedagoglarning amaliy ko’nikmalarini takomillashtirishda asos bo’lib xizmat qiladi. Shu bilan birga, umumiy o’rta ta’lim muassasalari ta’lim jarayonining amaliy tajribalarini oliy ta’lim dasturlariga integratsiyalash orqali o’quv jarayonining mazmuni va sifati yangi bosqichga ko’tariladi.

Zamonaviy ta’lim muhitida yuzaga kelayotgan murakkab ijtimoiy va iqtisodiy talablar ta’lim jarayonini doimiy takomillashtirishni taqozo etadi. Ta’lim tizimining samarali ishlashi uchun pedagogik yo’nalishdagi oliy ta’lim va umumiy o’rta ta’limning bir-birini to’ldiruvchi, uyg’un ishlaydigan tizimlarga aylanishi zarur. Ayni paytda, mamlakatimizda oliy ta’lim muassasalari va umumiy o’rta ta’lim muassasalari o’rtasida ilmiy va metodik hamkorlikni kuchaytirish, malaka oshirish kurslari, seminar va treninglarni doimiy ravishda tashkil etish kabi yo’nalishlarda kamchiliklar mavjudligi aniqlanmoqda.

Bundan tashqari, pedagoglarning zamonaviy ta’lim texnologiyalari va innovatsion usullarni qo’llash qobiliyatini oshirish, ularning ilmiy-tadqiqot faoliyatiga jalb etilishi oliy va umumiy o’rta ta’lim tizimlarining yanada yaqinlashishiga xizmat qiladi. Ta’lim sohasidagi yangiliklarni o’z vaqtida tatbiq etish orqali nafaqat o’qituvchilarning kasbiy malakasi oshadi, balki ta’lim sifatining umumiy darajasi ham sezilarli darajada yaxshilanadi.

Pedagogik yo’nalishdagi oliy ta’lim va umumiy o’rta ta’lim integratsiyasini takomillashtirishga doir ilmiy asoslangan yondashuvlarni ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish ta’lim sohasidagi eng ustuvor vazifalardan biridir. Bu jarayonda ta’lim siyosatini ishlab chiqishdan tortib, amaliy dasturlarni yaratish va amalga oshirishgacha bo’lgan barcha bosqichlarda tizimli yondashuv talab qilinadi. Pedagogik yo’nalishdagi oliy ta’lim va umumiy o’rta ta’lim o’rtasidagi integratsiyani rivojlantirishning hozirgi holati, mavjud muammolari hamda ularni bartaraf etish yo’llarini tahlil qilishga bag’ishlangan. Ushbu tadqiqot orqali ta’lim tizimidagi integratsiya jarayonlarini yanada samarali tashkil etish uchun ilmiy tavsiyalar ishlab chiqilishi ko’zda tutilgan.

Ushbu tadqiqotning asosiy maqsadi pedagogik yo’nalishdagi oliy ta’lim va umumiy o’rta ta’lim tizimlari o’rtasidagi integratsiyani takomillashtirishning ilmiy asoslarini aniqlash, mavjud muammolarni o’rganish va samarali yechimlarni taklif etishdan iboratdir. Tadqiqot metodologiyasi kompleks va ko’p bosqichli yondashuvga asoslangan bo’lib, quyidagi asosiy yo’nalishlarni o’z ichiga oladi (1-rasmga qarang).



1-rasm. Tadqiqot metodologiyasining asosiy yo’nalishlari

Pedagogik yo'nalishdagi oliy ta'lim va umumiy o'rta ta'lim integratsiyasini takomillashtirishning dolzarbligi dolzarbligini asoslovchi tadqiqot metodologiyasining asosiy yo'nalishlari mazmuni quyidagicha izohlandi:

1. Hujjatlar va adabiyotlarni tahlil qilish

Tadqiqotning birinchi bosqichida pedagogik ta'limga oid milliy va xalqaro ilmiy manbalar, davlat ta'lim siyosatiga oid qonunlar, normativ-huquqiy hujjatlar, strategik dasturlar va ta'lim sohasidagi ilg'or tajribalar o'rganildi. Bu bosqichda oliy ta'lim va umumiy o'rta ta'lim o'rtasidagi integratsiya jarayonlari haqida nazariy asoslar va hozirgi davr talablariga mos keluvchi yondashuvlar aniqlanib, ularning samaradorligi baholandi.

2. Empirik tadqiqot usullari

Tadqiqotning asosiy qismi empirik usullarga tayangan. Xususan, oliy ta'lim va umumiy o'rta ta'lim muassasalarida faoliyat yuritayotgan pedagoglar, metodistlar va ta'lim sohasidagi mutaxassislar orasida so'rovnomalar tashkil etildi. So'rovnomalar yordamida respondentlarning integratsiya jarayonlari haqidagi fikrlari, mavjud qiyinchiliklar, pedagogik innovatsiyalarni qo'llash darajasi, shuningdek, doimiy kasbiy rivojlanish ehtiyojlari o'rganildi. Savollar ochiq va yopiq shaklda tuzilib, ma'lumotlarning har tomonlama tahlil qilinishiga imkon yaratildi.

Shuningdek, chuqur intervyular o'tkazilib, ta'lim muassasalari rahbarlari va yuqori malakali mutaxassislarning fikrlari to'plandi. Bu metod yordamida so'rovnomalarda aniqlanmagan nozik masalalar va muammolar yuzasidan batafsil ma'lumotlar olindi.

3. Solishtirma tahlil

Xalqaro pedagogik ta'lim tizimlaridagi oliy va umumiy o'rta ta'lim integratsiyasi bo'yicha ilg'or tajribalar o'rganildi. Xususan, G'arbiy Yevropa, Shimoliy Amerika va Osiyo mamlakatlaridagi pedagogik ta'lim tizimlari misolida zamonaviy integratsion yondashuvlar, ta'lim dasturlari, malaka oshirish mexanizmlari va innovatsion metodikalar tahlil qilindi. Ushbu solishtirma tahlil O'zbekiston sharoitida joriy etilishi mumkin bo'lgan samarali mexanizmlar va strategiyalarni aniqlashga xizmat qildi.

4. Amaliyot va eksperimentlar

Tadqiqot doirasida ayrim oliy ta'lim muassasalari va umumiy o'rta ta'lim maktablari o'rtasida hamkorlikdagi pilot loyihalar tashkil etildi. Ushbu loyihalarda doimiy malaka oshirish kurslari, metodik seminarlar, ilmiy-amaliy anjumanlar va qo'shma ta'lim dasturlari sinovdan o'tkazildi. Bu amaliy ishlar natijasida pedagoglarning kasbiy salohiyatining oshishi, ta'lim jarayonida integratsion yondashuvlarning qo'llanishi, hamda o'quv jarayonining sifat ko'rsatkichlari baholandi.

5. Ma'lumotlarni tahlil qilish

Yig'ilgan ma'lumotlar sifat va miqdoriy tahlil usullari yordamida o'rganildi. Miqdoriy tahlilda statistik usullar - deskriptiv statistika, korrelyatsion tahlil va faktor tahlili qo'llanildi. Bu usullar yordamida ta'lim muassasalari o'rtasidagi integratsiya jarayonlarining samaradorligi va muammolarining asosiy sabablari aniqlandi. Sifat tahlili esa kontent-tahlil va tematik tahlil usullari orqali intervyu va ochiq savollarga berilgan javoblarning mazmuniy jihatlarini o'rganishga xizmat qildi.

6. Ilmiy asoslash va tavsiyalar ishlab chiqish

Tadqiqot yakunida olingan natijalar asosida pedagogik yo'nalishdagi oliy ta'lim va umumiy o'rta ta'lim integratsiyasini takomillashtirish uchun ilmiy asoslangan tavsiyalar ishlab chiqildi. Ushbu tavsiyalar nafaqat nazariy jihatdan, balki amaliyotga tatbiq etilishi mumkin bo'lgan konkret mexanizmlarni ham o'z ichiga oladi.

7. Tadqiqotning cheklovlari va kelajakdagi yo'nalishlar

Tadqiqot davomida ba'zi cheklovlar mavjudligi e'tiborga olindi. Masalan, so'rovnomalar faqat ayrim hududlarda o'tkazilganligi, amaliy loyihalar esa cheklangan miqyosda sinovdan o'tkazilgani tadqiqot natijalarining umumlashtirilishini cheklashi mumkin. Shu bois, kelajakda tadqiqotni yanada kengroq hududlarda va ko'proq ishtirokchilar bilan davom ettirish zarurati mavjud.

Pedagogik yo'nalishdagi oliy ta'lim va umumiy o'rta ta'lim integratsiyasining afzalliklari quyidagilarda o'z aksini topadi:

- pedagog kadrlarning kasbiy tayyorgarlik sifati oshadi.

- maktab o'qituvchilarining malakasi va metodik mahorati oshadi.
- ta'lim tizimida innovatsiyalar ko'payadi.
- ta'limning uzluksizligi ta'minlanadi.
- talabalar amaliyotga yaxshi tayyorlanadi.
- o'quv jarayoni qiziqarli va samarali bo'ladi.

Pedagogik yo'nalishdagi oliy ta'lim va umumiy o'rta ta'lim integratsiyasi tizimi umumiy o'rta ta'lim (maktablar) va oliy ta'lim (pedagogika universitetlari, institutlari) o'rtasidagi yaqin hamkorlikni, hamkorlikni va o'zaro aloqalarni anglatadi. Asosiy maqsadi pedagog kadrlarni tayyorlash sifatini yaxshilash, ta'limning uzluksizligini ta'minlash va ta'lim tizimini yangilashga ko'maklashishdir.

Pedagogik yo'nalishdagi oliy ta'lim va umumiy o'rta ta'lim integratsiyasi ta'lim sifatini yaxshilash, pedagog kadrlarni zamonaviy talablarga javob beradigan qilib tayyorlash, ta'lim tizimini rivojlantirish va uzluksiz ta'lim konsepsiyasini yaratish uchun zarur bo'lgan muhim jarayondir.

Ushbu tadqiqot natijalari pedagogik yo'nalishdagi oliy ta'lim va umumiy o'rta ta'lim tizimlari o'rtasidagi integratsiya jarayonining ta'lim sifati va o'qituvchilarning kasbiy malakasiga bevosita ta'sir ko'rsatishini aniq tasdiqladi. Ma'lumotlar shuni ko'rsatdiki, oliy ta'lim muassasalari tomonidan taqdim etilgan nazariy bilimlar va zamonaviy ilmiy yondashuvlar umumiy o'rta ta'limdagi pedagoglarning metodik va amaliy ko'nikmalarini oshirishga xizmat qiladi. Bu esa o'z navbatida o'quv jarayonining samaradorligini sezilarli darajada yaxshilaydi. So'rovnoma va intervyu natijalari pedagoglar va ta'lim muassasalari rahbarlari orasida oliy va umumiy o'rta ta'lim tizimlari o'rtasidagi integratsiyaga nisbatan yuqori ijobiy munosabat mavjudligini ko'rsatdi. Ularning fikricha, bunday integratsiya o'quv dasturlarini zamonaviy pedagogik texnologiyalar bilan boyitishga, ta'lim metodikasini takomillashtirishga hamda o'qituvchilarning professional kompetensiyalarini kengaytirishga xizmat qiladi. Ayniqsa, integratsiya orqali ta'lim jarayonida o'zaro tajriba almashinuvi, qo'shma seminarlar va treninglarning tashkil etilishi o'qituvchilarning malakasini oshirishda samarali mexanizm sifatida baholandi.

Tadqiqot davomida o'tkazilgan pilot loyihalar va eksperimentlar shuni ko'rsatdiki, oliy ta'lim muassasalari bilan umumiy o'rta ta'lim muassasalari o'rtasidagi doimiy hamkorlik pedagoglarning innovatsion pedagogik usullarni tezroq va sifatliroq o'zlashtirishiga yordam beradi. Ushbu hamkorlik natijasida pedagoglar faqat nazariy bilimlarni emas, balki amaliy metodikalarni ham chuqur o'rganib, o'z faoliyatida qo'llash imkoniyatiga ega bo'ladilar. Bu esa o'quvchilarning bilim olish jarayonini interaktiv va samarali qiladi.

Xalqaro solishtirma tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, rivojlangan mamlakatlarda pedagogik ta'lim tizimlarida oliy va umumiy o'rta ta'lim o'rtasida kuchli integratsiya mavjud bo'lib, u doimiy kasbiy rivojlanish tizimlari, metodik markazlar va qo'shma ilmiy tadqiqot loyihalari orqali ta'minlanadi. Bu tajribalar o'z navbatida mamlakatimiz ta'lim tizimiga joriy etilishi mumkin bo'lgan samarali mexanizmlar va yondashuvlar uchun model vazifasini o'tadi.

Biroq, olingan natijalar shuni ko'rsatdiki, pedagogik yo'nalishdagi oliy ta'lim va umumiy o'rta ta'lim integratsiyasi sohasida hali ham ayrim kamchiliklar mavjud. Jumladan, pedagoglarning doimiy kasbiy rivojlanishini ta'minlovchi platformalar soni va sifati yetarli emas, hamkorlik mexanizmlari rivojlanmagan, innovatsion yondashuvlarni tatbiq etish uchun zarur bo'lgan resurslar va infratuzilma yetishmaydi. Bundan tashqari, oliy ta'lim dasturlari ko'pincha amaliyotga yetarlicha moslashtirilmaganligi pedagoglarning faoliyatida qiyinchiliklarga olib kelmoqda.

Shu sababli, tadqiqot natijalari asosida pedagogik yo'nalishdagi oliy ta'lim va umumiy o'rta ta'lim o'rtasida integratsiyani kuchaytirish uchun quyidagi muhim ilmiy va amaliy xulosalar chiqarildi: ta'lim dasturlarini zamonaviy pedagogik yondashuvlar va amaliyot bilan yanada uyg'unlashtirish; doimiy malaka oshirish va innovatsion metodikalarni joriy etish uchun samarali mexanizmlarni yaratish; oliy ta'lim muassasalari va umumiy o'rta ta'lim o'rtasida doimiy ilmiy va metodik hamkorlikni tashkil etish; pedagoglarning innovatsion faoliyatini rag'batlantirish va qo'llab-quvvatlash tizimini joriy etish; ta'lim muassasalarida zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan keng foydalanishni ta'minlash. Pedagogik yo'nalishdagi oliy ta'lim va umumiy o'rta ta'lim integratsiyasi nafaqat ta'lim sifati va pedagoglarning malakasini oshirishda, balki yosh

avlodning ta’lim olishi jarayonini yanada interaktiv va samarali qilishda ham muhim omildir. Bu esa o’z navbatida mamlakat ta’lim tizimining barqaror rivojlanishi va zamonaviy talablar asosida shakllanishiga xizmat qiladi.

Xulosa qilib aytganda, tadqiqotda aniqlangan ilmiy natijalar pedagogik ta’lim tizimini takomillashtirish, ta’lim jarayonining sifatini oshirish va ta’lim muassasalari o’rtasida integratsiyani rivojlantirish yo’lida amaliy tavsiyalar ishlab chiqish uchun mustahkam ilmiy asos bo’lib xizmat qiladi.

Tadqiqot natijalari pedagogik yo’nalishdagi oliy ta’lim va umumiy o’rta ta’lim tizimlari o’rtasidagi integratsiyaning ta’lim sifatini oshirishda va pedagoglarning kasbiy rivojlanishida muhim rol o’ynashini tasdiqladi. Ushbu jarayon ta’lim sohasidagi zamonaviy o’zgarishlarga moslashish, pedagoglarning bilim va ko’nikmalarini doimiy yangilab borish imkonini yaratadi. Bu esa nafaqat pedagoglarning shaxsiy malakasini oshirish, balki butun ta’lim tizimining samaradorligini yaxshilashga xizmat qiladi.

Integratsiyaning samarali amalga oshirilishi oliy ta’lim muassasalari va umumiy o’rta ta’lim o’rtasida o’zaro aloqalar va hamkorlikni mustahkamlashni talab qiladi. Bu esa o’z navbatida ta’lim jarayonidagi amaliy va nazariy bilimlarni uyg’unlashtirish orqali pedagoglarning metodik va innovatsion salohiyatini oshirishga yordam beradi. Tadqiqotda aniqlangan muammolar - kam rivojlangan hamkorlik mexanizmlari, resurslarning yetishmasligi, malaka oshirish tizimining yetarli darajada samarali emasligi - bularni bartaraf etish uchun tizimli yondashuv zarurligini ko’rsatadi.

Shuningdek, xalqaro tajriba tahlili pedagogik ta’lim tizimlarida doimiy kasbiy rivojlanish va innovatsiyalarni joriy etish orqali ta’lim sifatini oshirish mumkinligini tasdiqlaydi. Bu esa o’z navbatida, mamlakatimiz ta’lim tizimida ham, pedagoglarning professional o’sishini qo’llab-quvvatlovchi ilg’or mexanizmlarni joriy etishni talab qiladi.

Pedagogik yo’nalishdagi oliy ta’lim va umumiy o’rta ta’lim tizimlarining integratsiyasi jarayonida kadrlar tayyorlash dasturlarining amaliyotga mosligi, o’quv materiallarining zamonaviyligi va innovatsion metodikalarni tatbiq etishning samaradorligi muhim ahamiyatga ega. Ushbu jihatlar pedagoglarning o’z faoliyatida yangi pedagogik texnologiyalarni qo’llashiga va yosh avlodga sifatli ta’lim berilishiga ta’sir ko’rsatadi.

Muhokama davomida, tadqiqot natijalari asosida ta’lim tizimidagi mavjud kamchiliklarni bartaraf etish uchun integratsiyani chuqurlashtirish, hamkorlikni kengaytirish va ta’lim jarayonida zamonaviy pedagogik yondashuvlarni joriy etish muhimligi aniqlandi. Shuningdek, pedagoglarning kasbiy malakasini oshirishda yangi metodik va innovatsion vositalardan foydalanish, ularni doimiy ravishda qo’llab-quvvatlash zarur. Natijalar shuni ko’rsatdiki, oliy ta’lim va umumiy o’rta ta’lim o’rtasidagi integratsiyani mustahkamlash orqali ta’lim jarayonida innovatsion yondashuvlarni keng joriy etish, pedagoglarning bilim darajasini oshirish va yoshlarning sifatli ta’lim olishiga erishish mumkin. Bu esa mamlakat ta’lim tizimining barqaror va sifatli rivojlanishiga xizmat qiladi. Shu bilan birga, integratsiya jarayonida yuzaga kelishi mumkin bo’lgan qiyinchiliklar va muammolarni ham hisobga olish zarur. Masalan, ta’lim muassasalari o’rtasidagi kommunikatsiya yetishmovchiligi, moliyaviy va tashkiliy resurslarning cheklanganligi, pedagoglarning yangi tizimlarga moslashishdagi qiyinchiliklari kabi masalalar mavjud. Bu holatlar esa integratsiyaning samaradorligini pasaytirishi mumkin. Pedagogik yo’nalishdagi oliy ta’lim va umumiy o’rta ta’lim o’rtasida samarali integratsiyani ta’minlash uchun kompleks va tizimli yondashuv zarur. Bu yondashuv o’z ichiga ta’lim siyosatining yangilanishi, amaliyotga yo’naltirilgan ta’lim dasturlarini ishlab chiqish, pedagoglarning kasbiy rivojlanishini qo’llab-quvvatlash va ta’lim muassasalari o’rtasidagi hamkorlikni kengaytirishni oladi.

Xulosa. Ushbu tadqiqot pedagogik yo’nalishdagi oliy ta’lim va umumiy o’rta ta’lim tizimlari o’rtasidagi integratsiyani takomillashtirishning dolzarbligi va uning ta’lim jarayonining sifatiga, pedagoglarning kasbiy rivojlanishiga hamda butun ta’lim tizimining samaradorligiga bo’lgan ta’sirini aniqlashga qaratildi. Tadqiqot natijalari shuni ko’rsatdiki, oliy ta’lim va umumiy o’rta ta’lim o’rtasidagi samarali integratsiya zamonaviy pedagogik texnologiyalarni joriy etish, o’qituvchilarning bilim va ko’nikmalarini oshirish, shuningdek, o’quvchilarga sifatli va samarali ta’lim berishni ta’minlashda muhim omil hisoblanadi. Tadqiqot davomida aniqlangan muammolar va cheklovlarga qaramay, pedagogik yo’nalishdagi oliy ta’lim va umumiy o’rta ta’lim muassasalari o’rtasida doimiy

hamkorlikni yo'lga qo'yish, pedagoglarning doimiy kasbiy rivojlanishini ta'minlash, innovatsion pedagogik yondashuvlarni keng joriy etish zarurligi ta'kidlandi. Integratsiya jarayonlari ta'lim sohasida ilg'or tajribalarni o'zlashtirish va mahalliy sharoitlarga moslashtirish imkonini beradi, bu esa o'z navbatida mamlakatimiz ta'lim tizimining raqobatbardoshligini oshirishga xizmat qiladi. Oliy ta'lim muassasalari va umumiy o'rta ta'lim o'rtasida ilmiy-amaliy hamkorlikni rivojlantirish pedagogik kadrlar tayyorlash sifatini oshirishga, o'qituvchilarning metodik va innovatsion faoliyatini kengaytirishga xizmat qiladi. Bunday integratsiya natijasida ta'lim jarayonida pedagoglarning o'zaro tajriba almashinuvi, qo'shma seminar va treninglar tashkil etilishi mumkin bo'lib, bu pedagoglarning professional kompetensiyalarini doimiy ravishda oshirish imkonini yaratadi. Yuqorida ta'kidlanganidek, ta'lim sohasida yuzaga keladigan zamonaviy talablar va global o'zgarishlarga moslashish uchun pedagogik ta'lim tizimining uzviy qismi bo'lgan oliy va umumiy o'rta ta'lim integratsiyasini takomillashtirish dolzarb vazifa hisoblanadi. Bu jarayon ta'lim sifatini oshirish, innovatsion pedagogik yondashuvlarni tatbiq etish va ta'lim tizimining samaradorligini oshirish uchun yangi imkoniyatlar yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Abdullayev, B. (2020). Pedagogik ta'limning zamonaviy muammolari va rivojlanish yo'llari. Toshkent: O'qituvchi nashriyoti.
2. Islomov, M. (2019). Oliy va umumiy o'rta ta'lim tizimlarining integratsiyasi: nazariy va amaliy jihatlar. Ta'lim fanlari, 3(4), 45–53.
3. Karimova, D. (2021). Pedagoglarning kasbiy malakasini oshirishda oliy ta'limning roli. Pedagogika, 2(7), 72–80.
4. National Education Strategy (2022). O'zbekiston Respublikasi ta'lim sohasida strategik rivojlanish dasturi. Toshkent.
5. Rasulov, J. (2018). Innovatsion pedagogik texnologiyalar va ularning ta'lim sifatiga ta'siri. Ilmiy-texnik jurnali, 6(12), 102–110.
6. Sadikov, T., & Tursunova, N. (2020). Oliy va umumiy o'rta ta'limda hamkorlik mexanizmlari. Pedagogik tadqiqotlar, 5(3), 34–41.

Toyirova Dilrabo Sattorovna
Maktabgacha ta'lim kafedrasi o'qituvchisi Buxoro davlat pedagogika instituti
https://orcid.org/0009-0000-5774-4850

TA'LIM TIZIMIDA RAQAMLI SAVODXONLIK TUSHUNCHASI MOHIYATI

Annotatsiya. *Ushbu maqola raqamli savodxonlikning asosiy komponentlari, uning ta'lim tizimidagi o'rni va mohiyati, asosiy yo'nalishlari va raqamli ko'nikmalarni o'qitish amaliyotiga integratsiya qilish usullarini ko'rib chiqadi. Shuningdek, maqolada ta'lim tizimida raqamli savodxonlikdan samarali foydalanishning ahamiyati hamda raqamli savodxonlikni rivojlantirishning muammolari, rivojlantirish yo'llari ham muhokama qilinadi. Bundan tashqari maqolada zamonaviy ta'lim jarayonida raqamli texnologiyalardan foydalanishning o'rni va ahamiyati yoritilgan. Raqamli vositalar ta'lim sifatini oshirish, interaktivlikni ta'minlash, masofaviy ta'lim imkoniyatlarini kengaytirish hamda o'quvchilarda mustaqil ta'lim olish ko'nikmalarini rivojlantirishdagi ahamiyati tahlil qilinadi. Shuningdek, mavjud muammolar va ularning yechimlari ham ko'rsatib o'tilgan.*

Kalit so'zlar: *raqamli savodxonlik, ta'lim tizimi, raqamli kompetensiya, axborot xavfsizligi, media savodxonlik, tanqidiy fikrlash, raqamli etiket.*

THE ESSENCE OF THE CONCEPT OF DIGITAL LITERACY IN THE EDUCATION SYSTEM

Annotation. *This article examines the main components of digital literacy, its role and essence in the education system, its main directions and methods of integrating digital skills into teaching practice. The article also discusses the importance of effective use of digital literacy in the education system, as well as the problems and ways of developing digital literacy. In addition, the article highlights the role and importance of using digital technologies in the modern educational process. The importance of digital tools in improving the quality of education, ensuring interactivity, expanding distance learning opportunities, and developing independent learning skills in students is analyzed. Existing problems and their solutions are also indicated.*

Keywords*: Digital literacy, education system, digital competence, information security, media literacy, critical thinking, digital eticet.*

СУТЬ КОНЦЕПЦИИ ЦИФРОВОЙ ГРАМОТНОСТИ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация. *В статье рассматриваются основные составляющие цифровой грамотности, её роль и сущность в системе образования, основные направления и методы интеграции цифровых навыков в педагогическую практику. Также рассматривается важность эффективного использования цифровой грамотности в системе образования, проблемы и пути развития цифровой грамотности. Кроме того, в статье освещаются роль и значение использования цифровых технологий в современном образовательном процессе. Анализируется значение цифровых инструментов для повышения качества образования, обеспечения интерактивности, расширения возможностей дистанционного обучения, развития навыков самостоятельного обучения у студентов. Указываются существующие проблемы и пути их решения.*

Ключевые слова: *Цифровая грамотность, система образования, цифровая компетентность, информационная безопасность, медиаграмотность, критическое мышление, инновационная педагогика*

Kirish. Bugungi globallashuv va raqamli texnologiyalar asrida ta'lim jarayonini zamonaviy axborot-kommunikatsiya vositalarisiz tasavvur etib bo'lmaydi. Shu nuqtai nazardan, raqamli savodxonlik tushunchasi ta'lim tizimining asosiy yo'nalishlaridan biriga aylandi. U nafaqat texnologiyadan foydalanish ko'nikmasini, balki axborotni izlash, tahlil qilish, uni baholash va undan mas'uliyatli foydalanish madaniyatini ham o'z ichiga oladi. Bugungi kunda raqamli texnologiyalar ta'lim tizimining ajralmas qismiga aylandi. An'anaviy usullarni qo'llab-quvvatlagan holda, ular

o'quv jarayonini samarali, qiziqarli va interaktiv shaklda tashkil etish imkonini bermoqda. Shunday ekan, pedagoglarning zamonaviy texnologiyalardan oqilona foydalanishi ta'lim sifatini oshirishning muhim omilidir.

Raqamli savodxonlik- zamonaviy dunyoda hayot uchun, raqamli texnologiyalar va internet resurslaridan xavfsiz va samarali foydalanish uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma va malakalar to'plamidir. Dinamik onlayn rejimlarni yaratish va saqlash, yirik va murakkab bo'lgan onlayn ijtimoiy tarmoqlarni boshqarish qobiliyati hisoblanadi. Raqamli savodxonlik bu odamga raqamli muhitda muammolarni samarali hal qilishga imkon beradigan bilim, ko'nikma va munosabatlarning asosiy majmuini anglatadi. Raqamli texnologiyalar bugungi kunda har bir sohaga kirib bormoqda. Jumladan, ta'lim bilan integratsiyallashuvi dars sifatini oshishiga hamda internet tarmog'i orqali eng yangi ma'lumotlarni topishga zamin yaratmoqda. Ayniqsa, dars jarayonlarida kompyuter texnologiyasidan foydalanish, sifatli va qiziqarli dars mashg'ulotlarini tashkil etish uchun imkoniyatlar yaratib beradi. Raqamli texnologiyalar orqali ta'lim berilsa, ta'lim oluvchilarga ta'lim olish usullari osonlashadi. Bunda esa ta'lim tizimi vositalari rolini multimediyalar, kompyuter, noutbuk, internetga ulangan televizorlar, telefon liniyalar, smart doska, proyektorlar bajarib beradi. Ta'limda bunday mahsulotlar bilan dars mashg'ulotlar o'tkazish ta'lim sifatini yaxshilaydi. Ta'lim jarayonida raqamli savodxonlikning muhim va asosiy komponentlari sifatida axborot savodxonligi va uningo'ziga xos xususiyatlari, tegishli ma'lumotlarni topish va solishtirish ko'nikmalari, axborotning foydasi va zarariga munosabat bildirish, kompyuter savodxonligi hamda uning qurilmalari va vazifasini bilish, gadjetlar va ilovalar bilan ishlash ko'nikmalari bilan izohlanadi. Nomi keltirilgan komponentlar raqamli texnologiyalardan foydanadigan har bir insonda mavjud bo'lishi, u qabul qilayotgan axborotning samaradorligini oshiradi.

Ta'lim jarayonida raqamli savodxonlik – bu insonning raqamli texnologiyalarni samarali qo'llay olish, axborotni tahlil qilish va raqamli muhitda muloqot qilish qobiliyatini anglatadi. 21-asrda ta'limda raqamli savodxonlikning ahamiyati sezilarli darajada oshdi, chunki u bevosita o'quvchilarning akademik natijalari, tanqidiy fikrlash qobiliyatlari va kelajakdagi kasbiy tayyorgarligiga ta'sir ko'rsatadi. O'quvchilarning kelajakda kasbga oid raqam;lashtirish va raqamli texnologiyalarda ishlay olish qobiliyatlarni va kasbiy kompotensiyalarni rivojlantirish maqsadlarini olib boorish zarur. Mamlakatimizda raqamli dunyoda raqamli texnologiyalar bilan ta'lim olish va ta'lim berish hamda ta'lim tizimini raqamlashtirishda to'laqonli ishlar amalga oshirilyapti. Raqamli dunyoda o'quvchilarni o'rganish savodxonligini rivojlantirish, raqamli ta'limda ta'lim olish samarasini oshirish, raqamli ta'lim olish madaniyati va etikasini shakllantirish, raqamli texnologiyalardan oqilona foydalanish hamda raqamli ta'limda axborot almashish, muloqot qilish ko'nikmalarini rivojlantirish davlatimiz va boshlang'ich sinf o'qituvchilaridan mas'uliyat talab qiladi. Bugungi kunda mamlakatimizda ta'lim tizimini axborotlashtirishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Shu borada, ta'limni rivojlantirish, uning samaradorligini oshirish yo'llari izlanmoqda, ta'limda yangi axborot texnologiyalarini joriy etish masalasi ommalashmoqda. Ta'lim jarayonida o'quvchi yoshlarni internetdan foydalanishi o'quvchilarni o'quv materialining chuqur o'zlashtirilishiga keng imkoniyat yaratib beradi.Vaholanki, bugungi kunda bolalar axborot xavfsizligini ta'minlash masalasi har qachongidan ham dolzarbroq ahamiyat kasb etmoqda.

Metodlar.

Ta'lim tizimida raqamli savodxonlikdan foydalanishning mohiyati va usullari quyidagilarda namoyon bo'ladi**:**

Raqamli savodxonlik - bu o'quvchi, talaba va pedagoglarning raqamli vositalardan oqilona, samarali hamda xavfsiz foydalanish qobiliyatidir. Uning asosiy mazmuni texnologiyadan foydalanish ko'nikmalari – kompyuter, planshet, smartfon, interaktiv doska kabi qurilmalardan maqsadga muvofiq foydalanish. Axborotni izlash va qayta ishlashda o'quvchi internet orqali kerakli ma'lumotni topish, uni tahlil qilish, solishtirish va tanqidiy yondashish ko'nikmalarini egallaydi. Raqamli muloqot esa o'quvchilarda onlayn platformalarda savodli, madaniyatli muloqot olib boorish qobiliyatini ta'minlaydi. Axborot xavfsizligi - bu shaxsiy ma'lumotlarni himoya qilish, feyk xabarlarni aniqlash, zararli dasturlardan saqlanish imkoniyatini beradi.

Ijodkorlik va innovatsion tafakkur – raqamli vositalardan foydalanib yangi g'oya, loyiha va mahsulotlar yaratish. Hayotiy kompetensiyalarni rivojlantirish – raqamli muhitda o'qish, ishlash, hamkorlik qilish va muammolarni hal etish demakdir.

Raqamli savodxonlikning bir qancha asosiy yo'nalishlari bo'lib, ulardan ta'limda foydalanish orqali o'quvchilarda raqamli savodxonlik ko'nikmalari tizimli ravishda shakllanib boradi: Raqamli o'qitish va o'qish yo'nalishidav masofaviy ta'lim, onlayn kurslar, elektron darsliklardan foydalanish nazarda tutilsa, raqamli madaniyatni rivojlantirish asnosida internetda odob-axloq qoidalariga rioya qilish, mas'uliyatli muloqotni tarkib toptirish masalalari hal qilinadi. Raqamli xavfsizlik yo'nalishi esa bugungi kunning eng dolzarb masalalaridan biridir. Unda shaxsiy va intellektual mulk huquqlarini himoya qilish, internet manbalaridan ongli ravishda huquqiy manfaatlarni e'tiborga olgan holda amalga oshiriladi. Ta'limda raqamli texnologiyalarni qo'llash jarayonida o'quvchilarda raqamli tafakkur, tanqidiy fikrlash, muammolarga kreativ va tezkor yechim topa olish qobiliyatlari ham shakllanib boradi. Bundan tashqari raqamli vositalardan foydalanish, ularni ta'lim jarayonida qo'llash orqali o'quvchilarda raqamli ijodkorlik ya'ni multimedia loyihalar, taqdimotlar yaratish, dasturiy mahsulotlar tayyorlash ko'nikmalari shakllanadi.

Natijalar. mulohaza.

Ta'lim tizimida raqamli savodxonlikning ahamiyati beqiyos bo'lib, undan oqilona foydalanish ta'lim jarayonining yanada samaradorligini oshiradi. Raqamli savodxonlik ta'lim sifatini oshirish, o'quvchilarni mustaqil fikrlashga undash va ularda zamonaviy kasb-hunar kompetensiyalarini shakllantirishda muhim o'rin tutadi. Shu bilan birgalikda o'qituvchilar uchun yangi pedagogik texnologiyalarni qo'llash imkonini beradi. O'qituvchi pedagoglar pedagogik texnologiyalarni qo'llagan holda dars jarayonini samarali va sifatli tashkil etish imkoniyatiga ega bo'ladilar. Bu esa o'quvchilar uchun bilimlarni tezkor va qulay usulda olish imkoniyatini ham yaratib beradi. Barchaga ma'lumki, dars jarayoni qanchalik texnik vositalar, multimedia mahsulotlari va amaliy faoliyatlar orqali olib borilsa, darsda o'quvchi faolligi yanada oshadi. Ta'lim jarayonida o'quvchi va o'qituvchi ijodkorlik va tashabbuskorlikni rivojlantirishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi. Milliy ta'lim tizimining global ta'lim makoniga integratsiyasini tezlashtiradi. Bundan tashqari yurtimizda inkluziv ta'limni rivojlantirishda yangi imkoniyatlarni ham yaratib beradi. O'quvchilarning xalqaro raqobatbardoshligini oshiradi. Ta'lim jarayonini tashkil etishda raqamli texnologiyalarning amaliy jihatlari ham muhim ahamiyat kasb etadi. Jumladan, elektron kundalik va onlayn baholash tizimlarini qo'llash orqali virtual laboratoriyalar va simulyatsiyalar yaratiladi, masofaviy ta'lim platformalari (Moodle, Google Classroom va boshqalar) ishlab chiqiladi.Sun'iy intellekt va Big Data texnologiyalaridan ham ta'limda keng foydalaniladi. Bu esa ta'lim ishtirokchilarining elektron kutubxonalar va raqamli resurs markazlaridan foydalanish madaniyatini oshirishga katta xizmat qiladi.

Xulosa qilib aytganda, raqamli savodxonlik tushunchasi ta'lim tizimining ajralmas qismi bo'lib, o'quvchi va pedagoglarning raqamli dunyoda samarali faoliyat yuritishlari uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma va malakalar majmuasidir. Uni rivojlantirish orqali ta'lim jarayonida sifat va samaradorlikka erishish, yosh avlodni raqamli dunyoda faol va mas'uliyatli shaxs sifatida shakllantirish mumkin. Raqamli texnologiyalar ta'lim jarayonini nafaqat qulay, balki samarali va innovatsion qiladi. Pedagoglar zamonaviy axborot-kommunikatsiya vositalaridan oqilona foydalangan holda, o'quvchilarda mustaqil fikrlash, ijodkorlik va raqamli savodxonlikni rivojlantirishlari mumkin. Innovatsion axborot vositalari yordamida o'qituvchi darsni samarali tashkil etishi, o'quvchilarda mustaqil fikrlash va raqamli savodxonlikni rivojlantirishi mumkin. Shu bois raqamli texnologiyalarni ta'lim jarayoniga joriy etish zamon talabi hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Raqamli O'zbekiston – 2030" strategiyasi.

2. Xamidov A., Jo'rayev O. Raqamli ta'lim va innovatsiyalar. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2021.

3. UNESCO. Digital Literacy in Education. Paris, 2019.

4. Toyirova, D. S. (2024). Kichik maktab yoshidagi o 'quvchilarda raqamli texnologiyalardan foydalanish ko 'nikmalarini tarbiyalashning mazmuni. *scholar, 2*(5), 106-114.

5. Sattorovna, T. D. (2025). Kichik yoshdagi o 'quvchilarda raqamli savodxonlik ko'nikmalarini shakllantirishning usullari. *imras, 8*(2), 101-104.

Usmonova Hulkar Shavkat qizi
Guliston davlat pedagogika instituti tayanch doktoranti

BO'LAJAK O'QITUVCHILARNING KASBIY KOMPETENTLIGINI GOSPITAL PEDAGOGIKASI VOSITASIDA RIVOJLANTIRISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISHGA INNOVATSION YONDASHUV

Annotatsiya. *Ushbu maqola bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetentligini rivojlantirishda gospital pedagogikasi metodlarining qo'llanilishi va takomillashtirilishini innovatsion yondashuvlar nuqtai nazaridan tahlil qiladi. Tadqiqot gospital pedagogikasining nazariy asoslarini, zamonaviy ta'lim tizimidagi o'rnini va bo'lajak o'qituvchilar tayyorlashda uning imkoniyatlarini ko'rib chiqadi. Maqolada adabiyotlar tahlili asosida gospital pedagogikasining pedagogik kompetentliklar rivojlantirishidagi roli va innovatsion yondashuvlarning samaradorligi baholanadi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, gospital pedagogikasining zamonaviy metodlari bo'lajak o'qituvchilarning empati qobiliyati, individual yondashish ko'nikmalari va inklyuziv ta'lim kompetentliklarini sezilarli darajada oshiradi.*

Kalit so'zlar: *gospital pedagogikasi, kasbiy kompetentlik, bo'lajak o'qituvchilar, innovatsion yondashuvlar, inklyuziv ta'lim, pedagogik metodika.*

AN INNOVATIVE APPROACH TO IMPROVING THE METHODOLOGY OF DEVELOPING PROFESSIONAL COMPETENCE OF FUTURE TEACHERS THROUGH HOSPITAL PEDAGOGY

Abstract. *This article analyzes the application and improvement of methods of hospital pedagogy in the development of professional competence of future teachers from the point of view of innovative approaches. The study examines the theoretical foundations of hospital pedagogy, its place in the modern educational system and its possibilities in the preparation of future teachers. The article evaluates the role of hospital pedagogy in the development of pedagogical competencies and the effectiveness of innovative approaches based on the analysis of literature. The results show that modern methods of hospital pedagogy significantly increase the ability of future teachers to empathize, individual approach skills and competencies of inclusive education.*

Keywords: *hospital pedagogy, professional competence, future teachers, innovative approaches, inclusive education, pedagogical methodology.*

ИННОВАЦИОННЫЙ ПОДХОД К СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ СРЕДСТВАМИ ГОСПИТАЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ

Аннотация. *В данной статье анализируется применение и совершенствование методов госпитальной педагогики в развитии профессиональной компетентности будущих педагогов с точки зрения инновационных подходов. В исследовании рассматриваются теоретические основы хосписной педагогики, ее место в современной системе образования и ее возможности в подготовке будущих педагогов. В статье на основе анализа литературы оценивается роль госпитальной педагогики в развитии педагогических компетенций и эффективность инновационных подходов. Результаты показывают, что современные методы хосписной педагогики значительно повышают способность будущих учителей к эмпатии, навыки индивидуального подхода и инклюзивные образовательные компетенции.*

Ключевые слова: *хосписная педагогика, профессиональная компетентность, будущие учителя, инновационные подходы, инклюзивное образование, педагогическая методология.*

Kirish. Zamonaviy ta'lim tizimining dinamik rivojlanishi va jamiyatdagi ijtimoiy o'zgarishlar bo'lajak o'qituvchilarni tayyorlash jarayoniga yangicha talablar qo'ymoqda. Bugungi kunda ta'lim

muassasalarida turli ehtiyojlarga ega o'quvchilarning soni ortib borayotgani, ularning orasida kasallik yoki boshqa sabablar tufayli uzoq muddat ta'lim jarayonidan chetda qoladigan bolalar ham ko'payib borayotgani kuzatilmoqda [1]. Ushbu vaziyat pedagog kadrlar tayyorlash tizimiga gospital pedagogikasi kabi maxsus yo'nalishlarni kiritish zaruriyatini tug'diradi.

Gospital pedagogikasi - kasallik yoki boshqa sog'liq muammolari tufayli an'anaviy ta'lim muhitidan uzoqda bo'lgan bolalar bilan ishlashga qaratilgan pedagogik faoliyatning maxsus sohasi hisoblanadi. Bu soha o'qituvchilardan nafaqat an'anaviy pedagogik bilim va ko'nikmalarga, balki tibbiy-pedagogik bilimlar, psixologik tayyorgarlik va maxsus metodik kompetentliklarga ham ega bo'lishni talab qiladi [2]. Gospital pedagogikasining ahamiyati shundaki, u nafaqat kasalliklar davomida ta'limni davom ettirish imkonini beradi, balki bolalarning ijtimoiy adaptatsiyasi, ruhiy salomatligi va shaxsiy rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Hozirgi vaqtda gospital pedagogikasining nazariy va amaliy asoslari yetarlicha ishlab chiqilgan bo'lsa-da, bo'lajak o'qituvchilarni ushbu soha bo'yicha tayyorlash metodikasi hali ham takomillashtirish jarayonida hisoblanadi. Innovatsion yondashuvlar, zamonaviy pedagogik texnologiyalar va raqamli vositalarning joriy etilishi bu sohada yangi imkoniyatlar ochmoqda [3]. Shu bilan birga, gospital pedagogikasining an'anaviy metodlari bilan zamonaviy innovatsion yondashuvlarni muvofiqlashtirish muammosi ham dolzarb hisoblanadi.

Metodologiya va adabiyotlar tahlili.

Ushbu tadqiqotda gospital pedagogikasi va bo'lajak o'qituvchilar tayyorlash metodikalarini takomillashtirish masalalarini o'rganish uchun keng qamrovli adabiyotlar tahlili usuli qo'llanildi. O'zbekistonda gospital pedagogikasi muammolari bo'yicha yetakchi tadqiqotchilardan biri Jurayeva S.B. o'z ishlarida maxsus ehtiyojli bolalar bilan ishlashda o'qituvchilarning kasbiy tayyorgarligining ahamiyatini ta'kidlaydi [4]. Uning fikriga ko'ra, gospital pedagogikasining milliy ta'lim tizimidagi o'rni tobora ortib bormoqda va bu soha mutaxassislarni tayyorlash zamonaviy pedagogik ta'limning muhim vazifalaridan biriga aylanib bormoqda.

Mamayusupova N.E. o'z tadqiqotlarida O'zbekiston sharoitida gospital pedagogikasi metodikalarining qo'llanilishi masalalarini chuqur tahlil qilgan [5]. U gospital muhitida ta'lim beruvchi o'qituvchilardan yuqori darajadagi empati, psixologik barqarorlik va moslashuvchanlik talab etilishini asoslaydi. Shuningdek, u milliy qadriyatlar va an'analarni gospital pedagogikasiga singdirish yo'llarini ham ko'rsatib beradi.

Rus pedagogi V.V. Nikolaeva o'z tadqiqotlarida gospital pedagogikasining o'qituvchilar tayyorlashdagi o'rnini alohida ta'kidlaydi va ushbu sohada faoliyat yurituvchi mutaxassislardan maxsus psixologik-pedagogik tayyorgarlik talab etilishini asoslaydi [6]. Uning fikriga ko'ra, gospital pedagogikasi nafaqat tibbiy bilimlarni, balki kasallik holatidagi bolalarning ruhiy holatini tushunish, ular bilan empati o'rnatish va individual yondashuvni qo'llash qobiliyatlarini ham talab qiladi.

Yusupov A.K. o'z monografiyasida inklyuziv ta'lim tizimida gospital pedagogikasining tutgan o'rnini tahlil qilib, bu sohaning O'zbekiston ta'lim tizimidagi istiqbollarini belgilaydi [7]. U gospital pedagogikasini inklyuziv ta'limning muhim tarkibiy qismi sifatida ko'rib, ushbu sohada ishlash uchun o'qituvchilardan maxsus kompetentliklar talab etilishini ta'kidlaydi.

Xorijiy tadqiqotchilarda gospital pedagogikasining innovatsion metodlari masalasi kengroq yoritilgan. Masalan, finlandiyalik olim H. Korhonen (2021) raqamli texnologiyalarning gospital pedagogikasidagi rolini o'rganib, virtual sinf xonalari, interaktiv ta'lim dasturlari va masofaviy o'qitish vositalarining kasallik davrida ta'lim sifatini oshirishdagi samaradorligini isbotladi [8]. Shu bilan birga, u an'anaviy yuz-yuzga suhbat va shaxsiy aloqaning ahamiyatini ham alohida ta'kidlaydi.

Karimov I.A. o'z dissertatsiya ishida bo'lajak o'qituvchilarning maxsus pedagogik kompetentliklarini rivojlantirish masalalarini o'rganib, gospital pedagogikasi tajribasining umumiy pedagogik faoliyatga ijobiy ta'sirini ko'rsatadi [9]. Uning tadqiqoti shuni isbotlaydiki, gospital pedagogikasi bo'yicha olgan bilim va tajriba o'qituvchilarning individual yondashuv qo'llash, empati ko'rsatish va moslashuvchanlik xususiyatlarini rivojlantiradi.

Natijalar va muhokama.

Adabiyotlar tahlili natijalarining umumlashtirilishi shuni ko'rsatadiki, gospital pedagogikasining bo'lajak o'qituvchilar tayyorlashdagi roli ko'p jihatli va murakkab xususiyatga ega. Birinchidan, bu soha o'qituvchilarda maxsus pedagogik kompetentliklarni rivojlantiradi, jumladan, kasallik holatidagi bolalarning ta'lim ehtiyojlarini aniqlash, individual o'quv rejalarini tuzish va moslashuvchan o'qitish metodlarini qo'llash ko'nikmalarini shakllantiradi.

O'zbek tadqiqotchilarining ishlari shuni ko'rsatadiki, milliy ta'lim tizimi sharoitida gospital pedagogikasi metodikalarini qo'llash o'ziga xos xususiyatlarga ega. Jurayeva S.B.ning ta'kidlashicha, O'zbek oilalarining an'anaviy qadriyatlari va bolalarning kasallik davridagi ruhiy holatiga nisbatan munosabati gospital pedagogikasi amaliyotiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi [4]. Bu esa o'qituvchilardan nafaqat pedagogik, balki madaniy-psixologik kompetentliklarga ham ega bo'lishni talab qiladi.

Gospital pedagogikasining innovatsion yondashuvlari orasida raqamli texnologiyalarning qo'llanilishi alohida o'rin tutadi. Virtual reallik, interaktiv o'yinlar, masofaviy aloqa vositalari va mobil ilovalar gospital sharoitda ta'lim berish imkoniyatlarini sezilarli darajada kengaytirmoqda [8]. Biroq, ushbu texnologiyalarning muvaffaqiyatli qo'llanilishi o'qituvchilardan tegishli raqamli kompetentliklarga ega bo'lishni talab qiladi, bu esa kadrlar tayyorlash dasturlarining mazmunini yanada boyitish zaruriyatini tug'diradi.

Mamayusupova N.E.ning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, gospital pedagogikasining psixologik jihatlari ham muhim ahamiyat kasb etadi [5]. Kasallik davridagi bolalarning ruhiy holati, tashvish va qo'rquvlari, motivatsiya masalalari bilan ishlash o'qituvchilardan yuqori darajadagi empati va psixologik tayyorgarlikni talab qiladi. Bu boradagi kompetentliklar nafaqat gospital sharoitda, balki oddiy ta'lim muassasalarida ham foydali hisoblanadi, chunki har bir sinfda turli ruhiy-hissiy holatdagi o'quvchilar bo'lishi mumkin.

Innovatsion yondashuvlarning eng muhim yo'nalishlaridan biri interdissiplinar hamkorlik hisoblanadi. Zamonaviy gospital pedagogikasi tibbiyot xodimlari, psixologlar, ijtimoiy ishchilar va boshqa mutaxassislar bilan yaqin hamkorlikda amalga oshiriladi. Bu yondashuv bo'lajak o'qituvchilardan keng qamrovli bilimlar va turli soha vakillari bilan samarali hamkorlik qilish ko'nikmalarini talab qiladi. Yusupov A.K.ning ta'kidlashicha, ushbu interdissiplinar yondashuv O'zbek ta'lim tizimi uchun nisbatan yangi bo'lib, uning joriy etilishi maxsus dasturlar va metodikalar ishlab chiqishni talab qiladi [7].

Metodik jihatdan gospital pedagogikasi o'qituvchilarni individual yondashuvning eng yuqori darajasiga tayyorlaydi. Har bir bola uchun alohida o'quv rejasi tuzish, uning sog'liq holati, psixologik xususiyatlari va ta'lim ehtiyojlarini hisobga olish ko'nikmalari umumiy pedagogik faoliyatda ham qimmatli hisoblanadi. Karimov I.A.ning tadqiqoti bu fikrni tasdiqlaydi va gospital pedagogikasi tajribasining o'qituvchilarning umumiy kasbiy kompetentliklarini oshirishdagi rolini ko'rsatadi [9].

Xulosa.

Gospital pedagogikasi vositasida bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetentligini rivojlantirish zamonaviy ta'lim tizimining muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, ushbu soha nafaqat maxsus ehtiyojlarga ega bolalar bilan ishlash ko'nikmalarini rivojlantiradi, balki o'qituvchilarning umumiy pedagogik kompetentliklarini ham sezilarli darajada boyitadi.

O'zbek tadqiqotchilarining ishlari milliy ta'lim tizimi sharoitida gospital pedagogikasining o'ziga xos xususiyatlarini aniqlash va uning mahalliy sharoitlarga moslashtirilishi zarurligini ko'rsatadi. Innovatsion yondashuvlar, xususan raqamli texnologiyalarning qo'llanilishi, interdissiplinar hamkorlik va individual yondashuvning takomillashtirilishi gospital pedagogikasining samaradorligini oshirishda muhim rol o'ynaydi. Biroq, ushbu yangiliklar an'anaviy pedagogik qiymatlar va milliy qadriyatlar bilan muvozanatli ravishda qo'llanilishi zarur.

Bo'lajak tadqiqotlar gospital pedagogikasining amaliy qo'llanilishi, o'qituvchilar tayyorlash dasturlarini takomillashtirish va ushbu sohadagi xalqaro tajribalarni O'zbekiston sharoitlariga moslashtirishga qaratilishi maqsadga muvofiq bo'ladi. Shuningdek, mahalliy sharoitlarga moslashtirilgan

gospital pedagogikasi metodikalarini ishlab chiqish va ushbu sohada faoliyat yurituvchi o’qituvchilar uchun maxsus tayyorlov dasturlarini yaratish ham dolzarb vazifa hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Johnson, R. K. (2021). Historical foundations of hospital pedagogy in European education systems. *European Journal of Special Education*, 36(2), 178-195.
2. Wilson, L. & Davis, K. (2023). Developing empathy and adaptability in teacher training through specialized pedagogical approaches. *Teacher Education Quarterly*, 41(1), 89-106.
3. Garcia, C. & Rodriguez, P. (2023). Technology integration in medical-educational environments: A comprehensive review. *International Journal of Educational Technology*, 18(2), 45-68.
4. Jurayeva, S. B. (2022). *Maxsus ehtiyojli bolalar bilan ishlashda o’qituvchilarning kasbiy tayyorgarligi*. Toshkent: Yangi asr avlodi.
5. Mamayusupova, N. E. (2023). *O’zbekiston sharoitida gospital pedagogikasi metodikalarining qo’llanilishi*. Pedagogik ta’lim, 28(4), 67-82.
6. Nikolaeva, V. V. (2022). *Gospital’naya pedagogika: teoriya i praktika*. Sankt-Peterburg: Prosveshcheniye.
7. Yusupov, A. K. (2023). *Inklyuziv ta’lim tizimida gospital pedagogikasining tutgan o’rni*. Samarqand: Zarafshon.
8. Korhonen, H. (2021). Digital innovations in hospital pedagogy: Virtual classrooms and interactive learning. *Nordic Journal of Digital Learning*, 12(3), 234-251.
9. Karimov, I. A. (2023). *Bo’lajak o’qituvchilarning maxsus pedagogik kompetentliklarini rivojlantirish*. Buxoro Davlat Universiteti Axborotnomasi, 15(2), 89-104.
10. Anderson, T. L. (2021). Psychological aspects of teaching children in hospital settings: Challenges and opportunities. *Child Psychology Review*, 33(5), 298-315.

Xalilova Ruxsora Raupovna
Buxoro davlat pedagogika instituti dotsenti,
filologiya fanlari falsafa doktori (PhD),
Kurbonova Oysara Davronovna
Buxoro Xalqaro universiteti magistranti

IJTIMOIY TARMOQLARDAGI MULOQOTNING PSIXOLINGVISTIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada XX asr o'rtalarida yozilgan maktub bilan zamonaviy SMS xabarlarining til xususiyatlarini qiyosiy tahlil qilish orqali ikki davr yozma nutqi haqida batafsil ma`lumot beriladi. Maktubdagi klassik emotsional ekspressivlik, lug`aviy boylik,leksik qatlam so'zlashuv va adabiy uslub sintezi zamonaviy virtual aloqa vositalaridagi qisqartmalar, emoji va norasmiy yozuv uslublari bilan qiyoslanadi. Asosiy e'tibor matnlardagi lingvistik tejamkorlik, sotsiomadaniy ishoralar, gender nutqi xususiyatlari, belgilar (emoji, punktuatsiya) vositasida hissiyotning ifodalanishi holatlariga qaratiladi.*

Kalit so`zlar: *virtual muloqot,virtual yaqinlik,psixolingvistika,tilda kommunikatsiya,onlayn muloqot,raqamli tilshunoslik,nutq faoliyati,internet kommunikatsiyasi,muloqot strategiyalari,ijtimoiy tarmoqlarda muloqot.*

ПСИХОЛИНГВИСТИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОБЩЕНИЯ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ

Аннотация. *В данной статье проводится сравнительный анализ письменной речи двух исторических периодов на основе письма, написанного в середине XX века, и современных SMS-сообщений. Классическая эмоциональная экспрессивность, лексическое богатство, а также синтез разговорного и литературного стилей в письме сопоставляются с сокращениями, эмодзи и неформальными стилями письма, характерными для современных виртуальных средств общения. Основное внимание уделяется лингвистической экономии, социокультурным отсылкам, гендерным особенностям речи, а также выражению эмоций с помощью знаков, таких как эмодзи и пунктуация.*

Ключевые слова*:виртуальное общение,психолингвистический анализ,онлайн-коммуникация, язык и мышление,речевая деятельность, цифровая коммуникация, коммуникативные стратегии, социальные сети языковое поведение интернет-дискурс*

PSYCHOLINGUISTIC FEATURES OF COMMUNICATION IN SOCIAL NETWORKS

Abstract. *This article provides a comparative analysis of written speech from two different periods by examining a letter written in the mid-20th century and modern SMS messages. The classical emotional expressiveness, lexical richness, and the synthesis of colloquial and literary styles in the letter are compared with abbreviations, emojis, and informal writing styles typical of modern virtual communication tools. Special attention is given to linguistic economy, sociocultural references, gender-specific language features, and the expression of emotions through signs such as emojis and punctuation.*

Keywords: *virtual communication,psycholinguistics,online discourse,digital communication,speech activity,internet linguistics,language and cognition, communication strategies,social media interaction,Linguistic behavior in virtual spac.*

Axborot texnologiyalari davri deb ataladigan tezkor zamonda yashar ekanmiz, doimiy ravishda kim bilandir muloqot qilamiz – yozishamiz, gaplashamiz, video qo'ng'iroq qilamiz, ovozli xabar

yuboramiz. Lekin aynan shu muloqotlar qalbimizdagi bo'shliqni to'ldiryaptimi? Samimiylikni takror va takror yuborilayotgan emoji, gif stiker yoki memlar ichidan topa olyapmizmi?

Nega insonlar bir-biri bilan doimiy aloqada bo`lishiga qaramay, muloqot qisqarmoqda, o'zlarini yolg'iz his qilmoqdalar? Bunday savollar bugungi psixolog va lingvistlarni chuqur o'yga toldiradi.

Aslida,virtual yaqinlik bu - samimiyatning soyasi. Bir paytlar yaqinlik – mehmonga borish, yurakdan suhbatlashish, ko'zga qarab gaplashish,hissiyotlarni nigohlar va so`zlar orqali izhor etish edi. Bugun esa bu tushuncha – "like" bosish, "😂" yoki "❤️" yuborish, "online bo'lib, javob qaytarmadi" degan gina bilan ifodalanmoqda. Keling, bir hayotiy yozishma misolida ko`ramiz:

– Qalesan, zerikmayapsanmi?

– Yo'q, Instagramda biroz "scroll" qilib yotibman.

– Gaplashamizmi?

– Keyinroq, serial ko'ryapman...

Oddiy,kundalik hayotda ishlatiladigan bu yozishma o'z ichida katta muammoni yashiradi: jamiyat a`zolari muloqot qilishni istamay qo'ygan, ular endi shunchaki vaqt o'tkazmoqdalar. Suhbat esa – psixologik yaqinlik emas, zerikkan miyani band qilish vositasiga aylangan.Suhbatdosh esa fikrini ifodalash uchun so`z topolmaydi,so`zga chanqoq.Uning o`rniga stiker yoki gif yubora qoladi.Qalbdagi sukunatni ishora yoki rasm yenga olmasligi aniq.Bu vaziyat yana bir muammoni keltirib chiqaradi:ijtimoiy tarmoqlarda yuzlab do'stlarimiz bor, biroq dardimizni yashiramiz. "Qaleysan?" degan so`roqqa "zo'r" deb javob beramiz, aslida esa muammolarimiz ko`p,dilimizda og'riq,balki kasaldirmiz... Muloqot bor, lekin o'zaro tushunish yo'q.

Bugungi muloqot haqida "insonlar gaplashishdan ko'ra post yozishni afzal ko'radi",deya baralla ayta olamiz. Chunki postda yuz ifodasi, ovoz ohangi, nigoh – ya'ni samimiyat yo'q. Unda faqat niqob bor,xolos. Bu niqoblar orasida haqiqiy insoniy munosabatlar asta-sekin yo'qolib bormoqda,sun`iylashmoqda.

Sun'iy muloqotning psixologik ta'siri esa o`z aksini sezilarlicha ko`rsatmoqda. Mutaxassislarning fikricha[1]. , inson ko'proq yozishmalar orqali muloqot qilgan sayin, uning hissiy ifoda berish qobiliyati zaiflashadi. Yuzma-yuz muloqotda yuz ifodasi, ovoz ohangi, tana harakati orqali ko'p narsa aytiladi. Bular yo'qolganida esa inson o'zini tushunarsiz, ba'zan esa keraksiz his qila boshlaydi.

O'zbek tilida hissiy ifoda vositalari tarixan boy an'anaga ega. Yozma maktublar(harbiy askarlarga,uzoqdagi yaqinlarga)hol-ahvol so`rash maqsadida, ayniqsa, sevgi izhori sifatida qadimdan foydalanilgan. Bugun esa ularning o'rnini ko'p jihatdan smartfon vositalari orqali yoziladigan qisqa matnli xabarlar (SMS-short message servise, Telegram, WhatsApp,facebook va boshq.) egallab ulgurdi. Bu esa hissiy ifoda metodining, til birliklari va shakllarining keskin o'zgarishiga olib kelmoqda.Mavzuni to`liqroq ochish maqsadida XX asr adabiyotining yorqin namunasi sanalgan "O`tkan kunlar" romanidagi Kumushning Otabekka yozgan maktubi misolida o`tmish va hozirgi zamonaviy (ijtimoiy tarmoq yozishmalari) yozma nutqlarini solishtirishni lozim topdik:

«Yusuf savdosida beqaror Zulayho ismidan [3]. , Majnun ishqida yig'lag'an Layli otidan - sizga boshimdag'i sochlarimning tuklaricha behad salom. - Mendan - haddu-hisobsiz gunoh, sizdan - kechirish. O'tkan ishga salavot. Chunki shu ikki yil ichida kechirgan qora kunlarni eska olish manim uchun o'sha kunlarni qaytadan boshdan kechirishlik singari, ul kunlarni siz unuting, unutmang, ammo men unutdim. Shuning uchun so'zimni o'zimni oxirg'i, ham chin baxt islari hidlagan tariximdan boshlayman. Siz - qochoqsiz, nari-beri til uchida menga bir narsa yozg'andek bo'lib qochqansiz, ikki yil bo'ldi Marg'ilon kelib yurishlaringizni men o'zimcha yeshdim, lekin topib yeshdim: sizning barcha mashaqqatlaringiz - dushmanlaringizdan o'ch olish uchun bo'lg'anini ongladim. Yo'qsa, meni ko'rar edingiz, ko'rgingiz kelmaganda ham boshqalar sizni ko'rar edilar, to'yar edilar... Men kabi baxtsiz, men kabi g'ovg'asi ko'b sizni zeriktirib, jondan to'ydirg'an bo'lsa ajab emaski, qocha boshlag'ansiz... Qochsangiz qochib ko'ringiz, ammo men bu kundan boshlab biravlarni quvishqa bel bog'ladim: otam bilan onam rafoqatlarida xizmatingizg'a - cho'riliqingizg'a erta-indin yuraman, suyganingiz kundoshim oldida qadru-qiymatimning nima bo'lishini ham bilaman... Siz olijanobsiz: eski qadrdonliq hurmatiga ko'ngil uchun kulib boqarsiz... Loaqal shugina bilan ham baxtsizni mas'uda qilarsiz. Ammo... suyganingiz - kenjangizning jerkishlaridan, qarg'inishlaridan behad qo'rqaman,

o’zimda yo’q qo’rqaman. Shu yaqin oradag’i uning bilan bo’ladirg’an mas’ud daqiqalaringizda xudo yo’lig’a va’da olingiz - meni og’ritmasin, raqibam keldi deb o’ylamasin. Nihoyati maqsadim ikki do’stka bir cho’rilik va shu munosabat bilan biravlarini ko’rib yurish... Xatim oxirinda shuni ham aytib qo’yay: o’ch qaytib, men ham ko’chadan haydalmasam edi, degan xavf hamisha ko’nglimda. Agar xudo yarlaqab eshikingizda o’rinlashib olsam, uyog’ini o’zim bilar edim... Erta-indin ko’zimga yo’l ko’rinur, Yo’l bosishliq ko’ngilga bir umr ko’rinur... uchinchi hamal, Marg’ilon, Kumushingiz yozdi».

Quyida jarayonlarni misollar asosida tahlil qilar ekanmiz,dastavval, adabiy (an`anaviy) maktub tilining xususiyatlarini sanab o`tamiz:

-leksik boylik: “boshimdagi sochlarimning tuklaricha behad salom” - ifoda yo`sinida badiiylik;

-sintaktik murakkablik: bog`langan va ergashgan qo`shma gaplar;

-emotsional ekspressivlik: “og’ritmasin”, “jondan to’ydirg’an bo’lsa ajab emas” - real hayotiy voqelik;

-nutq uslubi: yozma va adabiy nutq qorishiq holda. Og’zaki nutq unsurlari (“qochqansiz”, “jerk-ishlar”) mavjud;

Gender nutqi: ayol muallif o’zini cho’ri, kundosh, bechora sifatida ko`rsatadi. Nofaol sevuvchi obraz ustun;

Matn tuzilishi: ibtido - salom, o’rta - izoh, sharh,yakun - niyat, Yaxlit strukturial butunlik.

Xuddi shu psixolingvistik tahlilni zamonaviy SMS’lardagi til o’zgarishlari,hissiy yozishmalarining o’ziga xos xususiyatlarida ko`rib chiqadigan bo`lsak,quyidagi jarayonga duch kelamiz:

-leksik qisqartmalar va harfiy ixtiyoriyliklar juda ko`p xilma-xilliklarda ko`rinadi - “s`ni s’vaman” (sevaman)

“wuna qimasang bo’midimi?” (shunday qilmasang bo`lmaydimi?)

“man sni sogindim…(men seni sog’indim)

Ushbu jumlada lingvistik iqtisod (tejamkorlik) ustun: ko’p hollarda tovushlar tushiriladi yoki boshqa tovush bilan almashtiriladi (“sni” = seni),("wu"=shu)

-emoji, belgi va ishoralar bilan emotsiyani ifodalash-😢❤️😘 - bu belgilar butun bir fikr,gapning o’rnini bosmoqda;

-“….”, “!!!!”, “:((” - punktuatsion ishoralar orqali hissiyot ifodalanadi[1];

-me`yordan chiqish-ya`ni sintaktik ifoda oddiy va qisqa: “sen yo’qsan, yuragim bo’sh”;

-imlo va grammatik qoidalar e’tiborga olinmaydi;

-aralash tillilik: “Miss ”, “Ko’p sog’indim uje…”скучно 😭"

-murojaatda o`zga tillilikka tayanish-Honey / Hon – asalim,Sweetheart – yuragim, shirinim,Love – sevgilim,Darling – azizim,Boo – sevgan inson (zamonaviy),Sunshine – quyoshim;

-yozuvda jinslararo farqlilik:ayol (qiz)lar ko’proq emoji, muloyim ohang ishlatadi: “qayerdasiz? 😔,erkak (yigit)lar asosan qisqa, his-tuyg’uni yashirin ifoda etadi: “hm, yaxshi yur…”

Lingvistik qiyosiy tahlilni jadval shaklida taqdim etishni to`g`ri deb bildik:

Til birliklari	XX asr maktubi	Zamonaviy SMS
Leksika	Badiiy, boy, dramatik obrazli	Jo`n, qisqartirilgan, me`yordan chekinuvchi
Sintaksis	Murakkab qo`shma gaplar, uzundan-uzun jumlalar	O`ta sodda gaplar, so`z-gaplar
Imlo	Qoidalarga rioya qilingan	Orfografik qoidalarga rioya qilmaslik, ixtiyoriylik
Hissiy ifoda	So’z va obrazlar orqali	Emoji (his belgi), gif ,mem va belgilar
Nutq uslubi	Yozma/adabiy va og’zaki qorishiq holda	Norasmiy, chat metodi
Matnning tarkibiy bo`linishi	Kirish – asos – xulosa	Matnga bog`liq holda parchalangan

Ijtimoiy rol (gender)	Ayol – sadoqatli, mag'rur xizmat-kor ("cho`ri") beka	Ayol – mehribon,mustaqil

Bugungi zamonaviy SMSlarda hissiy ifoda metodi orfografik va leksik ixtiyoriylik, grafik belgilar orqali emotsionallik bilan ajralib turadi. Aksincha, [2] XX asrga oid yozma nutqlarda badiiylik, mukammallik, hissiyotning so'zlar orqali ifodalanishi ustun. Bunday jarayon nafaqat kattalar balki,bolalar yozma nutqida ham kuzatiladi. Keyingi ilmiy izlanishlarimizda shu mavzuga ham batafsilroq to`xtalamiz.Bu esa nafaqat texnologik taraqqiyot, balki ijtimoiy ong, gender roli, estetik qadriyatlar va madaniy fonning o'zgarganligini ham ko'rsatadi.Asta-sekin odamlar sukunatni muloqotning bir turi deb qabul qiladigan darajaga yetadi. Haqiqat,mehr,samimiyat kabi insoniy tushunchalar qalbdan qalbga,nigohdan nigohga yuqadi, o'tadi.Smartfon ekranlari ortidan chiqqan so'zlar aslo o'z ta'sirini to'liq yetkaza olmaydi. Muloqot jarayonida samimiyatdan yiroqlashish vaqt o'tib, insoniyatni eng ko'p qiynaydigan narsa bu – uni hech kimning eshitmasligi,tushunmasligi muammosini keltirib chiqarishiga shubha yo`q,o`shanda bu psixologiyaning alohida mavzusiga aylanishi tabiiy.Ammo bugungi tezkorlik talab etayotgan yozishmalarning ham o`z dolzarbligi,qiymati mavjud,albatta.

Shu bois mayli,muloqot texnologiya vositasida bo'lsin, ammo aloqa – insoniylik, samimiyat va yurakdan suhbatlashish maqsadiga qurilgan bo`lsin. Axir, qalbdan chiqqan so`z qalbga yetib boradi, qalbga yetgan so'zgina insonni o'zgartira oladi.

Foydanilgan adabiyotlar ro`yxati.

1.Karimov, A. "Til va jamiyat: psixolingvistik yondashuvlar". - T.: 2018.
2.Crystal, D. "Language and the Internet". Cambridge University Press, 2001.
3.Qodiriy,A."O`tkan kunlar".-T.:2016
4. Xalilova R. R. Internet muloqotlarning pragmatik tamoyillari . So'z san'ati xalqaro jurnali. – Toshkent, 2021,– №1,
5. O'zbek tili grammatikasi. 2-jild. Sintaksis. - T.: Fan, 2006.
6. G'afurov, N. "O'zbek tilining zamonaviy stilistikasi". - T.: 2021.

Xuddiyeva Umida Aminjon qizi
Buxoro Xalqaro Universiteti matematika fani o'qituvchisi

LAGRANJ USULIDA KVADRATIK FORMANI KANONIK KO'RINISHGA KELTIRISH METODIKASI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada kvadratik formani kanonik ko'rinishga keltirishning universal usuli bo'lgan Lagranj metodi ko'rib chiqiladi. Metodning asosiy g'oyasi bazisni o'zgartirish o'rniga, koordinatalarni ketma-ket almashtirish orqali kvadratga to'ldirish amalini bajarishga asoslangan. Maqolada kvadratik formaning diagonal elementlari noldan farqli yoki barchasi nolga teng bo'lgan holatlar uchun metodikaning qo'llanilishi bosqichma-bosqich tushuntirilgan va misol bilan mustahkamlangan.*

Kalit so'zlar: *kvadratik forma, kanonik ko'rinish, Lagranj usuli, chiziqli almashtirish, kvadratga to'ldirish, simmetrik matritsa.*

МЕТОДИКА ПРИВЕДЕНИЯ КВАДРАТИЧНОЙ ФОРМЫ К КАНОНИЧЕСКОМУ ВИДУ МЕТОДОМ ЛАГРАНЖА

Аннотация. *В статье рассматривается метод Лагранжа - универсальный способ приведения квадратичной формы к каноническому видуб. Основная идея метода заключается в последовательном преобразовании координат с использованием операции выделения полного квадрата, вместо преобразования базиса. В статье поэтапно объясняется применение методики для случаев, когда диагональные элементы квадратичной формы отличны от нуля или все равны нулю, и подкрепляется примером.*

Ключевые слова: *квадратичная форма, канонический вид, метод Лагранжа, линейное преобразование, выделение полного квадрата, симметричная матрица.*

THE METHODOLOGY FOR BRINGING A QUADRATIC FORM TO CANONICAL FORM USING THE LAGRANGE METHOD

Annotation. *This article discusses the Lagrange method, a universal technique for converting a quadratic form to its canonical form. The core idea of the method is based on sequentially transforming coordinates by completing the square, rather than changing the basis. The article explains the step-by-step application of the methodology for cases where the diagonal elements of the quadratic form are non-zero or all equal to zero, and reinforces it with an example.*

Keywords: *quadratic form, canonical form, Lagrange's method, linear transformation, completing the square, symmetric matrix.*

Kirish. Kvadratik formani kanonik ko'rinishga, ya'ni o'zgaruvchilar kvadratlarining chiziqli kombinatsiyasiga keltirish chiziqli algebraning muhim masalalaridan biridir[1;72-b]. Bu masalani yechish uchun bir nechta usullar mavjud bo'lib, ular orasida Lagranj usuli o'zining universalligi bilan ajralib turadi[2;332-b]. Ushbu metodning asosiy xususiyati shundaki, u bazisni o'zgartirishga emas, balki koordinatalarni ketma-ket chiziqli almashtirishlar orqali masalani hal qilishga qaratilgan[3;75-b]. Bu esa hisoblash jarayonini soddalashtiradi va algoritmni tushunarli qiladi.

Agar $\varphi(x,y)$ - simmetrik bi chiziqli forma, $q(x)=\varphi(x,x)$ unga mos kvadratik forma va $\{e_1,e_2,\cdots,e_n\}$ bazis $\varphi(x,y)$ uchun kanonik bo'lsa, u holda $q(x)=\sum_{i=1}^{n} a_{ii}\xi_i^2$, bu yerda $a_{ii}=q(e_i),\xi_i$ esa x vektorning bu bazisdagi i - koordinatasi. Shuning uchun ba'zan kanonik bazis qurishni "kvadratik formani kvadratlarning yig'indisiga keltirish" deb ham gapiriladi (aslini olganda bu yerda kvadratlarning yig'indisi to'g'risida emas, ularning chiziqli kombinatsiyasi to'g'risida gap ketyapti).

Kvadratik formani kvadratlarning yig'indisiga keltiruvchi va Lagranj usuli deb ataluvchi universal usul mavjud. Uning asosiy ajralib turadigan xususiyati shuki, unda masala bazisni emas, balki koordinatalarni ketma-ket almashtirish yo'li bilan hal qilinadi.

Kvadratik $q(x)$ forma biror bazisdagi matritsasi $A=(a_{ij})$ bo'lsin. Bu matritsa simmetrik. Bunga asosan

$$q(x)=q(\xi_1,\cdots,\xi_n)=\sum_{i,k=1}^{n}a_{ik}\xi_i\xi_k=\sum_{i=1}^{n}a_{ii}\xi_i^2+2\sum_{1\le i<k\le n}a_{ik}\xi_i\xi_k.$$

Bizga $q(x)=q(\xi_1,\cdots,\xi_n)$ kvadratik formaga x vektorning $\xi_1,\cdots,\xi_n$ koordinatalarining funksiyasi sifatida qarash qulayroq.

A matritsani noldan farqli deb faraz qilamiz (agar A biror bazisda nolga teng bo'lsa, u har qanday bazisda ham nolga teng bo'lib, unga mos kvadratik forma ham aynan nolga teng bo'ladi). U holda uning kamida birorta elementi noldan farqli.

Agar $a_{11}\neq 0$ bo'lsa, u holda ξ_1 ni o'z ichiga oluvchi barcha hadlarni yig'ib va bu yig'indini kvadratgacha to'ldirib, quyidagi ifodani olamiz:

$$q(\xi_1,\cdots,\xi_n)=a_{11}(\xi_1+\frac{a_{12}}{a_{11}}\xi_2+\cdots+\frac{a_{1n}}{a_{11}}\xi_{11})^2+q_1(\xi_2,\cdots,\xi_n),$$

bu yerda $q(\xi_2,\cdots,\xi_n)$ ifoda $n-1$ o'zgaruvchining kvadratik formasi. Agar A matritsaning a_{11} emas, balki boshqa biror diagonal elementi noldan farqli bo'lsa, yuqoridagiga o'xshash mulohaza yuritamiz (masalan $a_{ii}\neq 0$ bo'lsa, ξ_1 o'ringa ξ_i bilan mulohaza yuritamiz).

Endi A matritsaning barcha diagonal elementlari nolga teng bo'lgan holni ko'ramiz. U holda biror $a_{ij}, i\neq j$ elementi noldan farqli. Soddalik uchun $a_{12}\neq 0$ bo'lsin deylik. O'zgaruvchilarning quyidagi chiziqli almashtirishini bajaramiz:

$$\begin{aligned}
\xi_1&=\xi_1'+\xi_2',\\
\xi_2&=\xi_1'-\xi_2',\\
\xi_3&=\cdots\cdots\xi_3',\\
&\cdots\cdots\cdots\\
\xi_n&=\cdots\cdots\xi_n'.
\end{aligned}$$

Bu chiziqli almashtirishning matritsasi maxsusmas bo'lib, hosil bo'lgan $\xi_1',\xi_2',\cdots,\xi_n'$ o'zgaruvchilarga bog'liq bo'lgan yangi kvadratik forma uchun $a_{11}'\neq 0$. Unga yana yuqoridagi mulohazalarni tatbiq qilish mumkin. Boshqa $a_{ij}\neq 0, i\neq j$ bo'lgan hol shunga o'xshash ko'riladi.

$$f=a_{11}\xi_1^2+a_{12}\xi_1\xi_2+\cdots+a_{1n}\xi_n+a_{21}\xi_1+a_{22}\xi_2^2+\cdots+a_{2n}\xi_2\xi_n+\cdots+a_{n1}\xi_n\xi_1+a_{n2}\xi_n\xi_2+\cdots+$$
$$+a_{nn}\xi_n^2$$

ξ_1 qatnashgan hamma hadlarni ixchamlab olamiz. $n-1$ noma'lumli ko'phad uchun kanonik holga keltirilgan deb n noma'lumli ko'phad uchun isbot qilamiz.

$$f=(a_{11}\xi_1^2+2a_{12}\xi_1\xi_2+2a_{13}\xi_1\xi_3+\cdots+2a_{1n}\xi_1\xi_n)+g(\xi_2,\xi_3,\cdots,\xi_n)=a_{11}(\xi_1^2+2\frac{a_{12}}{a_{11}}\xi_1\xi_2+$$

$$+2\frac{a_{13}}{a_{11}}\xi_1\xi_3+\cdots+2\frac{a_{1n}}{a_{11}}\xi_1\xi_n)+g(\xi_2,\xi_3,\cdots,\xi_n)=a_{11}(\xi_1^2+2\xi_1\frac{a_{12}}{a_{11}}\xi_2+2\xi_1\frac{a_{13}}{a_{11}}\xi_3+\cdots+$$

$$+2\xi_1\frac{a_{1n}}{a_{11}}\xi_n)+g(\xi_2,\xi_3,\cdots,\xi_n)=a_{11}(\xi_1^2+2\xi_1(\frac{a_{12}}{a_{11}}\xi_2+\frac{a_{13}}{a_{11}}\xi_3+\cdots+\frac{a_{1n}}{a_{11}}\xi_n))+g(\xi_2,\xi_3,\cdots,\xi_n)=$$

$$=a_{11}(\xi_1+\frac{a_{12}}{a_{11}}\xi_2+\frac{a_{13}}{a_{11}}\xi_3+\cdots+\frac{a_{1n}}{a_{11}}\xi_n)^2+g_1(\xi_2,\xi_3,\cdots,\xi_n)=\begin{vmatrix}y_1=\xi_1+\frac{a_{12}}{a_{11}}\xi_2+\frac{a_{13}}{a_{11}}\xi_3+\cdots+\frac{a_{1n}}{a_{11}}\xi_n\\ y_i=x_i,(i\geq 2)\end{vmatrix}=$$

$$=a_{11}y_1^2+g_2(y_2,y_3,\ldots y_n)=\begin{vmatrix}y_2=a_{22}z_2+a_{23}z_3+\ldots+a_{2n}z_n\\ y_3=a_{32}z_2+a_{33}z_3+\ldots+a_{3n}z_n\\ \ldots\ldots\ldots\ldots\ldots\ldots\ldots\ldots\\ y_n=a_{n2}z_2+a_{n3}z_3+\ldots+a_{nn}z_n\end{vmatrix}=a_{11}z_1^2+a_{22}z_2^2+\ldots+a_{nn}z_n^2$$

Misol. $f=2x_1^2+3x_2^2+4x_3^2-2x_1x_2+4x_1x_3-3x_2x_3$

$$\widetilde{f}=2x_1^2+3x_2^2+4x_3^2-2x_1x_2+4x_1x_3-3x_2x_3=(2x_1^2-2x_1x_2+4x_1x_3)+3x_2^2+4x_3^2-3x_2x_3=$$

$$=2(x_1^2-x_1x_2+2x_1x_3)+3x_2^2+4x_3^2-3x_2x_3=2(x_1-\frac{1}{2}x_2+x_3)^2-\frac{1}{2}x_2^2-2x_3^2+2x_2x_3+3x_2^2+4x_3^2-$$

$$-3x_2x_3=\begin{vmatrix}y_1=x_1-\frac{1}{2}x_2+x_3\\ y_2=x_2\\ y_3=x_3\end{vmatrix}=2y_1^2+\frac{5}{2}y_2^2-y_2y_3+2y_3^2=2y_1^2+\frac{5}{2}(y_2^2-\frac{2}{5}y_2y_3)+2y_3^2=$$

$$=2y_1^2+\frac{5}{2}(y_2^2-\frac{2}{5}y_2y_3+\frac{1}{25}y_3^2-\frac{1}{25}y_3^2)+2y_3^2=2y_1^2+\frac{5}{2}(y_2-\frac{1}{5}y_3^2)^2+\frac{19}{10}y_3^2=$$

$$=\begin{vmatrix}z_1=y_1\\ z_2=y_2-\frac{1}{5}y_3\\ z_3=y_3\end{vmatrix}=2z_1^2+\frac{5}{2}z_2^2+\frac{19}{10}z_3^2=\begin{vmatrix}t_1=\frac{1}{\sqrt{2}}z_1\\ t_2=\sqrt{\frac{2}{5}}z_2\\ t_3=\sqrt{\frac{10}{19}}z_3\end{vmatrix}=t_1^2+t_2^2+t_3^2.$$

Mavzuga oid adabiyotlarning tahlili (Literature review)

Kvadratik forma

$q(x)$ simmetrik matritsa $A=(a_{ij})$ orqali quyidagicha ifodalanadi[4;603-b]:

$$q(x)=\sum_{i,j=1}^{n}a_{ij}x_ix_j$$

Kanonik bazisni qurish "kvadratik formani kvadratlar yig'indisiga keltirish" deb ham yuritiladi. Lagranj taklif qilgan usul aynan shu maqsadda qo'llaniladi. Metodning nazariy asosida har qanday noldan farqli kvadratik formani maxsusmas chiziqli almashtirishlar yordamida kanonik ko'rinishga olib kelish mumkinligi yotadi[3;334-b]. Har bir qadamda bitta o'zgaruvchi ajratib olinib, qolgan o'zgaruvchilardan iborat yangi, kichikroq o'lchamdagi kvadratik forma hosil qilinadi[5;614-b].

Tadqiqot metodologiyasi.

Lagranj usulining metodologiyasi quyidagi bosqichlardan iborat[3;77-b]:

1.) **Birinchi holat: Diagonal elementning noldan farqliligi[4;603-b].** Agar biror $a_{ii} \neq 0$ (masalan, $a_{11} \neq 0$bo'lsa, x_i o'zgaruvchisi qatnashgan barcha hadlar yig'iladi va to'la kvadrat ajratiladi. Masalan,

x_1 uchun:

$$a_{11}x_1^2 + 2a_{11}x_1x_2 + \cdots + 2a_{1n}x_1x_n == \frac{1}{a_{11}}(a_{11}x_1 + a_{12}x_2 + \cdots + a_{1n}x_n)^2 - q_1(x_2, \dots, x_n)$$

Natijada

$q(x)$ kvadratik forma yangi $y_1 = a_{11}x_1 + \cdots + a_{1n}x_n$ o'zgaruvchi va qolgan $n-1$ ta o'zgaruvchiga bog'liq bo'lgan $q'(x_2, \dots, x_n)$ kvadratik formaning yig'indisi ko'rinishiga keladi. Bu jarayon qolgan o'zgaruvchilar uchun takrorlanadi.

2. Ikkinchi holat: Barcha diagonal elementlarning nolga tengligi[6;4-b]. Agar barcha $a_{ii} = 0$ bo'lsa, biror noldan farqli $a_{ij} \neq 0$ (masalan, $a_{12} \neq 0$) topiladi. So'ng quyidagi kabi maxsusmas chiziqli almashtirish bajariladi:

$$x_1 = y_1 - y_2$$
$$x_2 = y_1 + y_2$$
$$x_k = y_k, k \geq 3$$

Bu almashtirish natijasida hosil bo'lgan yangi kvadratik formada

y_1^2 yoki y_2^2 ning koeffisiyenti noldan farqli bo'ladi va masala birinchi holatga keltiriladi.

Tahlil va natijalar (Analysis and results)

Metodikani quyidagi misolda ko'rib chiqamiz:

$$q(x) = x_1^2 + 6x_1x_2 + 5x_2^2 - 4x_1x_3 - 12x_2x_3 + 4x_3^2 - 4x_2x_4 - 8x_3x_4 - x_4^2$$

1. x_1 qatnashgan hadlarni guruhlab, to'la kvadrat ajratamiz[5;74-b]:

$$(x_1^2 + 6x_1x_2 - 4x_1x_3) + 5x_2^2 - \cdots = (x_1 + 3x_2 - 2x_3)^2 - (3x_2 - 2x_3)^2 + 5x_2^2 - \cdots$$

Soddalashtirishdan so'ng:

$$(x_1 + 3x_2 - 2x_3)^2 - 4x_2^2 - 4x_2x_4 - 8x_3x_4 - x_4^2$$

2. Yangi o'zgaruvchi kiritamiz:$y_1 = x_1 + 3x_2 - 2x_3$. Endi qolgan qismdan x_2 bo'yicha to'la kvadrat ajratamiz[6;2-b]:

$$-4x_2^2 - 4x_2x_4 = -(4x_2^2 + 4x_2x_4) = -((2x_2 + x_4)^2 - x_4^2) = -(2x_2 + x_4)^2 + x_4^2$$

3. O'rniga qo'yamiz:

$$y_1^2 - (2x_2 + x_4)^2 + x_4^2 - 8x_3x_4 - x_4^2 = y_1^2 - (2x_2 + x_4)^2 - 8x_3x_4$$

4. Qolgan qism $-8x_3x_4$ diagonal elementlarga ega emas. Ikkinchi holat metodini qo'llaymiz:

$$x_3 = y_3 - y_4, x_3 = y_3 + y_4$$

Natijada $-8(y_3 - y_4)(y_3 + y_4) = -8y_3^2 + 8y_4^2$.

5. Yakuniy kanonik ko'rinish va o'zgaruvchilarni almashtirish:

Bu yerda:

$$y_1 = x_1 + 3x_2 - 2x_3$$
$$y_2 = 2x_2 + x_4$$
$$y_3 = \frac{1}{2}(x_3 + x_4)$$
$$y_4 = \frac{1}{2}(-x_3 + x_4)$$

Xulosa va takliflar.

Lagranj usuli har qanday kvadratik formani kanonik ko'rinishga keltirish imkonini beruvchi samarali va izchil algoritmdir[1;74-b]. Uning afzalligi shundaki, u matritsaning xos qiymatlarini topish kabi murakkab amallarni talab qilmaydi. Metodika ikki holatni ko'rib chiqish orqali barcha mumkin bo'lgan kvadratik formalarni qamrab oladi.

Kelajakda ushbu metodikani o'quv jarayonida talabalarga sodda tilda yetkazish, uning hisoblash murakkabligini boshqa metodlar (masalan, Yakobi usuli) bilan taqqoslash va turli amaliy masalalarga (masalan, optimallashtirish yoki statistikada) tatbiqini ko'rsatuvchi qo'llanmalar yaratish tavsiya etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Kuldashev, N. U., Sh, A. M., Ruziyev, T. R., & Umarov, A. O. (2018). Bending Vibrations Polymeric Pipes of Variable Section with Interference inside the Liquid. World Wide Journal of Multidisciplinary Research and Development. WWJMRD, (4 (2)), 72.

2. Болтаев, З. И., Собиров, С. Ж., Рузиев, Т. Р., & Рузиева, М. А. (2023). РАСПРОСТРАНЕНИЕ СДВИГОВЫХ ВОЛН В ВЯЗКОУПРУГИХ ДВУХСЛОЙНЫХ СРЕДАХ. European Journal of Interdisciplinary Research and Development, 16, 332-339.

3. Sh, A. M., Ruziyev, T. R., Umarov, A. O., & Atoyev, A. B. (2018). Spatial Oscillations Varied Viscoelastic Pipeline under AC Varied Internal Pressure. World Wide Journal of Multidisciplinary Research and Development. WWJMRD, (4), 75-79.

4. Safarov, I., Teshaev, M., Ruziev, T., Ishmamatov, M., & Kulmuratov, N. (2023). Proper normal waves in a two-layer tube taking into account the rheological properties of materials. In E3S Web of Conferences (Vol. 417, p. 06003). EDP Sciences.

5. Kuldashov, N., Boltaev, Z., Xudoyberdiyev, M., Juraev, U., & Ruziyev, T. (2023). Natural waves in a spatial viscoelastic cylinder with a radial crack. In E3S Web of Conferences (Vol. 417, p. 06014). EDP Sciences.

6. Teshaev, M., Safarov, I., Boltaev, Z., Sobirova, R. N., & Ruziev, T. (2022, November). Propagation of natural waves in extended viscoelastic plates of variable thickness. In AIP Conference Proceedings (Vol. 2647, No. 1). AIP Publishing.

Nargiza Kabilovna Abbasova
PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Head of the Department of Practical English Course, Fergana State University,
E-mail: abbasovanargiza@gmail.com
Mushtariybegim Abduvaliyeva
Master's Degree Holder Fergana State University
E-mail. m.abdurakhmanova7@gmail.com

PROVERBS AS REFLECTIONS OF MORAL NORMS IN ELIZABETHAN ENGLAND THROUGH SHAKESPEAREAN DRAMA

Abstract. *This article examines how Shakespeare integrated his contemporary proverbs and proverbial expressions into his texts as tools to express and reinforce the morals of the society within the Elizabethan epoch. Through the textual analysis of central plays like Hamlet and King Lear and Macbeth, this research demonstrates how Shakespeare utilized proverbial wisdom to capture the sociocultural ethos of the time, especially concerning justice, loyalty, ambition, and the social class system. The analysis finds that the proverbs Shakespeare used are not mere embellishments in his works, they articulate the shared conscience of morality and, therefore, illuminate the system of values that shaped England during the Elizabethan era. From this research, it appears that Shakespeare deployed proverbial expressions to link the wisdom of the people with artistry and drama and, thereby, distilled intricate moral principles to different societal strata while fortifying the sense of social integration and belonging among the people.*

Keywords: *Shakespearean drama, Elizabethan moral norms, proverbs, proverbial wisdom, moral philosophy, Renaissance literature, cultural values, folk wisdom*

ПОСЛОВИЦЫ КАК ОТРАЖЕНИЕ МОРАЛЬНЫХ НОРМ ЕЛИЗАВЕТИНСКОЙ АНГЛИИ В ШЕКСПИРОВСКОЙ ДРАМЕ

Аннотация. *Данная статья изучает, как Уильям Шекспир включал современные пословицы и пословичные выражения в свои драматические произведения в качестве средств передачи и укрепления моральных ценностей елизаветинского общества. Посредством текстуального анализа ключевых пьес, включая "Гамлета", "Короля Лира" и "Макбета", это исследование демонстрирует, что Шекспир стратегически использовал пословичную мудрость для отражения преобладающих этических стандартов относительно справедливости, лояльности, амбиций и социальной иерархии. Анализ показывает, что пословицы в произведениях Шекспира служат не просто декоративными элементами, а фундаментальными выражениями коллективного морального сознания, давая представление о системе ценностей, которая управляла елизаветинской Англией.*

Ключевые слова: *шекспировская драма, елизаветинские моральные нормы, пословицы, пословичная мудрость, моральная философия, литература Возрождения, культурные ценности, народная мудрость.*

MAQOLLAR YELIZAVETA DAVRIDA ANGLIYANING AXLOQIY ME'YORLARINI SHEKSPIR DRAMALARIDA AKS ETTIRISHI SIFATIDA

Annotatsiya. *Ushbu maqola Uilyam Shekspir o'zining dramatik asarlariga zamonaviy maqol va maqoliy iboralarni Yelizaveta jamiyatining axloqiy qiymatlarini yetkazish va mustahkamlash vositasi sifatida qanday kiritganligini o'rganadi. "Gamlet", "Qirol Lir" va "Makbet" kabi asosiy pyesalarning matniy tahlili orqali bu tadqiqot Shekspir adolat, sadoqat, ambitsiya va ijtimoiy ierarxiya bo'yicha hukmron axloqiy standartlarni aks ettirish uchun maqoliy donolikni strategik ravishda ishlatganligini ko'rsatadi. Tahlil shuni ko'rsatadiki, Shekspir asarlaridagi maqollar shunchaki bezak elementlari sifatida emas, balki jamoaviy axloqiy ongning asosiy ifodalari sifatida xizmat qiladi.*

Kalit so'zlar: *Shekspir dramasi, Yelizaveta axloqiy me'yorlari, maqollar, maqoliy donolik, axloq falsafasi, Uyg'onish davri adabiyoti, madaniy qadriyatlar, xalq donoligi.*

Introduction. The Elizabethan Era (1558-1603) marked a significant period in English History which… had great social, cultural, and literary changes. This period in England was marked with continuous economic progress, cultural advancement, and expansion in terms of land, resulting in what English historians like to call, the English Renaissance. Among the various changes undergoing in the society, Shakespeare was coming to prominence, being the greatest playwright with his works captivating people of all classes and providing entertainment which was a reflection of the society in which he lived.

In Elizabethan culture, proverbs captured the accumulated wisdom of society's morals and norms, thus serving a major role in folk philosophy. These proverbs captured a plethora of human experiences, offering wisdom and showing ideals and relationships. Guided the largely uneducated people of England's sixteenth century in moral teachings, the proverbs guided the uneducated people of England in terms of ideals and provided a simple phrase of recounting morals and ethics across social, caste, and familial lines. It is important to note that Shakespeare's use of proverbial material is far more significant than elegant speech.

Rather, it constitutes a deliberate artistic choice that reflects his deep understanding of contemporary moral consciousness and his commitment to creating drama that resonated with the ethical sensibilities of his audience. By examining the deployment of proverbial wisdom in Shakespeare's plays, we can gain valuable insights into the moral landscape of Elizabethan England and the mechanisms through which cultural values were transmitted and reinforced. This study seeks to demonstrate that Shakespeare's use of proverbs and proverbial expressions serves as a reliable indicator of the moral norms that governed Elizabethan society. Through detailed textual analysis of selected plays, this research will establish the correlation between proverbial content and prevailing ethical standards, arguing that Shakespeare's dramatic works function as cultural documents that preserve and illuminate the value system of his era.

Materials and methods. This research employs a multidisciplinary approach combining literary analysis, cultural history, and paremiology (the study of proverbs) to examine the relationship between Shakespearean drama and Elizabethan moral norms. The methodology consists of several interconnected components designed to provide comprehensive coverage of the research question.

Corpus Selection: The primary corpus for this study consists of three major Shakespearean tragedies: Hamlet (1600-1601), King Lear (1605-1606), and Macbeth (1606). These works were selected based on several criteria: their canonical status within the Shakespearean corpus, their composition during the height of the Elizabethan period, and their rich incorporation of proverbial material. Additionally, these tragedies address fundamental moral questions regarding justice, loyalty, ambition, and social order that were central to Elizabethan ethical discourse.

Identification and Cataloging: The first phase of analysis involved systematic identification of proverbs and proverbial expressions within the selected texts. This process utilized Morris Palmer Tilley's comprehensive Dictionary of the Proverbs in England in the Sixteenth and Seventeenth Centuries (1950) as the primary reference source, supplemented by Bartlett Jere Whiting's Proverbs, Sentences, and Proverbial Phrases (1968) and R.W. Dent's Shakespeare's Proverbial Language: An Index (1981).

Each identified proverbial element was cataloged according to its textual location, speaker, dramatic context, and thematic content. Particular attention was paid to distinguishing between exact proverbial quotations, proverbial allusions, and sententious passages that reflect proverbial wisdom without directly citing specific proverbs.

Contextual Analysis: The second phase examined each proverbial element within its immediate dramatic context, considering factors such as character development, plot advancement, and thematic resonance. This analysis sought to determine whether proverbial material was employed for moral instruction, ironic commentary, character revelation, or dramatic emphasis.

Historical Correlation: The third phase involved correlating identified moral themes with documented Elizabethan social values, drawing upon contemporary sources including Thomas Wilson's The Arte of Rhetorique (1553), Richard Mulcaster's Positions (1581), and various conduct manuals and moral treatises of the period. This historical contextualization enabled the establishment of connections between Shakespearean proverbial usage and broader cultural patterns.

Comparative Analysis: The final phase compared patterns of proverbial usage across the selected works, identifying recurring themes, variations in deployment, and evolution in Shakespeare's treatment of moral material. This comparative approach facilitated the development of generalizable conclusions regarding Shakespeare's use of proverbial wisdom as a vehicle for moral expression.

Results and discussion.

The analysis revealed extensive and systematic use of proverbial material throughout the selected Shakespearean works, with a total of 127 distinct proverbial elements identified across the three tragedies. The distribution was as follows: Hamlet contained 52 proverbial elements, King Lear included 41, and Macbeth incorporated 34. These elements encompassed direct proverbial quotations, proverbial allusions, and sententious passages reflecting proverbial wisdom.

Thematic Categories

The proverbial material clustered around five major thematic categories that correspond to central moral concerns of Elizabethan society:

Justice and Divine Retribution (31 instances): This category included proverbs emphasizing the inevitability of divine justice and the consequences of moral transgression. Examples include Hamlet's reflection that *"There's a divinity that shapes our ends, / Rough-hew them how we will"* (V.ii.10-11), which echoes the proverbial belief in providential oversight of human affairs.

Loyalty and Betrayal (28 instances): These proverbs addressed the fundamental social bonds that maintained Elizabethan hierarchical structure. King Lear's bitter observation that *"sharper than a serpent's tooth it is / To have a thankless child"* (I.iv.288-289) exemplifies the proverbial wisdom regarding filial ingratitude.

Appearance versus Reality (24 instances): This category encompassed proverbs warning against deception and emphasizing the importance of moral discernment. Macbeth's statement that *"Fair is foul, and foul is fair"* (I.i.11) represents an inversion of the traditional proverbial wisdom that distinguished between good and evil.

Ambition and Its Consequences (22 instances): These proverbs reflected Elizabethan concerns about social mobility and its potential disruption of established order. Lady Macbeth's manipulation through the proverb *"Was the hope drunk / Wherein you dressed yourself?"* (I.vii.35-36) demonstrates how proverbial wisdom could be weaponized for immoral purposes.

Social Order and Degree (22 instances): This category included proverbs supporting the hierarchical structure of Elizabethan society. Hamlet's observation that *"There are more things in heaven and earth, Horatio, / Than are dreamt of in your philosophy"* (I.v.166-167) reflects the proverbial acceptance of cosmic hierarchy and human limitation.

Functional Analysis

The analysis revealed four primary functions of proverbial material in the selected works:

Moral Instruction (38 instances): Direct presentation of traditional wisdom for audience edification, often delivered by virtuous characters or authoritative figures.

Ironic Commentary (34 instances): Subversion or contradiction of proverbial wisdom to highlight moral corruption or dramatic irony, frequently employed in villainous characters' speeches.

Character Revelation (31 instances): Use of proverbial material to illuminate character traits, moral standing, or psychological states.

Dramatic Emphasis (24 instances): Employment of proverbial weight to underscore crucial dramatic moments or thematic developments.

Character-Based Distribution

The analysis revealed significant variation in proverbial usage across character types:

Virtuous Authority Figures: Characters such as Hamlet's Horatio and King Lear's Kent employed proverbial wisdom most frequently and most conventionally, serving as voices of traditional moral authority.

Tragic Protagonists: Central characters like Hamlet, Lear, and Macbeth demonstrated complex relationships with proverbial wisdom, alternately embracing and rejecting traditional moral frameworks as their circumstances evolved.

Villainous Characters: Figures such as Iago, Edmund, and Lady Macbeth frequently subverted or corrupted proverbial wisdom, using traditional moral language for immoral purposes.

Comic Relief Characters: Lower-status characters often employed proverbs in their most traditional forms, serving as repositories of folk wisdom and moral stability.

The consistent inclusion of proverbial material in Shakespeare's major tragedies illustrates the playwright's acute awareness of his audience's ethical boundaries and the cultural insights he wielded for dramatic impact. This supports several critical insights in regard to the intertwining of Shakespearean drama with the moral world of his time. The Elizabethan focus on political and societal change is captured with the presence of proverbial material dealing with matters of justice, loyalty, and social order. The invocation of traditional wisdom by characters suggests that proverbial wisdom possessed the utility of a moral language that bridged class divides and enshrined universal benchmarks for moral judgment.

Shakespeare's treatment of justice-related proverbs reveals a society deeply concerned with divine retribution and cosmic order. The recurring emphasis on providential oversight, as exemplified in Hamlet's *"There's a divinity that shapes our ends,"* reflects the theological framework that underpinned Elizabethan moral thinking. This pattern aligns with documented historical evidence of the period's preoccupation with divine justice and the consequences of moral transgression. Particularly significant is Shakespeare's frequent subversion of proverbial wisdom through ironic deployment or outright contradiction. This technique serves multiple dramatic functions while simultaneously revealing the tensions within Elizabethan moral consciousness. When Lady Macbeth corrupts traditional proverbial wisdom to manipulate her husband toward regicide, Shakespeare demonstrates both the power of moral language and its vulnerability to exploitation.

The prevalence of appearance-versus-reality proverbs reflects an Elizabethan society grappling with questions of authenticity and moral discernment in an increasingly complex social environment. The period's economic growth and social mobility created new opportunities for deception and moral ambiguity, concerns that find expression in the proverbial wisdom that Shakespeare incorporates into his dramatic works. The character-based distribution of proverbial material reveals important insights into Elizabethan conceptions of moral authority and social responsibility. The concentration of traditional proverbial wisdom among virtuous authority figures and lower-status characters suggests a moral framework that positioned both established authority and folk wisdom as guardians of ethical truth.

Conversely, the corruption of proverbial material by villainous characters reflects anxieties about the misuse of moral authority and the potential for traditional wisdom to be weaponized for immoral purposes. This pattern illuminates Elizabethan concerns about maintaining moral stability in a period of rapid social change. Shakespeare's strategic use of proverbial material demonstrates his commitment to creating drama that was both artistically sophisticated and culturally accessible. By incorporating familiar moral wisdom into complex dramatic narratives, Shakespeare created bridges between elite and popular culture, ensuring that his moral insights could resonate across diverse audience segments. The prevalence of proverbial material also suggests the continuing vitality of oral tradition in Elizabethan culture, even as print culture was expanding. Shakespeare's incorporation of folk wisdom into literary drama represents a synthesis of oral and written traditions that reflects the transitional nature of his historical moment.

While this analysis provides valuable insights into the relationship between Shakespearean drama and Elizabethan moral norms, several limitations must be acknowledged. The selection of only three plays, while justified by their canonical status and proverbial richness, may not fully represent

the breadth of Shakespeare's treatment of moral material. Additionally, the interpretation of proverbial material requires careful attention to dramatic context, and alternative readings of specific passages remain possible. Furthermore, the relationship between dramatic representation and historical reality is complex, and we must avoid assuming direct correspondence between theatrical moral discourse and actual social practice. Shakespeare's works reflect idealized or dramatized versions of moral thinking that may not fully capture the complexity and contradiction present in lived experience.

Conclusion.

This analysis demonstrates that William Shakespeare's incorporation of proverbs and proverbial expressions into his dramatic works serves as a reliable indicator of the moral norms and ethical frameworks that governed Elizabethan society. The systematic presence of proverbial material addressing justice, loyalty, social order, and moral discernment reflects the central concerns of a culture navigating significant political, economic, and social transitions. Shakespeare's sophisticated deployment of proverbial wisdom-encompassing both traditional moral instruction and ironic subversion-reveals his deep understanding of contemporary moral consciousness and his commitment to creating drama that engaged meaningfully with the ethical sensibilities of his audience. The playwright's strategic use of folk wisdom as a bridge between popular and elite culture demonstrates the continuing vitality of oral tradition in an increasingly literate society.

The findings suggest that Shakespearean drama functioned not merely as entertainment but as a vehicle for moral reflection and cultural transmission. By examining the proverbial content of these works, we gain valuable insights into the value system that shaped Elizabethan England and the mechanisms through which moral wisdom was preserved and communicated across generations. The correlation between proverbial themes and documented historical concerns validates the use of literary analysis as a tool for understanding past moral frameworks. Shakespeare's works emerge from this analysis as cultural documents that preserve and illuminate the ethical landscape of their historical moment, demonstrating the continuing relevance of literary study for historical understanding.

Future research might profitably expand this analysis to include Shakespeare's comedies and histories, examine the evolution of proverbial usage across his career, or compare Shakespearean practice with that of his contemporary dramatists. Such studies would further enhance our understanding of the relationship between dramatic literature and moral culture in early modern England. The enduring power of Shakespeare's moral vision, rooted as it is in the proverbial wisdom of his age, continues to resonate with modern audiences, suggesting that the ethical concerns of Elizabethan England address fundamental human questions that transcend historical boundaries. In this sense, Shakespeare's incorporation of proverbial wisdom represents not merely a historical curiosity but a testament to the continuing relevance of traditional moral reflection in an ever-changing world.

References.

1. Dent, R.W. (1981). Shakespeare's Proverbial Language: An Index. Berkeley: University of California Press.
2. Doyle, Charles Clay. (2012). "The Epistemology of Renaissance Proverbs" Renaissance Studies, 26(3), 334-350.
3. Greenblatt, Stephen. (2004). Will in the World: How Shakespeare Became Shakespeare. New York: W.W. Norton.
4. Mieder, Wolfgang. (2004). Proverbs: A Handbook. Westport, CT: Greenwood Press.
5. Mulcaster, Richard. (1581). Positions Concerning the Training Up of Children. London: Thomas Chare.
6. Shakespeare, William. The Complete Works of William Shakespeare. Ed. David Bevington. New York: Longman, 2003.
7. Tilley, Morris Palmer. (1950). A Dictionary of the Proverbs in England in the Sixteenth and Seventeenth Centuries. Ann Arbor: University of Michigan Press.
8. Whiting, Bartlett Jere. (1968). Proverbs, Sentences, and Proverbial Phrases from English Writings Mainly Before 1500. Cambridge, MA: Harvard University Press.
9. Wilson, Thomas. (1553). The Arte of Rhetorique. London: Richard Grafton.

Atabayeva Guljahon Zufarovna
Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti
Filologiya fakulteti tayanch doktoranti
E-mail: guljakhonatabayeva@gmail.com
https://orcid.org/ 0009-009-3598-6387

"HAYKU" VA "TASBEH" JANRINING MUSHTARAK VA FARQLI JIHATLARI

Annotatsiya. *Yapon adabiyoti o'zining hajman ixcham, hayot falsafasini oddiy, lo'nda holatda asosan tabiat tasviri orqali ko'rsatishga asoslangan "hayku" she'riy janri bilan butun dunyoga mashhurdir. Bu janrning nafaqat shakliy o'ziga xosligi, balki mazmuniy va uslubiy betakrorligi ham asrlar osha she'r ixlosmandlarini o'ziga tortib keladi. Ko'plab dunyo adabiyoti vakillari ushbu she'riy janrda qalam tebratishgan. O'zbek adabiyoti ham jahon adabiyoti qatorida, ko'plab yangi shakliy o'zgarishlarni ijod labaratoriyasida sinovdan o'tkazib ko'rmoqda. Zamonaviy o'zbek she'riyatida ham yapon adabiyotidan ilhomlangan holda uchlik she'rlar ko'plab yozildi. Dastlab rus tilidan tarjima orqali kirib kelgan bu janr o'zbek muxlislari qalbidan chuqur joy egalladi. Rauf Parfi o'z ijodiy faoliyatida "hayku"larning asllarini o'zbek tiliga tarjima qildi. Keyinchalik esa o'zi ham uchliklarning go'zal namunalarini yaratdi. Farida Afro'z ham dastlab "hayku"larni tarjima qildi. "Hayku" ta'sirida o'zbek adabiyotida hatto yangi janr paydo bo'ldi. Farida Afro'z ijodida uchlik shaklidagi "Tasbeh" janri fikrimiz dalilidir. Ushbu maqolada "Hayku"ning jahon adabiyotida tutgan o'rni, jumladan o'zbek adabiyotiga ta'siri borasida mulohaza yuritiladi.*

Kalit so'zlar: *"Tanka", "hayku", "kigo", "avare", "tasbex", yapon va o'zbek she'riyati*

COMMON AND DIFFERENT ASPECTS OF THE GENRE "HAYKU" AND "TASBEH"

Abstract. *Japanese literature is known worldwide for its concise poetic genre "haiqu," based on the simple, concise depiction of the philosophy of life, primarily through the depiction of nature. Not only the formal uniqueness of this genre, but also its semantic and stylistic uniqueness has attracted poetry enthusiasts for centuries. Many representatives of world literature have written in this poetic genre. Uzbek literature, along with world literature, is testing many new formal changes in the creative laboratory. In modern Uzbek poetry, many triplets were also written, inspired by Japanese literature.This genre, which was first introduced through translation from Russian, took a deep place in the hearts of Uzbek fans. In his creative work, Rauf Parfi translated the originals of "hayku" into Uzbek. Later, he himself created beautiful examples of triplets. Farida Afroz also initially translated "hayku." Under the influence of "Haiku," a new genre even appeared in Uzbek literature. The genre of "Tasbeh" in the form of a triad in the work of Farida Afruz is proof of our opinion. This article discusses the role of "Haiku" in world literature, including its influence on Uzbek literature.*

Keywords: *"Tanka," "hayku," "kigo," "avare," "tasbekh," Japanese and Uzbek poetry*

Kirish. Yapon she'riyatida har bir so'z tom ma'noda oltindek qadrlanadi. Bu jihat, ayniqsa, "hayku"da yaqqol ko'zga tashlanadi. Hayku an'anaviy Yapon adabiyotining qadimgi shakllaridan biri bo'lib, u butun dunyoda mashhurlikka erishgan. Suvga otilgan tosh o'zidan so'ng suv yuzasida go'zallik hosil qilganidek, bu janr atrofida ramzlar, assotsiatsiyalar, yashirin ma'nolar hosilasi ko'zga tashlanadi. Shuningdek, bu janrda, nafaqat, shoirning aytganlari, balki sukunati, aytilmagan so'zlari, fikrlari ham muhim. Bu o'ziga xos to'liqsizlik, notugallik - "yodzyo" atamasi bilan ifodalanadi. Bu atama "hissiyotdan keyingi holat", "hissiy javob", "yurak aks-sadosi" deb ham talqin qilinadi. Shoirning bu janrdagi mahorati shundaki, she'rni "yarim" so'z bilan tugallash va o'quvchiga aytilgan fikrdan tashqarida o'zi ham tafakkur qilishga, his qilishga imkon berishida hisoblanadi. Fudzivara Teyka bu haqda shunday degandi: "Yodzyo"siz she'riyat yo'q". XX asr O'zbek she'riyatida ham Yapon she'riyati ta'sirida yangi shakliy va uslubiy yangiliklar ko'zga tashlandi. Rus tili orqali kirib kelgan "hayku" janri tobora she'riyat muxlislari qalbidan chuqur joy ola boshladi. O'zbek she'riyatining

mashhur vakili Rauf Parfi bu janrdagi she'rlarni tarjima qilishdan tashqari o'zi ham "hayku"ning go'zal namunalarini yaratdi. Ustoz Rauf Parfining shogirdi Farida Afro'z ham bu janrga dastlab tarjima uchun murojaat qilgan bo'lsa, keyinchalik o'zi ham uchliklar yozdi va uni "tasbeh" deb atadi. O'zbek she'riyatida "hayku"dan ilhomlanib, yangi she'riy shakl, go'zal janr yaraldi. "Tasbeh" so'zining lug'aviy ma'nosi "poklanish"ni anglatadi. Allohga yuzlanib, namoz o'qilganda "tasbeh"dan muqaddas so'zlarni aytayotganda sanoq uchun ishlatilinadi. Xo'sh, " hayku" o'zi qanday janr? Nima uni asrlar osha she'riyat ixlosmandlarini o'ziga tortadi?"Hayku" yapon milliy she'riyatining qadimgi shakllaridan bo'lib, u o'zining ixcham va qisqaligi bilan ajralib turadi. "Hayku" qofiyasiz, 3 misradan iborat va asosan 5-7-5 bo'g'indan iborat o'ziga xos janr hisoblanib, uning negizida tabiat kuzatuvlari yoki hayotning ma'lum bir lahzalarini eng minimal so'zlar bilan ifoda etish yotadi. An'anaga ko'ra hayku yil fasllarini, ma'lum bir tabiat hodisalarini, masalan, sakuraning gullashi, yomg'ir tovushi yoki kuzgi barglar shiviri kabilarni tasvirlaydi. Bu janr ijodkorlari lahzani tasvir markaziga olishga harakat qiladilar, hissiy lahzalarni ushlay olishni yoki juda sodda, oddiy obrazlar, "tafsil"lar orqali chuqur ma'no mohiyatini bera olishga urinadilar va buni uddasidan chiqadilar ham. "Hayku"da o'rnatilgan ma'lum punktuatsion qonun-qoidalar yo'q. Ayrim shoirlar, tarjimonlar haykuning har bir misrasini bosh harf bilan yozsalar, ayrimlari esa faqat birinchi so'znigina bosh harfda yozishni afzal ko'radilar. Shuningdek, she'r so'nggida ham punktuatsion maxsus qoidalar yo'q, nuqta ishlatish yoki ishlatmaslik ixtiyoriy hisoblanadi. Shakliy formatdan tashqari haykuning eng asosiy jihatlaridan biri shuki, har doim tabiat tasvirida lakonizmga asoslanish, sodda va o'ta nafis tasvir bu janr ijodkorlarining asrlar osha o'zgarmas tendensiyasi bo'lib qolmoqda. Tabiat dunyosi, atrof-muhit tasviri "hayku" janrining markaziy mavzusi hisoblanib, shoirlarning o'z atrofida kechayotgan juda oddiy va shu bilan birgalikda muhim lahzalarni ilg'ay olish va tasvirlay olishga undagan, ilhomlantirgan. "Hayku" boshqa yapon she'riy janrlaridan shakliy va uslubiy o'ziga xosligi bilan ajralib turadi. Masalan, "tanka" (besh misrali she'r) yoki "renga" (jamoaviy she'r) janridan "hayku"ning farqi undagi minimalizm, lahzalik kayfiyatni ifodalashdir. "Tanka"-"qisqa qo'shiq" degan ma'noni anglatib, 5-7-5-7-7 tarzidagi bo'g'inlardan tashkil topgan janrdir. "Hayku" esa undan keyinroq paydo bo'lgan. "Tanka"ning oxirgi misralaridan "kesib", "qirqib" olingan shakli - "she'rning debochasi, ochilishi" kabi ma'noni anglatgan va "hayku", aynan, "tanka"ni qisqartirish orqali hosil bo'lgan, degan qarashlar bor. "Hayku"ning yana bir jihati "kigo" - biror mavsumni anglatuvchi so'z ishtirok etishi qat'iy bo'lib, u tabiat bilan rishta bog'lash va she'rning tub mohiyati hamda kontekstda ma'lum bir g'oyani namoyon etish kabi vazifalarni bajaradi. Yapon she'riyatida, tub millatga xos bo'lgan bir jihat bor: shoir guvoh bo'lgan tabiatdagi oddiy hodisalardan, mavsumiy holatlardan ilhomlanadi, hayratlanadi va bu holat "avare" yoki "mono-no avare" deb ataladi.

Koichi Xasegavaning "Hayku: oddiylikdagi go'zallik" maqolasida shunday ta'rif beriladi: "Hayku - bu dunyodagi she'riyatning eng qisqa shakli. Dastlab u an'anaviy Yapon madaniyatining bir qismi bo'lgan. Shunga qaramay, bugungi kunda u boshqa madaniyat va tillarda keng tarqalgan. An'anaviy hayku jami 17 bo'g'in - uchta satr 5-7-5 bo'g'indan iborat bo'lib, yil faslini anglatuvchi bitta so'z yoki iborani talab qiladi. Hayku tarixi she'riyat ustasi Basio Matsuo (1644-1694)ga borib taqaladi. U sayohatchi ham edi. Hayku uchun zarur bo'lgan narsa soddalik, yapon buddizmi, choy marosimlari va yapon oshxonasi bilan bo'lishadigan e'tiqoddir. Oddiy bo'lish yapon madaniyatida va hayot go'zalligida ifodalangan muhim qadriyatdir. Masalan, an'anaviy yapon san'at asarlari juda ko'p ranglar, chiziqlar va iboralardan qochadi. Shu tarzda, san'at sizni ushbu eng soddalashtirilgan va intuitiv aloqa harakatini faol ravishda talqin qilishga taklif qiladi. Xuddi shunday, hayku juda ko'p so'z va iboralardan tiyiladi. Shunday qilib, haykuning nozik ohanglarini o'quvchining o'z talqiniga qoldirish muhim hisoblanadi. Va hayku oxir-oqibat faqat bitta yoki ikkita iboraga e'tibor qaratadi. Xulosa qilib aytganda, hayku soddalikning go'zalligini ifodalaydi".

Metod. Yapon haykularining badiiy tahlilida genetik tahlil, tipologik tahlil yo'nalishi, funksional yo'nalish, falsafiy yo'nalishlarga murojaat qilindi. Badiiy tahlilning genetik yo'nalishida asarning yuzaga kelish jarayoni, yozilish sabablari, variantlari, takomillashish kechimi singari jihatlari tekshirilishi nazarda tutildi. Bu yo'nalishdagi tahlilda muayyan asarni yuzaga keltirgan omillarning ko'rsatilishiga diqqat qaratildi. Haykuning genetik metod yo'nalishida tahlil qilar ekanmiz, quyidagi manbadagi fikrlarni keltirish joiz deb topildi. Yoshinobu Hakutanining "The Genesis and

Development of Haiku in Japan” nomli asarida haykuning kelib chiqish tarixi haqida quyidagi fikrlar bildirilgan: "Bu o’n yetti bo’g’inli she’r shakli Xyakunin Issyu nashr etilganidan beri ikki asrdan ko’proq vaqt davomida zodagonlar, saroy a’yonlari va yuqori martabali samuraylar tomonidan saqlanib kelingan. Muqaddimada ta’kidlanganidek, taxminan XVI asr boshlarida bu she’r shakli shoirlar orasida ommalashgan. U yana bir mashhur she’r shakli renga (bog’langan qo’shiq)ning yetakchi elementi bo’lib, har biri mustaqil ravishda yaratilgan, ammo bir she’r sifatida bog’langan o’n to’rt (7-7) va o’n yetti (5-7-5) bo’g’inli uzluksiz zanjir edi. Renganing birinchi to’plami “Chikuba Kyogin Shu” (Chikuba qo’shiqchilari to’plami, 1499) boshqa shoirning birinchi she’rlari bilan bog’langan ikki yuzdan ortiq “sukeku”ni (qo’shimcha she’rlar) o’z ichiga oladi. Ushbu to’plam sarlavhasidagi “kyogin” so’zidan ko’rinib turibdiki, renga she’rlari, odatda, topqirlik va qo’pol hazil-mutoyiba namoyishi bilan ajralib turadi. Hayku renga turkumining eng muhim she’ri hisoblanganligi sababli, u odatda renga sessiyasida qatnashgan katta shoir tomonidan yozilgan". Tahlilning tipologik turida hayku va uning muallifi bilan shu davrda yoki undan oldingi vaqtlarda yaratilgan boshqa asarlar hamda adiblar orasidagi ijodiy ta’sir, adabiy vorislik, muayyan matnni yuzaga keltirgan badiiy yoki hayotiy manbalar, tahlil etilayotgan asarning o’sha davrda yaratilgan boshqa asarlarga o’xshash va farqli tomonlarini aniqlashga ustuvor ahamiyat qaratildi. Hayku tahlilida funksional metodning ham o’ziga yarasha ustun jihatlari bor. Bu metodda haykuning ijtimoiy ta’sir kuchiga alohida diqqat qaratiladi. Bu metodda haykuning muayyan millat yoki butun insoniyat ma’naviyatiga ko’rsatgan ta’sirini o’rganish diqqat markaziga chiqadi. Bu metodda haykuning adabiy jarayonda tutgan o’rni, uning yaratilgan davridagi odamlar yoki biz tekshirayotgan davr kishilari tafakkuriga o’tkazgan ta’sirini aniqlashga ustuvor ahamiyat berildi. Hayku tahlilida falsafiy metod yo’nalishida ijodkor shaxsi, dunyoqarashining xususiyatlari va yozuvchi e’tiqodining, uning olamni ko’rish, anglash, tushuntirish hamda tasvirlash usulining namoyon bo’lishiga diqqat qaratildi. Lingvistik metodda esa asosiy e’tibor haykuning nafaqat badiiy-estetik jihati, balki badiiy til hodisasi ekaniga diqqat qaratildi. Haykuda murojaat qilingan so’zlarning badiiy ma’nosi, kontekstdagi jozibasi, badiiy matn zamiridagi yashiringan mazmun va yashirilganlikning hayotiy, ham estetik sabablari kabi bir qancha jihatlariga e’tibor berildi.

O, chinor barglari
Qushlarning kuygan qanotidek
Uchasiz
(Siko)
Qayg’uli dunyo
Hatto gilos gullaganda ham
Hatto shunda ham…
Kabayashi Issa

An’anaviy haykuning o’ziga xosliklaridan yana biri “kiredzi” - “kesuvchi so’z” she’rdagi to’xtam, urg’u beruvchi jumla. Yaponiya falsafasidagi “vabi-sabi” tushunchasi ham borki, u hayku janri bilan ma’lum ma’noda bog’liqdir. Xo’sh, “vabi-sabi” nimani anglatadi? “Vabi” - bu kuch va kamtarlik, oddiylik, halollik; “sabi” esa vaqt, xotirjamlik, haqiqiylik izi, muhridir. She’rdagi alohida kayfiyat “sabi” - “vaqt patinasi”(asrlar zangi) deb atalib, ancha keng ma’noni anglatadi. Bu tushunchalar kesishmasida lahzaning go’zalligi, nafosatini bor tabiiyligi bilan - qo’polligi, notekis, nomukammalligi bilan targ’ib qiluvchi falsafa dunyoga keladi. “Vabi-sabi” falsafasi uchun eng mukammal joy tabiat hisoblanib, inson tabiatda eng oddiy narsalardan zavqlanish, eng oddiy holatdan qoniqish hissini o’zida aks ettiradi. Yaponiya an’anasi bo’yicha tabiat tasviri ma’lum bir mavsumiy so’zlar orqali amalga oshirilgan. Vaqtlar o’tib turli hayku maktabi vakillari bu janr tematikasini kengaytirish, ilhom markazi faqat tabiat bo’lishi kerakmi, degan mulohaza, bahs yuritishgan bo’lsa-da, tabiat eng asosiy motivligicha qolmoqda.

Kapalak qurti
Bu kuzning bag’rida
Hali kapalakka aylanib ulgurmadi
Kabayashi Issa

Yapon mumtoz she'riyatida "bayonchilik", "hikoya qilish" elementi deyarli yo'q. Unda butun diqqat insonning ichki olamiga qaratilgan. "Hayku" tom ma'noda tajribalar, hissiyotlar kuylanadigan qat'iy lirik poeziya hisoblanib, bunda obrazlardan tashqaridagina shoirning qalb holatini namoyon etadi. Haykularda tasvir ba'zida bir, ba'zida bir nechta timsollar, tafsillar orqali namoyon bo'ladi. Masalan, quyida keltiriladigan haykuda shoir qalbidagi tuyg'ularni yuzaga chiqarish uchun birgina tafsil yetarli

Hatto Kiotoda turib
Kakku ovozini tinglab
Kiotoni sog'indim
Matsuo Basyo

Bu haykuda insonning xotiralarga qaytishi uchun birgina tovushning o'zi yetarli bo'lishi haqida misol keltirilyapti.

O, chigirtka, yig'lama!
Ayriliqsiz sevgi yo'q
Hatto osmondagi yulduzlarda ham.
Kobayashi Issa

Bu haykularda esa bir nechta timsollar shoir kayfiyatini, hayotning oddiy falsafasini ochishga xizmat qilmoqda.

Natijalar. Hayku Yaponiyada XVII asrda mashhurlikka erishganidan boshlab to hozirgi kungacha kutilmagan hissiyotlar va g'oyalarni ifodalash uchun tabiiy obrazlardan, tabiat tasvirini beruvchi tafsillardan foydalanish janrning eng asosiy komponenti bo'lib qolmoqda. "Hayku"da ijodkordan mohirlik va o'ziga xos hissiylikni talab etilishi butun bir ijodiy jarayonning katalizatori hisoblangan. Bu janrni eng yuqori cho'qqiga olib chiqqan Matsuo Basyoning ijodga tashna qalbi uni Yaponiyaning qishloqlarida yolg'iz yashaydi. U tabiat bilan uyg'unlikda yil fasllarining almashinuvi, tabiat hodisalarini kuzatib, o'zining "hayku" kolleksiyasida insonning tabiat bilan uzilmas rishtasini qisqa, siqiq holatda minimal so'zlar bilan keng ma'no ifodalashni maqsad qiladi. Matsuo Basyo barcha davrlarning eng yaxshi "hayku" yaratgan ijodkori hisoblanadi. Doktor Oliver Tearlening "Hamma o'qishi kerak bo'lgan 10 ta eng yaxshi hayku" maqolasida shoirga yuqori baho berilgan: "Matsuo Basyo (1644-94) - hayku janrining Shekspiridir". Uning ijodiy merosi dunyo bo'ylab juda ko'plab shoirlarni ilhomlantirgan. Kobayashi Issa, Yosa Buson ularga eng yorqin misol bo'la oladi. Aslida "hokku" deb nomlangan janrni XIX asr oxirlarida Masaoka Siki "hayku" tarzida qayta nomlagan. Bu nom haykuning she'riyatda mustaqil janr sifatida yanada chuqurroq o'rin egallashiga xizmat qildi. Basyo kabi Siki ham "hayku"ning necha asrlardan buyon o'zgarishsiz kelayotgan jihati - tabiatdan eskiz olishi shart, deb hisoblagan. Sikidan so'ng bu janr yanada tanila boshladi va mavzu doirasi kengaydi. "Hayku" faqat tabiat haqida yozilishi kerakmi, qat'iy 5-7-5 bo'g'inda yozilishi shartmi, haykuda yumor ishlatilishi mumkinmi, kabi savollar adabiyotshunos olimlar orasida bahs-munozaraga sabab bo'ladi. Zamonaviy hayku janri urbanizatsiya davrida tabiat mavzusidan chekinib, shovqinli va tezkor megapolislar, katta shaharlarda har kuni duch kelish mumkin bo'lgan hayotiy kadrlarni o'zida namoyon eta boshladi. Bu haqda Richard Gilbert, Yuki Ito, Tomoko Murase, Ayaka Nishikava va Tomoko Takakining "A New Haiku Era: Non-season kigo in the Gendai Haiku saijiki" maqolasida quyidagicha fikr bildiriladi: "Ko'plab shoirlar xokku dunyosida sarguzashtlar qilib, yangi yerlar va yangi ufqlarni kashf etdilar. Bu ufqlardan ba'zan yangi kigo, ba'zan esa yangi mavsumiy bo'lmagan kigo paydo bo'ladi. Bu faoliyatni biz xokkularning madaniy qiymatini oshirish uchun buyuk sarguzashtlarni amalga oshirgan va xokku dunyosiga yangi so'zlarni olib kirgan Basyoning

tarixiy misolida ko'rishimiz mumkin. Masalan, u bizga sumiregusa ("kichik tog' binafshasi") va kareobana ("so'lg'in yapon pampas o'ti") kabi e'tibordan chetda qolgan gullarning she'riy ta'miga ega bo'lgan birinchi xokku berdi…".[1]

"Senryu" "hayku"ning yumoristik, satirik mazmundagi turi bo'lib, unda inson tabiati, kundalik vaziyatlar tasvirlanadi. Senryu haqida Doktor Oliver Tearlening "Hamma o'qishi kerak bo'lgan hayku she'rlarining eng yaxshi 10 ta namunasi" maqolasida quyidagicha fikrlar keltirilgan: "…Qat'iy aytganda, hayku tabiatni o'z mavzusi sifatida qabul qilishi kerak: agar qisqa she'rda tabiat biron bir tarzda aks ettirilmasa, u aniqroq misol sifatida belgilanadi. Senryu ham shakl jihatidan o'n yetti bo'g'indan iborat, ammo tabiat yoki fasllarni o'z ichiga olmaydi. Hokku yoki hayku an'anaviy ravishda renga deb nomlanuvchi uzunroq she'rning qisqacha muqaddimasi bo'lgan…Haykuning maqsadi fasllar orqali tabiatni tanishtirish edi". Bu ixcham janr an'anaviyligi jihatidan va tarixan Yaponiyaga borib taqalsa-da, uning boshqa xalqlarda, jumladan, G'arb adabiyotida shaklan moslashtirilgan holda qabul qilishgan va bu janrning yetuk namunalarini yaratishga harakat qilishgan. XX asrga kelib Yevropa va Amerika shoirlari turli tillarda hayku janriga murojaat qila boshladilar. Jumladan, ingliz, fransuz va italyan tillarida haykular yaratildi. E.Paund, T.E.Xall, Emi Louell kabi ijodkorlar hayku janrida o'zlarining hissiy holatidan ko'chirilgan "eskiz"larni yaratishga harakat qildilar. Richard Rayt, Soniya Sanches, Nik Virdjilio kabi Amerika shoirlari bu janrda o'zlarini sinab ko'rdilar.

Men hech kimman
Kuzgi qip-qizil shafaq
Mening ismimni olib ketdi
Richard Rayt

So'z dema
Vaqt parchalanadi
O'rmonda…
Soniya Sanches.

Hayku va uning o'ziga xos jihatlari, kelib chiqish tarixi haqida Yosinobu Xakutanining "Hayku va modernistik poetika" maqolasi qimmatlidir. Ushbu asarda haykuning Yaponiyada paydo bo'lishi va rivojlanishi, shuningdek, uning modernist poetikaga ta'siri ko'rib chiqilgan. Ushbu tadqiqot shuni ko'rsatadiki, zamonaviy va postmodern davrlarda Sharq va G'arb o'rtasidagi eng keng tarqalgan badiiy, madaniy va adabiy almashinuv g'arbda hayku o'qish va yozishda namoyon bo'lgan edi. Asarda Jek Keruak, Richard Rayt, Sonia Sanches va Jeyms Emanuel tomonidan yozilgan eng yaxshi haykularni tahlil qiladi.

Doktor Oliver Tearlening "Hamma o'qishi kerak bo'lgan hayku she'rlarining eng yaxshi 10 ta namunasi" maqolasida shunday deyiladi: "Haykuda ko'pincha qisqa, o'tkinchi lahzaning mohiyatini ifodalovchi bitta tasvir mavjud. Ba'zan ikkita tasvir bo'ladi, lekin bu yerda ham haykuning kuchi bir she'r ichida birlashtirilgan ikkita narsa natijasida hosil bo'lgan "uchqun"dan kelib chiqadi. Ko'pgina hollarda, o'tkinchi va qisqa narsa bilan yonma-yon joylashgan abadiy va ulkan narsa (tog', oy, osmon) bo'ladi (itning hurishi; barg tushishi) tasvirlanadi.

Munozara.

Jahon adabiyotiga o'z ta'sirini ko'rsatgan hayku janri o'zbek adabiyotini ham chetlab o'tmadi. Hayku janri ta'sirida yaratilgan "tasbeh" o'zbek adabiyotida tom ma'noda yangilik bo'ldi. "Hayku" va "tasbeh"ning o'xshash va farqli jihati nimada degan tabiiy savol tug'iladi. "Tasbeh"da insonni o'ziga qaytaruvchi, ruhiyatni poklovchi "hayqiriq", murojaat ustunlik qiladi.

Tuproq yutar ekan chuvalchang
O'ylar:menman tuproqning joni

[1] Richard Gilbert, Yūki Itō, Tomoko Murase, Ayaka Nishikawa, and Tomoko Takakining "A New Haiku Era: Non-season kigo in the Gendai Haiku saijiki.http://www.gendaihaiku.com/research/kigo/02-kigo-cross-cultural-issues.htm

Qanday shirin ona tuprog'im.[1]

Bu "tasbeh"da yaqqol "hayku"dan ilhomlanganlik ko'zga tashlanadi. Birgina obraz orqali vatanparvarlik hissi, yurtga bo'lgan sevgi tasvirlanmoqda.

Men chivinga hech kim emasman
Qonim ichdi o'zi, ne iloj,
Qondoshingni o'ldirib bo'lmas.[2]

Bu "tasbeh" bir obrazli hisoblanib, "hayku"ning "senryu" ya'ni yuqorida tavsiflangan satirik, yumoristik ruhdagi turiga o'xshab ketadi. Bunda shoira hayotiy oddiy vaziyat tasviridan foydalanib, kishilar orasidagi illatlarni qalamga olyapti. Shoira bu she'rda chivin obrazi orqali kimnidir diliga ozor bergan, qalbini yaralagan insonni tasvirlaydi. Nohaq dilozorlik qilgan kishiga javoban ham shu kabi munosabat bildirishni esa shoira o'ziga ep ko'rmaydi. Bu holatni juda go'zal holatda ramziy va satira tili bilan "u meni qondoshim bo'ldi, qondoshni esa xafa qilib bo'lmaydi" deya fikrini xulosalaydi.

Sen menga hech do'st bo'lolmaysan
Aytchi, qachon, qanday chumoli,
Ko'tarolgan filning yukini.

Ushbu "tasbeh" esa yuqorida ko'rganimiz bir necha obrazli she'r hisoblanadi. Ijodkor tabiatdagi oddiy, kichik yoki katta obrazlar orqali jamiyatdagi ulkan illatlar, muammolarni ta'riflaydi. Bu "tasbeh"da chumoli va fil obrazi orqali kontekst ichida zidlik yaratilgan. "Qarshi qo'yish" va "kuchaytirish" kabi kompozitsiya usullardan unumli foydalanilgan. Hayvon va hasharot obrazlari orqali kishining fe'l-atvori, fazilat va kamchiliklari nazarda tutilmoqda. Bu she'rda ham "senryu"ga xos jihatni ko'rish mumkin. She'rda ramziylik, majoziylik ham yetakchilik qiladi. Ortega-y-Gasset "Poeziya majozning oliy matematikasidir. Majoz bir narsani boshqasi bilan niqoblagan holda juda chaqqon yashiradi: agar ortida odamga xos reallikdan qochish instinkti turmaganda, majozning hech qanday ma'nosi qolmagan bo'lardi", - degan fikrining isbotini aynan shu she'rda ko'rish mumkin. Poeziyada so'zni faqat o'z o'rnida va o'z ma'nosida qo'llash badiiylikni kamaytiradi. "Hayku"lardagi tabiat tasviri, hasharotlar, o'simliklar asosan o'z ma'nosida qo'llanilib, shoir kayfiyatini ifodalasa, "tasbeh" janrida aksincha, shoir kayfiyati, xulosa va fikrlarini ramziy, obrazli holatda so'zlarni, detallarni ko'chma ma'noda qo'llab, ifoda ta'siri kuchaytiriladi. Yuqorida ta'kidlanganidek, lirik janrning hajmi kichiklashgani sari asarning kompozitsiyasi qiyinlashadi, taranglashadi. Ritorik so'roq bilan tugagan bu "tasbeh" namunasida "hayku"ning "yodzyo" unsuri ham korinadi. Ya'ni notugal fikrni o'quvchiga tashlashni, xulosa chiqarishni, tafakkur qilishni o'quvchiga qoldirishni ijodkor juda ustalik bilan uddalagan.

Osmonga intildim,
Chaqmoqlar chaqdi,
Yomg'ir yog'averdi kecha-yu kunduz.

"Tasbeh" o'zida "kigo" ni yaqqol namoyon etmoqda. "Hayku"ning asosiy tasvir elementlaridan biri bo'lgan "kigo" ya'ni mavsumiy so'zlar - "yomg'ir", "chaqmoq" orqali nafaqat bahor fasli anglashilyapti, balki bu detallar orqali ijodkor kayfiyatining peyzaji yaratilmoqda. Kecha-kunduz so'zi payt ma'nosini bildirishdan tashqari, kishi hayotidagi past-balandliklar, yaxshi va yomon kunlar, hayotiy tajribalarni anglatadi. Ramziy holatda bir-biriga qarshi qo'yilayotgan bu zid ma'noli so'zlar "tasbeh"ning tasviriyligini kuchaytirishga xizmat qilgan. Komillikka, yetuklikka intilayotgan inson

[1] Farida Afro'z, Tanlangan asarlar,O'zimni sog'inib… "Tasbehlar". II jild, Toshkent, 2023,5-b.
[2] Shu asar, 6-b.

va u duch keladigan ichki va tashqi kurashlar, rivojlanish yo'lidagi mashaqqatlar tabiatdagi oddiygina mavsumiy holat orqali tasvirlanmoqda.

Xulosa. Haykuning paydo bo'lganiga necha asrlar bo'libdiki, adabiyot ixlosmandlarini o'ziga jalb qilib kelmoqda. Bu janr juda ko'plab xalqlar adabiyotida tub burilish yasadi. Turli xalqlar adabiyotida hayku yozildi, bu janr o'z muxlislarini topdi. Adabiyot bu ko'ngil mulki. U qalbni uyg'otadi, poklaydi. Adabiyotni "ko'ngil gimnastikasi" deyish mumkin. Chunki u qalbni hissiyotlar bilan ishlashga, kuchli va shu bilan birga juda sezgir bo'lishga undaydi. Hayku insonni asliga - tabiatga qaytaradi. Inson moddiyatga o'ralib, qalbni, ruhiyatni unutganda hayku yordamga keladi. Inson tabiat bilan uyg'un bo'lganida, nafaqat jismonan, balki ruhan ham sog'lom, tetik bo'ladi. Bejizga hayku shoirlari yolg'iz holatda tabiat qo'ynida ijod qilishmagan, bekorga uzoq sayohatlarga otlanishmagan. Hayku asrlar osha sayqallanib, dunyo adabiyotida o'ziga xos o'rin egallashda davom etmoqda.

Xulosa o'rnida shuni aytish lozimki, Yaponiya o'rta asr she'riyati foniy dunyo go'zalligining goh g'amgin, gohida shodlikka to'la jozibasini kuylab, jahonning turli xalqlari adabiyotining chinakam marvaridiga aylandi. Ayrim xalqlar adabiyotida tub burilish yasab yangi she'riy janrlar, shaklllar yaratilishiga, uslubiy va janriy rivojlanishga zamin yaratdi. "Hayku" va "tasbeh" insonni o'ziga, tabiatga qaytarib, ruhiy poklikka, ezgulikka, o'tkinchi dunyo hoyu-havaslaridan xiralangan ruhiyatni uyg'otishga xizmat qiladi. Bu ixcham janrlar insonlarga xitob, uxlayotgan insonlar uchun "uyg'otuvchi soat bongi" bo'lib yangraydi. Bu janrning asl namunalarini ko'cha va xiyobonlarning diqqatga sazovor ko'chalarda peshtaxtaga yozib qo'yish kerak, deb hisoblayman. Faqat moddiyat uchun xizmat qiluvchi reklama bannerlari orasida bu she'rlar nafaqat go'zal atmosfera yaratish uchun kerak, balki insonlarda ezgulikka xizmat qilishga rag'bat uyg'otishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Atabayeva G.Z. Genre and stylistic originality of Farida Afruz's triplets and Japanese haiku. www.innovativepublication.uz.Vol.2 №3 (2025). March

2. Farida Afro'z, "Tasbeh", Sharq, Toshkent, 2007.

3. Жалолиддин Румий, Ичиндаги ичиндадир, Тошкент,2021.

4. Уэйн Дайер, "Вдохновение. Могу, ибо верю, что могу…", София,2009

5. К,озокбой Йулдошев, Мух,айе Йулдошева. Бадиий тахлил асослари, Тошкент, 2016.

Hakutani, Y. (2009). The Genesis and Development of Haiku in Japan. In: Haiku and Modernist Poetics. Palgrave Macmillan, New York. p-8, https://doi.org/10.1057/9780230100916_2

6. Dr Oliver Tearle (Loughborough University) 10 of the Best Examples of 8.Haiku Poems Everyone Should Read.Interestingliterature.com.

7. Haiku: Beauty in Simplicity by Koichi Hasegawa. global.dialogue.isa-sociology.org.In Japanese: Natsukusa ya, Tsuwamono domo ga, Yume no ato.

Samidare no, Furinokoshite ya, Hikaridou.

8. Koichi Hasegawa, Tohoku University, Sendai, and Chair of the Local Organizing Committee of the ISA 2014 World Congress of Sociology in Yokohama, Japan.

9. Zoria Petkoska. A collection of delightful haiku about people and occasionally cats in love. Tokyo weekender. February 14, 2021Updated On February 27, 2024

10. Луиза Кипчакбаева.Плач ветра. КАРТАСЛОВслов.ру.

11. Richard Gilbert.Kigo and seasonal reference:Cross-cultural issues in Anglo-American Haiku. Kumamoto Studies in English Language and Literature 49, Kumamoto University, Kumamoto, Japan, March 2006 (pp. 29-46); revised from Simply Haiku 3.3 (Autumn 2005).

12. Richard Gilbert, Yûki Itô, Tomoko Murase, Ayaka Nishikawa, and Tomoko Takaki.A New Haiku Era:Non-season *kigo* in the Gendai Haiku *saijiki. Modern Haiku Journal 37.2* (Summer 2006).Faculty of Letters, Kumamoto University, March 2006.http://www.gendaihaiku.com/research/kigo/02-kigo-cross-cultural-issues.htm

Ibragimova Dilnoza Xayrullo qizi
Secondary General Education School No. 28 Peshku district, Bukhara region

USING ARTIFICIAL INTELLIGENCE TOOLS FOR DEVELOPING ENGLISH WRITING SKILLS: A LITERATURE REVIEW

Abstract. *This article discusses the current state of research on employing artificial intelligence software in the cultivation of English writing ability. In a synthesizing review of literature, the study examines the prevailing literature on AI-assisted writing aid platforms, their pedagogical effectiveness, and their impacts on language learning outcomes. The research concludes that AI tools have vast possibilities for personalized feedback, grammar correction, and writing skill development but with hindrances of overdependency and the need for human interaction. The study suggests that AI tools can be helpful additives to traditional writing pedagogy when used purposefully in pedagogical structures. This study contributes to the developing body of research on technology-enhanced language instruction and is an important resource for teachers and researchers interested in integrating AI tools into courses in English writing.*

Keywords: *artificial intelligence, English writing skills, language learning, educational technology, writing assistance, digital literacy.*

SUN'IY INTELLEKT VOSITALARIDAN INGLIZ TILI YOZUVINI RIVIJLANTIRISHDA FOYDALANISH

Annotatsiya. *Ushbu maqolada ingliz tilida yozish qobiliyatini rivojlantirishda sun'iy intellekt dasturidan foydalanish bo'yicha tadqiqotlarning hozirgi holati muhokama qilinadi. Adabiyotlarni tahlil qilishda tadqiqot AI yordamida yozma yordam platformalari, ularning pedagogik samaradorligi va til o'rganish natijalariga ta'siri bo'yicha ustun adabiyotlarni o'rganadi. Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, sun'iy intellekt vositalari shaxsiy fikr-mulohazalar, grammatik tuzatishlar va yozish ko'nikmalarini rivojlantirish uchun keng imkoniyatlarga ega, ammo haddan tashqari qaramlik va odamlarning o'zaro ta'siriga to'sqinlik qiladi. Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, AI vositalari pedagogik tuzilmalarda maqsadli foydalanilganda an'anaviy yozish pedagogikasiga foydali qo'shimchalar bo'lishi mumkin. Ushbu tadqiqot texnologiya asosida takomillashtirilgan til o'rgatish bo'yicha rivojlanayotgan tadqiqot majmuasiga hissa qo'shadi va AI vositalarini ingliz tilini yozish kurslariga integratsiyalashdan manfaatdor o'qituvchilar va tadqiqotchilar uchun muhim manbaa hisoblanadi.*

Kalit so'zlar: *sun'iy intellekt, ingliz tilida yozish qobiliyatlari, til o'rganish, ta'lim texnologiyasi, yozish yordami, raqamli savodxonlik.*

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНСТРУМЕНТОВ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПИСЬМА НА АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКЕ

Аннотация. В данной статье рассматривается современное состояние исследований, посвящённых использованию программного обеспечения с искусственным интеллектом в развитии навыков письма на английском языке. В обобщающем обзоре литературы анализируется существующая база исследований об ИИ-платформах для поддержки письма, их педагогическая эффективность и влияние на результаты обучения языку. В исследовании делается вывод, что инструменты ИИ обладают широкими возможностями для предоставления персонализированной обратной связи, коррекции грамматики и развития письменных навыков, но при этом существуют препятствия в виде чрезмерной зависимости и необходимости человеческого взаимодействия. Подчёркивается, что такие инструменты могут быть полезным дополнением к традиционной методике преподавания письма при их целенаправленном использовании в педагогических структурах. Данное исследование вносит вклад в развивающийся корпус работ по обучению языку с применением технологий и является важным ресурсом для

преподавателей и исследователей, заинтересованных во внедрении инструментов ИИ в курсы по английскому письму.

Ключевые слова: искусственный интеллект, навыки письменной речи на английском языке, изучение языка, образовательные технологии, поддержка письма, цифровая грамотность.

Introduction.

The application of artificial intelligence software in learning a language has emerged as the most significant trend in contemporary pedagogy, particularly in English writing education. With greater emphasis on digital literacy in academic and professional settings, the potential of writing assistants based on AI to enhance learning outcomes has attracted considerable attention from educators and researchers around the world. The ubiquity of sophisticated AI composing software such as Grammarly, ChatGPT, and other computer-automated essay scoring systems has revolutionized how students approach composing assignments and the way that teachers conceptualize teaching writing.

The traditional practice of English writing instruction has long relied on peer review, teacher comments, and multiple revision cycles. While these approaches are generally limited by their non-immediacy, uniformity, and personalized feedback, AI-based technologies promise to break through these limitations with instant, holistic, and personalized responses that can augment human instruction. The implications of this technological breakthrough extend far beyond convenience to raise the potential to revolutionize how writing proficiency is taught and tested in schools.

The current breakthroughs in natural language processing and machine learning have enabled AI systems to provide more sophisticated feedback on various aspects of writing including grammar, style, coherence, and even argumentative structure. These capabilities have opened up new avenues for independent learning and posed crucial questions about the application of AI for acquiring genuine writing skills. The research environment today is characterized by both excitement regarding these technological developments and apprehension over their possible effects on critical thinking as well as creative expression.

Methodology and literature review

This study employs a systematic literature review methodology to analyze existing research on AI tools in English writing education. Sources were identified through comprehensive searches of academic databases, with particular attention to Uzbek and Russian research contributions to this field, as well as international studies.

The literature reveals several key areas of research focus. Karimov and Usmanova (2021) conducted a comprehensive analysis of automated writing evaluation systems in Central Asian educational contexts, demonstrating that AI tools can provide reliable assessments of writing quality while accounting for cultural and linguistic specificities [1]. Their research indicates that machine learning algorithms adapted for regional contexts can effectively identify grammatical errors, syntactic issues, and cultural appropriateness in English writing among Uzbek learners. The study emphasized the importance of culturally sensitive AI implementation in post-Soviet educational systems.

The pedagogical effectiveness of AI writing assistants in Russian-speaking contexts has been extensively studied by Volkov and Petrov (2022), who examined learning outcomes in university-level English composition courses across several Russian institutions [2]. Their longitudinal study revealed that students who used AI writing assistance demonstrated improved revision strategies and greater metacognitive awareness of their writing processes. However, the researchers also noted specific challenges related to L1 interference patterns common among Russian-speaking English learners and the need for AI systems to address these particular linguistic challenges.

Nazarova (2023) provided crucial insights into the adoption of AI writing tools in Uzbek higher education institutions, examining both opportunities and barriers to implementation [3]. Her qualitative study revealed that while students showed enthusiasm for AI-assisted writing, institutional infrastructure and teacher preparation remained significant challenges. The research highlighted the need for systematic professional development programs to ensure effective integration of AI technologies in English language curricula across Uzbek universities.

The theoretical framework for understanding AI's role in writing development within post-Soviet educational contexts has been significantly advanced by Fedorov and Smirnov (2021), who proposed a model of "contextual AI pedagogy" that positions AI tools as culturally-aware cognitive scaffolds [4]. This conceptual framework emphasizes the importance of adapting AI technologies to local educational traditions while maintaining international standards of English proficiency. Their work provides a valuable bridge between Western AI education research and regional pedagogical practices.

Critical perspectives on AI implementation in multilingual contexts have been articulated by Rashidov (2022), who examined the potential negative impacts of AI assistance on the development of authentic voice in English writing among Uzbek students [5]. His ethnographic study of student experiences with AI writing tools revealed complex relationships between technological assistance, cultural identity, and academic expression. These findings underscore the importance of balanced implementation strategies that preserve linguistic diversity while leveraging technological benefits.

The question of linguistic authenticity in AI-assisted writing has been further explored by Kozlova and Ivanov (2023), who investigated how AI tools handle the specific challenges faced by Russian-speaking learners of English [6]. Their corpus-based study analyzed patterns of AI feedback on common L1 transfer errors and found that current AI systems show varying degrees of effectiveness in addressing Russian-specific linguistic challenges. The research contributes to ongoing debates about the need for more linguistically sophisticated AI writing assistants.

Cross-cultural perspectives on AI ethics in education have been provided by Abdullaeva (2022), whose comparative study examined different cultural approaches to AI integration in language learning [7]. Her research highlighted how traditional Uzbek educational values intersect with modern AI technologies, revealing both synergies and tensions that must be navigated in successful implementation. The study emphasized the importance of culturally sensitive pedagogical frameworks that respect local educational traditions while embracing technological innovation.

Results and discussion

The analysis of existing literature reveals a complex landscape of opportunities and challenges specific to the integration of AI tools in English writing instruction within Uzbek and Russian educational contexts. Research consistently demonstrates that AI-powered writing assistants can provide valuable support in addressing common challenges faced by speakers of Turkic and Slavic languages learning English. Studies indicate that students from these linguistic backgrounds show particular benefits in areas such as article usage, preposition selection, and sentence structure, which represent frequent areas of difficulty for these learner populations.

One of the most significant findings across multiple studies is the importance of culturally-aware AI implementation. Research from Uzbek institutions suggests that AI tools perform more effectively when they are calibrated to recognize and address specific patterns of L1 interference common among local student populations. AI systems trained on diverse datasets including Uzbek-English interlanguage patterns provide more targeted and useful feedback than generic AI writing assistants [8]. This finding has important implications for AI development and suggests the need for more localized approaches to educational technology.

The literature also reveals significant institutional factors that influence AI adoption in post-Soviet educational systems. Studies conducted across Russian and Uzbek universities show that successful implementation requires not only technological infrastructure but also substantial changes in pedagogical approaches and assessment methods. Universities with strong digital infrastructure and comprehensive teacher training programs achieve better outcomes with AI integration than those that focus solely on technology acquisition [9].

Concerns about linguistic authenticity emerge as a particularly important theme in the regional literature. Multiple studies document how AI assistance can potentially homogenize student writing, reducing the rich linguistic diversity that characterizes multilingual learning environments [10]. However, research also suggests that these risks can be mitigated through pedagogical approaches that explicitly value linguistic diversity and encourage students to maintain their authentic voices while improving technical accuracy.

The question of metacognitive development in AI-assisted writing contexts shows interesting cultural variations. Studies from Russian educational contexts suggest that students from academic traditions emphasizing critical analysis often demonstrate superior skills in evaluating AI feedback compared to students from more traditional educational backgrounds. This finding highlights the importance of explicit instruction in critical evaluation skills, particularly in contexts where educational traditions may not emphasize questioning authoritative sources.

Teacher perspectives on AI integration reveal both enthusiasm and concern across regional contexts. Research indicates that educators who receive comprehensive training in AI technologies and their pedagogical applications demonstrate greater confidence and effectiveness in implementation. However, studies also document significant variations in teacher attitudes based on factors such as technological background, pedagogical philosophy, and institutional support.

Conclusion

The synthesis of current research on AI tools in English writing development within Uzbek and Russian educational contexts reveals both significant opportunities and important challenges that must be carefully navigated with attention to regional specificities. The evidence clearly demonstrates that AI-powered writing assistants can provide valuable support for addressing common challenges faced by speakers of Turkic and Slavic languages learning English, particularly in areas of grammatical accuracy and sentence-level organization. These tools offer unprecedented opportunities for personalized feedback that can address specific L1 transfer patterns while supporting overall writing development.

The most successful applications of AI in regional contexts appear to occur within comprehensive pedagogical frameworks that account for local linguistic, cultural, and institutional factors. Research consistently emphasizes the need for culturally-aware AI implementation that recognizes the specific challenges and strengths of local student populations. The development of metacognitive skills that enable students to effectively interact with AI systems emerges as a crucial factor, with particular attention needed for educational contexts that may not traditionally emphasize critical evaluation of authoritative sources.

References.

1. Karimov, A., & Usmanova, D. (2021). Sun'iy intellekt vositalari yordamida ingliz tili yozuv ko'nikmalarini baholash: O'zbekiston oliy ta'lim muassasalarida tajriba. *O'zbekiston Oliy Ta'lim Jurnali*, 3(15), 45-58.

2. Volkov, S.P., & Petrov, N.A. (2022). Использование систем искусственного интеллекта в обучении английской письменной речи: опыт российских вузов. *Вопросы образования*, 2, 87-105.

3. Nazarova, M.R. (2023). Oliy ta'lim muassasalarida ingliz tili o'qitishda zamonaviy texnologiyalardan foydalanish muammolari va yechimlari. *Zamonaviy Ta'lim*, 8(92), 23-31.

4. Fedorov, A.V., & Smirnov, D.L. (2021). Контекстуальная модель применения ИИ в обучении иностранным языкам в постсоветском образовательном пространстве. *Образование и наука*, 23(7), 112-134.

5. Rashidov, B.S. (2022). Ingliz tilida yozma nutqni o'rgatishda sun'iy intellekt: imkoniyatlar va xavf-xatarlar. *Til va Adabiyot Ta'limi*, 4(68), 67-75.

6. Kozlova, E.M., & Ivanov, P.S. (2023). Анализ эффективности ИИ-инструментов для коррекции типичных ошибок русскоязычных изучающих английский язык. *Филологические науки*, 18(3), 156-169.

7. Abdullaeva, N.K. (2022). Madaniyatlararo kontekstda ingliz tili o'qitishda sun'iy intellekt: axloqiy va pedagogik masalalar. *Xalqaro Ta'lim Tadqiqotlari*, 7(25), 89-97.

8. Alimov, R.T. (2021). Til o'rganishda raqamli texnologiyalar: O'zbekiston tajribasi. *Zamonaviy Lingvistika*, 12(4), 34-47.

9. Sokolova, I.B. (2022). Развитие цифровой грамотности при обучении английскому языку с использованием ИИ. *Современное образование*, 15(2), 78-91.

10. Yusupov, K.A. (2023). Chet tillarni o'qitishda innovatsion yondashuvlar: sun'iy intellekt va virtual reallik. *Pedagogika va Psixologiya*, 19(3), 112-125.

Kozimova Zulfiya Ismoilovna
Pavel Benkov nomidagi Respublika ixtisoslashtirilgan rassomlik maktabi ona tili va adabiyoti fani o'qituvchisi

SAN'ATSHUNOSLIKDAGI XALQARO TERMINLAR VA ULARNING O'ZBEK TILIGA MOSLASHUVI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada san'atshunoslikda qo'llaniladigan xalqaro terminlar va ularning o'zbek tiliga moslashuvi jarayoni tahlil qilingan. Xalqaro terminlarning san'at asarlarini tasniflash va ilmiy tahlil qilishdagi o'rni, ularning yagona ilmiy standart sifatida ishlatilishi hamda madaniy muloqotni yengillashtirishdagi roli yoritilgan. O'zbek tiliga moslashuv jarayonining asosiy yo'llari – to'g'ridan-to'g'ri qabul qilish va tarjima orqali moslashtirish – misollar orqali tanishtirilgan. Atamalarni moslashtirishdagi lingvistik masalalar, bir qancha variantlarning borligi va ma'no ko'chishi kabi jihatlar ko'rib chiqilgan. Bundan tashqari, milliy va xalqaro terminlarning hamjihatlikda ishlatilishi san'atshunoslik tahlilini boyitishi va o'zbek madaniyatini jahon san'ati kontekstida kengroq tanitishi ta'kidlab o'tilgan. Maqola so'nggida terminlarni standartlashtirish va izohli lug'atlar yaratish zarurligi haqida xulosalar berilgan.*

Kalit so'zlar: *san'atshunoslik, xalqaro terminlar, terminologiya, o'zbek tili, moslashuv jarayoni, tarjima, to'g'ridan-to'g'ri qabul qilish, lingvistik muammolar, standartlashtirish, izohli lug'at, madaniy muloqot.*

МЕЖДУНАРОДНЫЕ ТЕРМИНЫ В ИСКУССТВОВЕДЕНИИ И ИХ АДАПТАЦИЯ К УЗБЕКСКОМУ ЯЗЫКУ

Аннотация. *В данной статье анализируются международные термины, используемые в искусствоведении, и процесс их адаптации к узбекскому языку. Освещена роль международных терминов в классификации и научном анализе произведений искусства, их использование в качестве единого научного стандарта и их роль в облегчении культурного общения. Основные пути процесса адаптации к узбекскому языку - непосредственное принятие и адаптация через перевод - представлены на примерах. Рассмотрены такие аспекты, как лингвистические вопросы согласования терминов, наличие нескольких вариантов и перенос значения. Кроме того, отмечается, что совместное использование национальных и международных терминов обогащает анализ искусствоведения и способствует более широкому представлению узбекской культуры в контексте мирового искусства. В конце статьи представлены выводы о необходимости стандартизации терминов и создания толковых словарей.*

Ключевые слова: *искусствоведение, международные термины, терминология, узбекский язык, процесс адаптации, перевод, прямое восприятие, лингвистические проблемы, стандартизация, толковый словарь, культурная коммуникация.*

INTERNATIONAL TERMS IN ART STUDIES AND THEIR ADAPTATION TO THE UZBEKISTAN LANGUAGE

Annotation. *This article analyzes international terms used in art studies and the process of their adaptation to the Uzbek language. The role of international terms in the classification and scientific analysis of works of art, their use as a single scientific standard, and their role in facilitating cultural communication are highlighted. The main ways of adaptation to the Uzbek language - direct acceptance and adaptation through translation - are presented in examples. Linguistic aspects such as the linguistic issues of term agreement, the existence of multiple variants, and semantic transfer are considered. Furthermore, it is noted that the co-use of national and international terms enriches the analysis of art studies and contributes to broader representation of Uzbek culture in the context*

of world art. At the end of the article, conclusions are presented regarding the need to standardize terms and create explanatory dictionaries.

Keywords: *art studies, international terms, terminology, Uzbek language, adaptation process, translation, direct perception, linguistic problems, standardization, explanatory dictionary, cultural communication.*

Kirish. Globallashuv davrida san'atshunoslik yo'nalishida xalqaro terminlarning faol ishlatilishi ilmiy va madaniy muloqotning ajralmas qismi bo'lib kelmoqda. Hozirgi kunda tasviriy san'at, amaliy san'at va boshqa san'at turlarini tahlil qilish, tasniflash va ilmiy izoh berishda xalqaro miqyosda tan olingan terminlardan foydalanish muhim jarayon hisoblanadi. Shuningdek, bu terminlarni o'zbek tiliga to'g'ri kelishtirish milliy til boyligini asrab-avaylash, ilmiy aniqlikni ta'minlash va o'zbek san'atini jahon ilmiy hamjamiyatiga to'laqonli integratsiya qilish uchun o'rinli sanaladi. Xalqaro terminlarning noto'g'ri tarjima qilinishi yoki bir xilda qo'llanilmasligi ilmiy tushunmovchiliklarga olib kelishi mumkin. Shuning uchun mazkur tanlangan mavzu san'atshunoslik terminologiyasini yanada boyitish, uni optimallashtirish hamda madaniy merosni zamonaviy ilmiy asoslarda targ'ib qilish nuqtai nazaridan ahamiyatli sanaladi.

San'atshunoslik fanida xalqaro terminlardan foydalanish muhim sanaladi. Ular asarlar janri, uslubi, texnikasi va davrini ifodalashda muhim lingvistik vosita sifatida xizmat qiladi. Xalqaro terminlarning paydo bo'lishi, asosan, Yevropa va Sharq san'at maktablarining rivoji, madaniy aloqalar, tarjima jarayonlari va ilmiy muloqot natijasida yuzaga kelgan. O'zbek san'atshunosligi ham bu jarayondan chetda qolmagan, balki boy tarixiy meros va xalqaro san'at tendensiyalari uyg'unligida rivojlangan. Xalqaro san'at terminlari san'at asarlarini tasniflash, tahlil qilish va ularning badiiy qiymatini baholashda yagona standart sifatida ishlatiladi. Masalan, "barokko", "renessans", "impressionizm", "surrealizm" kabi atamalar butun dunyoda bir xil ma'noda qo'llanadi. Bu holat san'atshunoslarga turli madaniy kontekstlarda yaratilgan asarlarni bir xil ilmiy mezonlar asosida o'rganish imkonini beradi. Xalqaro terminlarning o'zbek tiliga moslashuvi ikki asosiy yo'l bilan amalga oshadi: To'g'ridan-to'g'ri qabul qilish – Atama asl shaklda yoki talaffuzga moslashtirilgan holda kiradi: *barokko, modernizm, art-deko*. Tarjima orqali moslashtirish – Atama mazmuniga mos o'zbekcha so'z bilan ifodalanadi: *still life → natyurmort, landscape → peyzaj, fresco → devoriy sur'at*.

Adabiyotlar tahlili. Ko'plab hollarda ikki usul uyg'un qo'llanadi, ya'ni atama xalqaro shaklda ishlatilsa-da, yonida o'zbekcha tushuntiruvchi so'z beriladi: "impressionizm (taassurotchilik)", "grafika (chizma san'ati)". Terminlarning o'zbek tiliga moslashuvida ba'zan bir nechta variantlar yuzaga keladi, bu esa ilmiy birlikni ta'minlashda qiyinchilik tug'diradi. Masalan, *performance art* atamasi "performans san'ati" yoki "jonli ijro san'ati" tarzida uchraydi. Shuningdek, ba'zi terminlar tarjimada ma'no kengayishi yoki torayishiga uchraydi, bu esa tahlilda tushunmovchiliklarga sabab bo'lishi mumkin. O'zbek san'atshunosligida xalqaro terminlarni milliy san'atga xos atamalar bilan uyg'un ishlatish samarali natija beradi.

Masalan, "miniatura" va "tezhib" kabi milliy terminlar "renessans" yoki "realizm" bilan bir qatorda ishlatilishi san'atshunoslik tahlilini boyitadi, madaniy merosni jahon san'ati kontekstida to'g'ri tushuntirish imkonini beradi.

San'atshunoslikdagi xalqaro terminlar ilmiy muloqotning umumiy tilini yaratadi. Ularning o'zbek tiliga moslashuvi madaniy merosni asrab-avaylash, xalqaro tajribani o'zlashtirish va milliy san'atni dunyoga tanitishda muhim ahamiyat kasb etadi. Shu sababli terminlarni standartlashtirish, lug'atlar yaratish va ta'lim jarayonida yagona izohlarni qo'llash dolzarb vazifa bo'lib qolmoqda. Xalqaro va milliy terminlarning uyg'unligi o'zbek san'atshunosligini yanada boyitadi va uni jahon miqyosida munosib namoyon etadi. Globalizatsiya jarayonida ilm-fan va madaniyat sohalarida xalqaro terminlarning almashinuvi jadallashdi. Xususan, san'atshunoslik terminologiyasi o'zining universalligi va milliy xususiyatlari bilan ajralib turadi. Bu terminlarning bir qismi to'g'ridan-to'g'ri boshqa tillardan qabul qilinadi, boshqalari esa moslashtirilgan holda milliy tilga kirib keladi[1]. O'zbek tilida san'at terminlarini moslashtirish masalasi nafaqat tilshunoslik, balki madaniyatshunoslik va tarjima nazariyasi nuqtayi nazaridan ham dolzarbdir[2]. San'atshunoslik -

tasviriy san'at, haykaltaroshlik, me'morchilik, amaliy bezak san'ati va boshqa yo'nalishlarni o'z ichiga oluvchi fan sohasi bo'lib, unda ishlatiladigan terminlar ko'pincha fransuz, italyan, ingliz va rus tillaridan kirib kelgan[3]. Masalan, *impressionizm, barokko, avantgarde, freska, portret, peyzaj* kabi terminlar xalqaro miqyosda bir xil tushunchani ifodalaydi, lekin har bir milliy til ularni o'z fonetik va imlo qoidalariga moslashtiradi[4]. Bunday terminlar ilmiy muloqotning yagona tilini yaratishga xizmat qiladi. UNESCO mutaxassislariga ko'ra, san'atshunoslik terminlarining xalqaro standartlashtirilishi turli davlat olimlari o'rtasida samarali hamkorlikni ta'minlaydi[5].

Tahlil va natijalar. O'zbek tiliga xalqaro san'at terminlarini moslashtirishda uch asosiy tamoyil kuzatiladi:

1. Fonetik moslashuv - termin milliy til talaffuziga moslab aytiladi (*fresko → freska, skulptura → haykal*).
2. Grafik moslashuv - yozuv tizimiga moslashtirish (*colosseum → kolizey*).
3. Semantik moslashuv - terminning ma'nosi o'zbek tilida mavjud tushuncha bilan uyg'unlashtiriladi[6].

Nurmatova (2020) tadqiqotida qayd etilishicha, ba'zi xalqaro terminlar o'zbek tilida to'liq tarjima qilinadi (*landshaft → manzara*), ba'zilari esa asl shaklida saqlanadi (*avantgarde*). Xalqaro terminlarni moslashtirishda uchraydigan asosiy muammolar: O'zbek tilidagi mos ekvivalentning yo'qligi (*installation, performance* kabi zamonaviy san'at atamalari). Bir terminning bir necha variantli qo'llanilishi (*kubizm / kuboizm*). Tarjima jarayonida ma'no torayishi yoki kengayishi. Karimov (2018) fikricha, zamonaviy san'at atamalarini tarjima qilishda faqat tilshunoslik emas, balki san'atshunoslik konteksti ham inobatga olinishi lozim. Bugungi kunda O'zbekiston san'atshunoslik adabiyotida quyidagi moslashgan terminlar keng qo'llanmoqda: *Portret* - odamning tasviriy san'atdagi obrazi. *Peyzaj* - manzara janri. *Natürmort* - jonsiz predmetlar tasviri. *Grafika* - chiziqli-tasviriy san'at turi. Shuningdek, zamonaviy san'at terminlari - *pop-art, street-art, video-art* kabi atamalar asosan ingliz tilidan kirib kelgan bo'lib, o'zbek tilida asliyatdagi yozilishi va talaffuzini saqlab qolgan. UNESCO (2015) hisobotiga ko'ra, terminlarni moslashtirishda quyidagi bosqichlar samarali:

1. Terminning manba tilidagi ma'nosini chuqur tahlil qilish.
2. Milliy til fonetikasi va morfologiyasiga mos variant yaratish.
3. Ilmiy jamoatchilik tomonidan muhokama va tasdiqlash.

O'zbekistonda ham san'atshunoslik terminologiyasi bo'yicha maxsus izohli lug'at va standartlashtirish ishlari davom ettirilmoqda. San'atshunoslikdagi xalqaro terminlarning o'zbek tiliga moslashtirilishi til taraqqiyoti, madaniy merosni saqlash va ilmiy muloqot samaradorligini oshirishning muhim omilidir. Bu jarayon nafaqat tilshunos, balki san'atshunos, tarjimon va madaniyatshunos olimlar hamkorligida olib borilishi zarur. Xalqaro terminlarni ilmiy asosda moslashtirish orqali o'zbek tilida san'atshunoslik terminologiyasining izchil va mukammal tizimini yaratish mumkin bo'ladi.

Tasviriy san'at sohasidagi ilmiy izlanishlar va uning jamiyatga ta'siri haqida tadqiqotchi S.Xo'jayeva quyidagi fikrlarni bildirib o'tgan: "mavjud adabiyot manbalarida tasviriy san'atning ilmiy ta'limdagi o'rni, uning tarixiy va zamonaviy yutuqlari, hamda san'atni tijoratlashtirish masalalari borasida to'liq, tizimli ilmiy tahlillar mavjud emas. Ilmiy adabiyotlarda bu sohada aniq yechimlar taklif qilinmagan, ko'p hollarda tasviriy san'atning zamonaviy texnologiyalar bilan uyg'unlashuvi, uning ijtimoiy va madaniy vazifalari haqida ko'plab umumiy fikrlar mavjud bo'lsa-da, ilmiy izlanishlar hali to'liq yakunlanmagan"[7]. Shu bois, muallifning ilmiy ishida tasviriy san'atning ilmiy ta'limdagi o'rni va jamiyatdagi ahamiyati masalalari, shuningdek, tasviriy san'atning zamonaviy muammolari, jumladan tijoratlashish va elitarlik masalalari chuqur tahlil qilinadi. Ilmiy maqolalar, kitoblar va tadqiqotlar natijalariga asoslanib, muallif tasviriy san'atning tarixiy rivoji, uning jamiyatdagi roli va bugungi kunda mavjud bo'lgan asosiy muammolarni o'rganib chiqdi. Tadqiqotlar ko'rsatadiki, tasviriy san'at fanining rivoji nafaqat san'atkorlarning ijodiy faoliyatini tahlil qilish, balki ularning jamiyatda tutgan o'rni va san'atning ma'naviy ahamiyatini anglash orqali muhim ilmiy xulosalarga olib keladi.

Xulosa. Bu ilmiy ishning mazmuni nafaqat mavjud ilmiy manbalarga, balki dunyo miqyosida tanilgan san'atshunoslar, jumladan, Artur Danto, John Berger, va Henry Eyres kabi olimlarning fikrlariga asoslanadi. Tasviriy san'atning jamiyatdagi o'rni va rivojlanish istiqbollari haqida keng qamrovli tadqiqotlarni o'rganib, muallif ilmiy izlanishlarni chuqurlashtirishga harakat qilgan va mavjud muammolarning yechimi borasida yangi takliflar ilgari surgan. Shu tariqa, muallifning ilmiy ishlari an'anaviy san'at va zamonaviy texnologiyalarning uyg'unlashuvi masalalarini hamda tasviriy san'atning jamiyatdagi roli va tijoratlashishi kabi masalalarni o'z ichiga olgan tadqiqotlarni davom ettirgan olimlarning ishlari bilan uyg'un keladi. Bu ish jamiyatning madaniy va ilmiy hayotini chuqurroq anglashda o'z o'rnini topadi. San'atshunoslikdagi xalqaro terminlarning o'zbek tiliga moslashuvi bu faqatgina tilshunoslik masalasi emas, balki ilmiy izchillik, madaniy merosni asrab-avaylash va global ilmiy hamjamiyatga integratsiya jarayonining ajralmas qismi hisoblanadi. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, xalqaro terminlar, bir tomondan, ilmiy muloqotni soddalashtiradi, boshqa tomondan esa ularni to'g'ri moslashtirish va standartlashtirish jarayonida til me'yorlarini saqlash zarurati tug'iladi. Terminlarni o'zlashtirishda bevosita tarjima, fonetik moslashtirish yoki aynan asliyat shaklida qabul qilish usullari qo'llanadi. Har bir usulning afzallik va cheklovlari mavjud: fonetik moslashuv milliy talaffuzga mos keladi, ammo ba'zan ma'no noaniqligini keltirib chiqaradi; to'g'ridan-to'g'ri tarjima esa tushunarlilikni oshiradi, lekin xalqaro muloqotda farqni yuzaga chiqarishi mumkin. O'zbek tilidagi san'atshunoslik terminologiyasi bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar, jumladan, To'rayev (2021) va Nurmatova (2020) ishlari, ilmiy konseptlarni izchil va yagona shaklda ifodalash uchun kompleks yondashuv zarurligini ta'kidlaydi. Demak, san'atshunoslikdagi xalqaro terminlarni milliy tilga moslashtirish ilmiy tahlilning aniqligi, madaniy identitetning mustahkamlanishi va xalqaro ilmiy hamkorlikning rivojlanishi uchun strategik ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. To'rayev, B. (2021). *San'atshunoslik terminologiyasi va tarjima jarayoni*. Toshkent: "Fan va madaniyat" nashriyoti.
2. Jo'rayev, X. (2019). *Tasviriy san'at tahlilida terminologiyaning o'rni*. Toshkent: "Ijodiy meros" nashriyoti.
3. Nurmatova, M. (2020). "O'zbek tilida san'at terminlarining moslashuvi masalalari". *Filologiya masalalari*, №4, 112–118-betlar.
4. Karimov, D. (2018). "Xalqaro terminlarni milliy tilga integratsiya qilish muammolari". *Til va madaniyat jurnali*, №2, 56–63-betlar.
5. UNESCO. (2015). *Terminology and Translation in Art Studies*. Paris: UNESCO Publishing.
6. O'zbek tilining izohli lug'ati (2021). 5 jildlik. Toshkent: O'zbekiston milliy ensiklopediyasi.
7. Superanskaya A.V. "Общая терминология". – M.: LIBROKOM, 2012. – 248 b.
8. S.Xo'jayeva "Tasviriy san'at fanining rivojlanishi va yutuqlarining ahamiyati". Ilm-fan taraqqiyoti: muammo, yechim va istiqbollari II an'anaviy" mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya. Toshkent, 17-18 dekabr. 2024.1149-bet.
9. Мамбетова С.К. Термины искусства и особенности их перевода на английский язык. – Бишкек, 2008. 155 с.
10. Toshniyozova G.S. O'zbek tilidagi rassomlik atamalari tadqiqi. – Toshkent, Navro'z, 2015. – B. 247.

Matekeev Seytjan Tajatdinovich
Qoraqalpog'iston Respublikasi pedagogik mahorat markazi,
Tillarni o'qitish metodikasi kafedrasi mudiri, f.f.n.

MATNLAR BILAN ISHLASH METODIKASINING TA'LIM-TARBIYA JARAYONIDAGI ROLI

Annotatsiya. *Maqola zamonaviy pedagogik nazariyalar asosida matnlar bilan ishlashning ahamiyati, ayniqsa maktab o'quvchilarining nutqiy ko'nikmalari va so'z boyligini rivojlantirishdagi o'rni haqida ilmiy-nazariy yondashuvni o'z ichiga oladi. Vatanparvarlik mavzusidagi matnlar yordamida yosh avlodda milliy g'urur va mas'uliyat tuyg'usini shakllantirish, fikrlash va ijodiy faoliyatni qo'llab-quvvatlashga qaratilgan topshiriqlar namunalari keltirilgan. Maqola ta'lim-tarbiya jarayonida matnlar bilan ishlash metodikasini yanada takomillashtirish muhimligini ta'kidlaydi.*

Kalit so'zlar. *Zamonaviy pedagogika, matnlar bilan ishlash, nutqiy ko'nikmalar, so'z boyligi, vatanparvarlik, milliy qadriyatlar, ta'lim-tarbiya, ijodiy fikrlash, pedagogik metodika.*

РОЛЬ МЕТОДИКИ РАБОТЫ С ТЕКСТАМИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

Аннотация. *Статья включает в себя научно-теоретический подход к значению работы с текстами на основе современных педагогических теорий, особенно в развитии речевых навыков и словарного запаса школьников. Приведены примеры заданий, направленных на формирование чувства национальной гордости и ответственности у молодого поколения с помощью текстов на тему патриотизма, а также на поддержку их мышления и творческой активности. В статье подчеркивается важность дальнейшего совершенствования методики работы с текстами в образовательно-воспитательном процессе.*

Ключевые слова: *современная педагогика, работа с текстами, речевые навыки, словарный запас, патриотизм, национальные ценности, образование и воспитание, творческое мышление, педагогическая методика.*

THE ROLE OF TEXT-BASED METHODOLOGY IN THE EDUCATIONAL PROCESS

Annotation. *The article presents a scientific-theoretical approach to the importance of working with texts based on modern pedagogical theories, with a focus on the development of students' speech skills and vocabulary. It provides sample tasks aimed at fostering a sense of national pride and responsibility among the younger generation through texts on patriotism, as well as supporting their thinking and creative activity. The article emphasizes the necessity of further improving the methodology of working with texts in the educational and upbringing process.*

Key words: *modern pedagogy, working with texts, speech skills, vocabulary, patriotism, national values, education and upbringing, creative thinking, pedagogical methodology.*

Zamonaviy pedagogika sohasida ta'lim jarayonini samarali tashkil etish va o'quvchilarning bilim hamda ko'nikmalarini mustahkamlash maqsadida matnlar bilan ishlash metodlari katta ahamiyat kasb etmoqda. Matn asosida topshiriqlar ishlab chiqish pedagogik jarayonga yangi yondashuvlarni kiritib, o'quvchilarning nafaqat til bilimini, balki fikrlash, tahlil qilish, ijodiy va nutqiy ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qilmoqda. Zamonaviy pedagogik nazariyalarda matn bilan ishlash o'quvchilarni mustaqil o'rganishga, mantiqiy fikrlashga, tanqidiy qarashga va ma'lumotni chuqur anglashga yo'naltirilgan faoliyat sifatida ko'riladi. Shu bois, o'qituvchilar tomonidan ishlab chiqilayotgan turli xil topshiriqlar (masalan, matnni tahlil qilish, fikrlarni umumlashtirish, munozara va taqqoslash) o'quvchilarning o'z fikrini erkin ifoda etish qobiliyatini oshirishga yordam beradi. Shuningdek, matn asosida topshiriqlar bajarish tilni amaliy qo'llash imkonini kengaytirib,

o'quvchilarni mustahkam va ko'p qirrali bilimga ega bo'lishiga zamin yaratadi. Shu sababli, zamonaviy pedagogika matnlar bilan ishlash metodikasini doimiy ravishda takomillashtirish va yangi innovatsion yondashuvlarni joriy etish muhim vazifa hisoblanadi.

Maktab o'quvchilariga vatanparvarlik kabi mazmunli matnlarni berish juda muhimdir, chunki bunday matnlar yosh avlodning shaxsiy va ma'naviy rivojlanishida asosiy rol o'ynaydi. Ular o'quvchilarda milliy qadriyatlar, vataniga bo'lgan muhabbat va sadoqat hissini shakllantiradi, bu esa milliy ongni mustahkamlashga xizmat qiladi. Shu bilan birga, bunday matnlar o'quvchilarning nutqiy ko'nikmalarini rivojlantiradi, fikrlarini aniq va ravon ifoda etishga yordam beradi hamda so'z boyligini oshiradi. Matnlar asosida beriladigan topshiriqlar o'quvchilarning mantiqiy fikrlashini, ijodiy va tanqidiy yondashuvini kengaytiradi. Bundan tashqari, vatanparvarlik haqidagi mazmunli matnlar yoshlarni jamiyatga faol va mas'uliyatli a'zo bo'lishga, o'z vatanining farovonligi uchun fidoyilik bilan ishlashga undaydi. Shu tariqa, bunday matnlar nafaqat bilim va nutq ko'nikmalarini rivojlantiradi, balki milliy ruhda tarbiya qilishda ham muhim ahamiyat kasb etadi va mamlakatning barqaror kelajagini ta'minlashga xizmat qiladi.

1-matn. "Vatanparvarlik insoniy fazilatlarning eng ulug'laridan biri bo'lib, u milliy birlik, jamoaviy birdamlik va davlat barqarorligini mustahkamlashda katta rol o'ynaydi. Oilaviy kontekstda vatanparvarlik farzandlarga vatanining tarixi, madaniyati va an'analariga hurmat bilan qarash, ularning mustaqilligi va rivojlanishi uchun hissa qo'shishga intilish kabi qadriyatlarni singdirishni anglatadi. Vatanparvarlikning eng asosiy elementi bu vatanga bo'lgan muhabbatdir. Bu muhabbat insonning o'z yurti va xalqiga bo'lgan chuqur sadoqatini, uni yuksaltirish va himoya qilish istagini bildiradi. Vatanparvarlik vatani uchun xizmat qilishni, ya'ni mamlakatning iqtisodiy, ijtimoiy va madaniy rivojlanishi uchun mehnat qilishni talab qiladi. Bu xizmat turli yo'llar bilan amalga oshirilishi mumkin: harbiy xizmat, ilmiy kashfiyotlar, madaniyatni rivojlantirish va boshqalar. Vatanparvar inson o'z vatanining farovonligi uchun fidoyilik bilan ishlaydi, kerak bo'lganda, uning himoyasi uchun jonini fido qilishga tayyor bo'ladi. Bu sadoqat uning har bir harakatida namoyon bo'ladi.

Vatanparvarlik oila uchun muhim, chunki u oilaviy jipslik va milliy o'zlikni mustahkamlashda asosiy rol o'ynaydi. Vatanparvarlik farzandlarga o'z vatani va millati bilan faxrlanish, uning farovonligi va himoyasi uchun o'z mas'uliyatini anglashni o'rgatadi. Bu qadriyat yosh avlodni milliy g'urur va o'zlik hissi bilan tarbiyalashda, shuningdek, ular orasida o'z milliy merosini saqlash va rivojlantirishga bo'lgan intilishni kuchaytiradi. Vatanparvarlik milliy birlikni va jamoaviy birdamlikni mustahkamlashga yordam beradi. Bu birlik mamlakatning barqarorligi va rivojlanishi uchun asosiy omil hisoblanadi. Vatanparvarlik orqali milliy madaniyat va an'analar avloddan avlodga o'tadi, bu esa xalqning o'zligini saqlashda muhim rol o'ynaydi. Vatanparvar inson o'z vatani uchun mehnat qilib, mamlakatning iqtisodiy, ijtimoiy va madaniy rivojlanishiga hissa qo'shadi. Bu rivojlanish umumiy farovonlikni oshiradi. Mazkur qadriyatning turli madaniyat va davlatlardagi ahamiyati:

AQShda vatanparvarlik qadriyati milliy bayramlar va vatanparvarlik bayonotlari orqali kuchli namoyon bo'ladi, bu o'z navbatida milliy birdamlikni ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Fransiyada vatanparvarlik qadriyati tarixiy xotiralarni saqlash, harbiy xizmatga hurmat va davlat suverenitetini himoya qilish orqali o'z aksini topadi.

Yaponiyada esa vatanparvarlik milliy g'urur va an'analarni saqlash, shuningdek, jamiyatdagi tinchlik va barqarorlikni mustahkamlash bilan bog'liq qadriyat sifatida qadrlanadi"[1].

Quyida taqdim etilgan topshiriqlar maktab o'quvchilarining nutqiy ko'nikmasi va so'z boyligini rivojlantirishga qaratilgan bo'lib, yuqoridagi matn asosida tuzilgan:

1. Lug'at boyligini oshirish (so'z va iboralarni tushuntirish):

Quyidagi so'z va iboralarning ma'nosini aniqlang va har birini o'z gaplaringizda ishlating:

- Vatanparvarlik
- Fidoyilik
- Milliy birlik
- O'zlik hissi

[1] https://oilaqadriyat.uz/qadriyat/vatanparvarlik/

- Tarixiy xotira
- Farovonlik
- Suverenitet
- Milliy meros

Topshiriq: Har bir so'z uchun kamida bitta gap tuzing.

2. Matn asosida savol-javob (fikrni og'zaki ifodalash):

Quyidagi savollarga og'zaki yoki yozma tarzda javob bering:

1. Seningcha, vatanparvarlik nima?
2. O'z vatani uchun mehnat qilish qanday yo'llar bilan amalga oshirilishi mumkin?
3. Vatanparvarlik oilada qanday o'rgatiladi?
4. Vatanparvar inson qanday fazilatlar egasi bo'ladi?
5. Turli davlatlarda vatanparvarlik qanday ko'rinishda namoyon bo'ladi?

Topshiriq: Har bir savolga 3-4 gapdan iborat to'liq javob yozing yoki og'zaki gapirib bering.

3. Fikr bildir (nutqni rivojlantirish):

Quyidagi fikrlarni davom ettiring va u haqida 5-6 gapli og'zaki yoki yozma matn yarating:

- "Men vatanparvar inson deb shunday kishini bilaman..."
- "Agar men o'z Vatanim uchun foydali inson bo'lmoqchi bo'lsam..."
- "Maktabda o'qiyotganim ham Vatanimga xizmatdir, chunki..."

4. Insho yozish (erkin fikrlashni rivojlantirish):

Mavzu: *"Mening yuragimda Vatan sevgisi"*

Topshiriq: Kamida 100–120 so'zli insho yozing. Unda quyidagilar aks etsin:

- Vatanga bo'lgan muhabbatingiz
- Vatan uchun qanday xizmat qilmoqchisiz
- Vatanparvarlik siz uchun nima anglatadi

5. Rolli o'yin (dialog tuzish):

Topshiriq: Ikki kishilik suhbat tuzing. Mavzu:

"Vatanparvarlik nima va biz unga qanday hissa qo'shamiz?"

- O'quvchi A – bu mavzuga juda qiziqqan o'quvchi
- O'quvchi B – o'z fikrlarini dalillar bilan aytadi

Har bir o'quvchi 4-5 gapdan iborat fikr bildiradi

Xulosa qilib aytish mumkinki, matn asosida ishlab chiqilgan topshiriqlar nafaqat o'quvchilarning til va nutq ko'nikmalarini rivojlantirishga, balki ularning fikrlash, ijodiy yondashuv hamda ma'naviyatini yuksaltirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Ne'matov H, G'ulomov A., Ziyodova T. "O'quvchilar so'z boyligini oshirish". O'qituvchilar uchun metodik qo'llanma. –T.: O'qituvchi,1996.
2. O'zbek maktablarida ona tili o'qitish Konsepsiyasi. –T., 1993.
3. O'TDA IV yig'ini tezislari «Ta'lim jarayonida matn ustida ishlashning asosiy omillari». Toshkent 1997 yil.
4. A.G'ulomov, N. Ne'matov «Ona tilidan ta'lim mazmuni» Toshkent «O'qituvchi» 1995 y.
5. T. Ziyodova «Matn yaratish texnologiyasi». Toshkent «Fan» 2007 yil.
6. Hamroyev G'. Ona tilidan o'quv topshiriqlari tuzish metodikasi. –Toshkent, Donishmand ziyosi, 2021. 154 b.
7. Qodirov M., Ne'matov H. Mengliev B. va boshq. Ona tili 8-sinflar uchun darslik. – T.: Cho'lpon. 2019. 6 b. Mengliev B., Toshmirzaeva Sh., Majidova S., Atoeva S. 10- sinf "Ona tili"darsligi 2-qism. – T.: Cho'lpon. 2020. 186 b.
8. Mengliev B., Toshmirzaeva Sh., Majidova S., Atoeva S. 11- sinf "Ona tili"darsligi 2-qism. – T.: Cho'lpon. 2020. 186 b.

Qodirova Gulbahor Turdiyevna
Andijon qishloq xo'jaligi va agrotexnologiyalar instituti
E-mail: g.qodirova75@gmail.com

TERMINLARNING LINGVISTIK VA KONSEPTUAL XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Maqolada terminlarning shakllanish usullari, semantik xususiyatlari va standartlashtirish prinsiplari haqida ilmiy tahlil olib boriladi. Terminologik metafora va semantik ko'chish kabi til ichidagi o'zgarishlar natijasida hosil bo'lgan terminlarga misollar keltiriladi. Xalqaro standartlarga muvofiq termin yaratishning asosiy tamoyillari ko'rib chiqilib, terminlarning aniqligi, ixchamligi va semantik shaffofligi masalalari yoritiladi. Shuningdek, zamonaviy terminologik bazalarning ahamiyati va yangi terminlarning kommunikativ jarayonlarga moslashuvi batafsil tahlil qilinadi.*

Kalit so'zlar: *terminologiya, semantik o'zgarish, metafora, standartlashtirish, xalqaro terminlar, kommunikatsiya, termin yaratish.*

ЛИНГВИСТИЧЕСКИЕ И КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ТЕРМИНОВ

Аннотация. *В статье рассматриваются методы образования терминов, их семантические особенности и принципы стандартизации. Анализируются примеры терминов, образованных путём семантических изменений и терминологических метафор в языке. Представлены основные международные принципы создания терминов, особое внимание уделяется точности, краткости и семантической прозрачности терминов. Также рассматривается значение современных терминологических баз и адаптация новых терминов к коммуникативным процессам.*

Ключевые слова: *терминология, семантические изменения, метафора, стандартизация, международные термины, коммуникация, создание терминов.*

LINGUISTIC AND CONCEPTUAL FEATURES OF TERMS

Annotation. *This article analyzes methods of term formation, their semantic characteristics, and standardization principles. It examines examples of terms created through semantic changes and terminological metaphors within language. Key international principles of term creation are discussed, with particular emphasis on accuracy, conciseness, and semantic transparency of terms. Additionally, the significance of contemporary terminology databases and the adaptation of new terms to communication processes are thoroughly explored.*

Keywords: *terminology, semantic changes, metaphor, standardization, international terms, communication, term formation.*

Kirish. Termin – ma'lum bir sohada tushunchani aniq va ixcham ifodalash uchun ishlatiladigan maxsus so'z yoki iboradir. U umumxalq tilidan farqli ravishda qat'iy ma'no chegarasiga ega bo'lib, ma'lum ilmiy yoki kasbiy kontekstda qo'llanadi. Zamonaviy ilmiy muloqot samaradorligi terminlarning aniq va tushunarli bo'lishiga bog'liqdir. Terminologiya fani aynan shu vazifani bajarib, atamalarning tizimli ravishda shakllanishi va ularning semantik rivojlanishini o'rganadi. Mazkur tadqiqot terminlarning shakllanish jarayonlari, xususan, umumiy til birliklarining maxsus atamalarga aylanishi va xalqaro standartlarga asoslangan termin yaratilish usullarini nazariy tahlil qiladi. Tadqiqotda termin yaratishda qo'llaniladigan semantik metafora va xalqaro elementlardan foydalanish jarayoni ham atroflicha ko'rib chiqiladi. Bundan tashqari, ISO 704:2009 xalqaro standarti tomonidan belgilangan terminologik tamoyillar tahlil etilib, terminlarning sifat ko'rsatkichlari o'rganiladi. Terminlarning aniq, ixcham va semantik jihatdan shaffof bo'lishi ilmiy kommunikatsiya samaradorligini oshirishning asosiy omili sifatida qaraladi. Shuningdek, terminlarning standartlashuv

jarayonidagi amaliy jihatlar, ularning xalqaro terminologik bazalar va lug'atlar orqali keng tarqalishi haqida ham fikr yuritiladi.

Adabiyotlar sharhi.

Terminlarning lingvistik va funksional xususiyatlari ulardan foydalanuvchi mutaxassislar hamjamiyati uchun juda ahamiyatli. Avvalo, terminlarning aniq ma'no doirasi (precision) va birma'noliligi ularning bosh xususiyatidir. Ilmiy atamalar odatda emotsional neytraldir, ya'ni hissiy yoki ekspressiv bo'yoqlarga ega bo'lmaydi. Masalan, kundalik tildagi "yurak" so'zi ko'pincha ramziy yoki hissiy ma'nolarni ham anglashi mumkin ("yuragi katta" – saxiy ma'nosida), ammo tibbiy terminologiyadagi "miokard infarkti" termini faqat aniq klinik tushunchani ifodalaydi, unda hissiy konteks yo'q. Shu bilan birga, terminlar vaqt o'tishi bilan nisbatan barqaror bo'lishi lozim, ya'ni ularning ma'nosi tez-tez o'zgaravermaydi[1]. Bu xususiyat ilmiy bilimlarning uzluksizligi va avlodlar davomiyligini ta'minlashga xizmat qiladi. Masalan, kimyo yoki anatomiya terminlari asosan o'n yillar, hatto asrlar davomida o'zgarmay keladi – "H_2O" birikmasi har doim suvni bildiradi, "humerus" suyak nomi doimo bir xil suyakni anglatadi. Terminlarning monosemik tabiati ularga ta'rif berish imkonini oshiradi: har bir termin odatda aniq ta'rifga ega bo'lib, o'sha tushunchaning muhim belgilarini qamrab oladi[2]. Darhaqiqat, ta'rif terminologik ishning ajralmas qismi bo'lib, Vüster termin uchun ta'rifni konseptning "pasporti" deya e'tirof etgan. Ta'rif termin mazmunini qat'iy belgilab, uning boshqa tushunchalar bilan chegarasini ko'rsatadi. Terminlarning yana bir xususiyati – tizimlilik. Har bir termin alohida mavjud bo'lmay, balki o'z sohasi doirasida boshqa terminlar bilan mantiqiy bog'lanishda turadi. Masalan, "elektr kuchlanishi" tushunchasi fizikada "tok", "qarshilik" kabi tushunchalar tizimida ma'no kasb etadi. Shu bois terminlar faqat alohida olingan ma'noga ega emas, balki tegishli konseptual sxema ichida o'z o'rniga ega. Terminologiya ishlarida aynan shu terminlararo mantiqiy aloqlar (giponimiya, koordionimiya, antinomiya va h.k.) aniqlanib, ko'rsatiladi – bu termin tizimining ichki izchilligini ta'minlash uchun zarurdir. Bundan tashqari, amaliy kommunikatsiyada terminlarning sinonim va variantlari masalasi ham muhim. Ideal holatda bir tushuncha uchun bitta termin ishlatilishi lozim (bu standartlashtirish talabidir), biroq real vaziyatda sinonimik atamalar uchrashi mumkin. Bunday holat ko'proq tibbiyot va ijtimoiy fanlarda ko'zga tashlanadi: masalan, "diabet" va "qandli diabet", yoki "sun'iy intellekt" va "AI (Artificial Intelligence)" – amalda bir konseptga nisbatan ikki xil atama qo'llanishi mumkin.

Tadqiqot metodologiyasi va empirik tahlil.

Tadqiqot jarayonida quyidagi ilmiy yondashuvlardan foydalanildi:

Tizimli tahlil usuli – terminlarni umumiy til birliklari bilan solishtirish, ularning strukturaviy va semantik belgilarini aniqlash.

Qiyosiy-lisoniy usul – o'zbek va xalqaro tillardagi terminlar shaklini, ma'nosini va qo'llanishini qiyoslash.

Konseptual tahlil – termin ortidagi tushuncha (konsept) mazmunini aniqlash, sohaviy bilimlar tizimidagi o'rnini belgilash.

Terminlar til ichidagi semantik o'zgarishlar natijasida ham yuzaga keladi. Masalan, umumiy tildagi so'zning ma'nosini toraytirish yoki kengaytirish orqali yangi termin yaratish mumkin (buni terminologik metaforalar yoki ma'no ko'chishi deyish mumkin). Ilmiy-texnik matnlarda bunday usul bilan hosil bo'lgan terminlarga misol: "stol" atamasi informatikada ma'lumotlar jadvalini anglashi yoki "bulut" (cloud) tushunchasi kompyuter texnologiyalarida internet infratuzilmasini ifodalashi mumkin. Bu holatlarda oddiy so'z termin sifatida yangi, aniq belgilangan ma'no kasb etgan. Terminlarni shakllantirishda shuningdek internatsional elementlardan foydalanish keng tarqalgan: ko'plab fanlar bo'yicha terminlar xalqaro yunon-lotin asosidagi morfemlardan tuziladi (masalan, tele- + -komunikatsiya, bio- + -ximiya va hokazo). Bunday yondashuv terminlarni semantik shaffof qiladi, ya'ni so'z tarkibiy qismlaridan uning mazmunini tushunish oson bo'ladi. Masalan, "gidroenergetika" atamasini olaylik: "gidro-" (suv) va "energetika" qismlaridan uning "suv orqali energiya hosil qilish"

[1] Gutiérrez Rodilla, F. J. Terminological principles: precision, neutrality, and terminological stability // Classifying Different Definitional Styles for Different Users, Procedia – Social and Behavioral Sciences, 2013, Vol. 95, P. 267–275

[2] Van Campenhoudt M. What remains of Eugen Wüster? Terminology against (or with) Linguistics // Eugen Wüster et la terminologie de l'école de Vienne / Sous la direction de Danielle Candel, Didier Samain et Dani Somborac. – Paris: SHESL, 2020. – P. 89–108.

sohasiga taalluqliligini darhol anglash mumkin. Xuddi shunday, tibbiyotdagi microprolactinoma" termini tarkibidan mutaxassislar kichik o'lchamli o'sma haqida so'z borayotganini (micro-), bu o'sma prolaktin gormonini ishlab chiqaruvchi ekanligini (prolactin), va o'sma ekanini (-oma) bilib oladilar. Xuddi shunday tahliliy misolni Libben va uning hamkasblari "fully transparent compounds" tushunchasini aynan yuqorida ilgari surilgan misollar orqali izohlaydi[1]. Terminologiyada aniqlik va tushunarlilik muhim bo'lgani uchun, termin tarkibiy jihatdan konsept mazmunini aks ettirishi lozim degan tamoyil mavjud[2]. Shu bilan birga, terminlar imkon qadar ixcham bo'lishi ma'qul: haddan ziyod uzun va murakkab iboralar kommunikatsiyada noqulaylik tug'diradi. Masalan, "NATO" kabi qisqa akronim qo'llash amaliyoti ko'p hollarda to'liq rasmiy nomga (North Atlantic Treaty Organization) nisbatan qulayroq ekani kuzatiladi. Demak, termin yaratayotganda mazmuniy shaffoflik va qisqalik o'rtasida muvozanatni topish muhim – ba'zan tushunarlilik uchun terminning uzunroq shakli, qulaylik uchun esa uning ixcham variantlari parallel qo'llanishi mumkin[3].

Turli tillarda termin yaratishda o'ziga xos yondashuvlar mavjud bo'lsa-da, xalqaro miqyosda umumqabul qilingan ba'zi prinsiplarga rioya qilish tavsiya etiladi. Xususan, ISO 704:2009 standartida termin yaratish va baholash bo'yicha yettita prinsip bayon etilgan bo'lib, ular quyidagicha: 1) Shaffoflik (Transparency) – terminning shakli mazmunini anglatib turishi, xabardor o'quvchiga qo'shimcha izoh yoki ta'rifsiz tushunarli bo'lishi lozim. Masalan, "suv o'tkazmaydigan" degan termin (waterproof) tarkibidanoq suvga chidamli narsani anglatadi. 2) Lakoniklik (Linguistic economy) – termin ma'noni aniq ifodalashi barobarida iloji boricha qisqa bo'lishi kerak. Bu ayniqsa joy va vaqt cheklangan hollarda dolzarbdir; masalan, SMS xabarlarida yoki kichik ekranlarda qisqa terminlar afzal. 3) Izchillik (Consistency) – bir soha ichida terminlar yagona konseptual tizimga mos ravishda izchil qo'llanilishi zarur. Masalan, kimyoviy birikmalar nomlari kimyoviy formulalariga muvofiq ravishda tizimli ataladi (CO_2 – karbonat angidrid, H_2O – dihidrogen monooksid va hokazo). 4) Moslilik (Appropriateness) – termin ma'lum auditoriya va sohaga mos bo'lishi, noo'rin ma'no-uyushmalar yoki talaffuz qiyinchiliklarini keltirib chiqarmasligi lozim. Masalan, yangi mahsulot nomini tanlashda turli tillarda u qanday eshitilishi tekshiriladi – nojo'ya ma'no beruvchi variantlar bekor qilinadi. 5) So'z yasaluvchanligi (Derivability) va birikmalanuvchanlik (Compoundability) – terminning kelgusida boshqa so'z turkumlari yoki birikmalar yasash uchun qulay bo'lishi tavsiya etiladi. Masalan, ingliz tilida "to google" fe'lining paydo bo'lishi "Google" atamasining yasaluvchanligidan darak; yoki "upload" terminini nemis tiliga kiritishda fe'l shaklini yaratish muammosi yuzaga kelgan, bu esa termin tanlashda oldindan e'tiborga olinishi lozimligini ko'rsatadi. 6) Til me'yoriga muvofiqlik (Linguistic correctness) – yangi termin muayyan tilning imlo va grammatik qoidalariga zid bo'lmasligi kerak. Ba'zan marketing maqsadida g'ayrioddiy yozuv yoki imlo bilan termin yaratish urinishlari bo'ladi, biroq me'yoriy shakllar auditoriya tomonidan yaxshiroq qabul qilinadi. 7) O'z tiliga afzallik berish (Preference for native language) – imkon qadar, xususan tarjima jarayonida, chet tilidan kalka tarzida o'tgan atamalarga nisbatan mahalliy tildagi muqobil terminlarni tanlash ma'qul sanaladi. Masalan, dastlab nemis tilida "uploaden" shaklida qo'llangan inglizcha "upload" terminining o'rniga mutaxassislar "hochladen" (o'z tilidagi "yuqoriga yuklash" ma'nosida) so'zini afzal ko'rganlar, chunki u ona tildagi an'anaviy so'z yasalishiga mos edi. Ko'rinib turibdiki, bu prinsiplar har bir til va sohada muayyan darajada moslashuv bilan qo'llansa-da, umumiy maqsad – terminlarning tushunarli, qulay va standart bo'lishini ta'minlashdir.

Terminologiya fanida sinonimiyani kamaytirish uchun "nazorati ostidagi sinonimiya" tamoyili qo'llanadi, ya'ni sinonim terminlardan biri asosiy, boshqasi esa ikkilamchi variant sifatida belgilab qo'yiladi. Xuddi shunday, ayrim terminlarning varyant shakllari (amerikancha va britancha imlo kabi) bo'lishi ham mumkin, bular ham registr va uslubiy jihatdan tavsiflanadi.

Terminlarning me'yorlashtirilishi va standartlashtirilishi ularning amaliy qo'llanishini yengillashtiradi. Shu bois, ko'plab sohalarda xalqaro tashkilotlar terminologiya ustida ishlaydi. ISO (Xalqaro standartlashtirish tashkiloti) va IEEE kabi tashkilotlar turli fan-texnika yo'nalishlarida

[1] Libben G., Gibson M., Yoon Y.B., Sandra D. Compound fracture: the role of semantic transparency and morphological headedness // Brain and Language. – 2003. – Vol. 84(1). – P. 50–64

[2] ISO 860:2007 *Terminology work – Harmonization of concepts and terms*. – ISO, 2007. – P. 3-5.

[3] Zipf, G.K. The Brevity Law of Abbreviation and its Implications for Terminology // Linguistic Review. – 1945. – Vol. XX, No. 3. – P. 112–115.

terminlarni standartlashtirish uchun maxsus qo'mitalar tuzgan. Standartlar terminlarning ta'riflari, yozilish shakli va qo'llanilishini tartibga solib, butun dunyoda bir xil tushunilishiga xizmat qiladi. Masalan, IUPAC kimyoviy nomenklaturasi orqali har bir kimyoviy moddaning yagona nomlanishi joriy qilingan – bu NaCl tuzi hamma mamlakatda "natriy xlorid" nomi bilan tanilishi, turlicha atalmasligini ta'minlaydi[1]. Biologiyada Linnaey taksonomiyasi barcha tirik organizmlarni lotincha ikki qismli nom bilan (tur va jins) atash tizimini bergan: masalan, odam turi doimo *Homo sapiens* deb yuritiladi[2]. Bu kabi xalqaro nomenklatura ilmiy muloqotning aniq va oshkora bo'lishiga xizmat qiladi. Terminlarning standart bo'lishi nafaqat xalqaro ilmiy hamkorlik, balki o'quv jarayonida ham muhim – talabalarga turli manbalarda bir xil terminologiya uchrasa, mavzuni tushunish osonlashadi. Shu sababdan, darslik va akademik adabiyotlar imkon qadar rasmiy tasdiqlangan terminlarni qo'llaydi. Biroq terminlarning bir qadar moslashuvchanligi ham mavjud: ba'zi hollarda rasmiy termin bilan bir qatorda norasmiy, qulayroq istilohlar ham muomalaga kiradi. Masalan, "COVID-19" rasmiy termini bilan birga "koronavirus" atamasi ham keng qo'llandi; bu hol ilmiy hamjamiyatning ushbu terminni ham tan olishi va lug'atlarga kiritishiga olib kelmoqda. Terminlarning barqarorligini saqlash maqsadida, terminologik komissiyalar yangi terminlarni muhokama qilib, ma'qullab boradi. Yangi terminlar yaratishda esa yuqoridagi tamoyillar (shaffoflik, moslik, ixchamlik va hokazo) e'tiborga olinadi va imkon qadar sohaning o'z an'analari hamda tilning imkoniyatlariga mos ravishda tanlanadi.

Zamonaviy davrda terminologiya nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham jadal rivojlanmoqda. Turli davlatlarda va xalqaro miqyosda terminbanklar – elektron terminologik bazalar yaratilgan bo'lib, ular muayyan sohadagi atamalar, ularning ta'riflari va tarjimalarini o'z ichiga oladi. Masalan, Yevropa Ittifoqining IATE (Interactive Terminology for Europe) bazasi huquq, iqtisod, texnika kabi sohalarda ko'p tilli terminologiyani tartibga solishda foydalaniladi. Terminbanklar va onlayn lug'atlar mutaxassislararo tezkor axborot almashinuvini ta'minlab, har bir yangi tushuncha uchun mos atamani topishga yordam beradi. Termin yaratilishi bilan keng jamoatchilikka yetkazish, tarqatish – terminologiyaning kommunikativ funksiyasidir. Shu sababli, konferensiyalar, ma'ruzalar va ilmiy nashrlarda yangi terminlar asoslantirilib taklif etiladi va muhokama qilinadi. Ilm-fan va texnikaning yangi yutuqlari ortidan terminologiya ham doimiy ravishda boyib boradi. Masalan, so'nggi yillarda kvant hisoblash, blokcheyn, kriptoaktiv kabi atamalar ilgari mavjud bo'lmagan tushunchalarni ifodalash uchun kiritildi. Dastlab bu atamalar ingliz tilida yaratilgan bo'lsa-da, hozir ular turli tillarda milliy xususiyatlarni hisobga olgan holda tarjima yoki transkripsiya qilinmoqda (masalan, o'zbek tilida "blokcheyn" atamasi asliyatga yaqin shaklda qo'llanmoqda, "kvant hisoblash" esa tarjima yo'li bilan). Terminologiyada yangi atamalar paydo bo'lishi jarayonini neologiya deb atashadi va bu sohada maxsus tadqiqotlar olib boriladi. Yangi terminlarga talab ayniqsa axborot texnologiyalari, kosmonavtika, tibbiyot kabi jadal rivojlanayotgan sohalarda yuqori. Shu bois bu yo'nalishlarda xalqaro standartlar tez-tez yangilanib, terminologiya komissiyalari yangi atamalarni rasman qabul qiladi. Albatta, barcha yangi terminlar ham ommalashavermaydi – ba'zilari vaqt o'tishi bilan foydalanilmay ketadi yoki boshqa termin bilan siqib chiqariladi. Masalan, "electronic mail" atamasi qisqa "email" shaklini olib, asl termin deyarli qo'llanilmay qo'ydi. Bu kabi hodisalar terminologiyaning doimiy o'zgaruvchan va o'zini o'zi tartibga soluvchi tizim ekanini ko'rsatadi. Shunday qilib, terminologiya hamisha ilm-fan taraqqiyoti bilan hamnafas rivojlanadigan, yangi bilimlarni lingvistik jihatdan "qadoqlab" boruvchi jarayon hisoblanadi

Natijalar.

Terminlarning lingvistik va konseptual xususiyatlari o'zaro chambarchas bog'liq. Lingvistik shakl terminning o'qilishi va qo'llanishini osonlashtirsa, konseptual mazmun uning ilmiy qiymatini belgilaydi. Masalan, *kvant* termini fonetik jihatdan ixcham, morfologik jihatdan tub so'z bo'lib, konseptual jihatdan esa zamonaviy fizikaning asosiy tushunchalaridan birini bildiradi. Shu bilan birga, terminlar ko'pincha milliy til va xalqaro til o'rtasida muvozanatni talab qiladi. Xalqaro terminlarni

[1] Wright S.E. Standardization of Terminology // Handbook of Terminology Management. Vol. 1: Basic Aspects of Terminology Management / Eds.: S.E. Wright, G. Budin. – Amsterdam; Philadelphia: John Benjamins Publishing Company, 1997. – P. 159-184.

[2] Britannica, Linnaean taxonomy – Rank-based scientific classification // Encyclopaedia Britannica. – Bet: "The greatest innovation of Linnaeus ... binomial nomenclature ... Homo sapiens.

milliy tilga moslashtirishda fonetik o'zgarishlar kiritish yoki to'g'ridan-to'g'ri qabul qilish masalasi doimo bahsli bo'lib keladi. Shuningdek, terminologiyada sinonimiyaning mavjudligi ilmiy muloqotda noaniqlik keltirib chiqarishi mumkin, bu esa standartlashtirish zaruratini oshiradi.

Termin va terminologiya masalasini nazariy jihatdan yoritishda, turli misollar va nazariy konsepsiyalardan foydalanish mavzuni chuqurroq anglash imkonini berdi. Masalan, yuqorida keltirilgan "sichqoncha" – "mouse", "uploaden" – "hochladen", "COVID-19" – "koronavirus" kabi misollar terminlarning shakllanishi va qo'llanilishidagi o'ziga xosliklarni ko'rsatadi. Ana shu misollardan ko'rinadiki, terminlar ko'pincha umumtil birliklaridan farqli rivojlanish yo'liga ega – ular maxsus kontekstlarda tor ma'no kasb etadi, soha ichida standartlashadi va vaqt o'tishi bilan me'yoriylashadi[1]. Terminlarni o'rganish jarayonida konseptual tahlil muhim o'rin tutadi: har bir termin ortida ma'lum tushuncha turadi, va bu tushunchaning muhim xususiyatlarini aniqlash terminologiyaning asosiy vazifasidir. Shu bois terminologiyada ta'riflash nazariyasi ham rivojlangan bo'lib, terminlarga ilmiy ta'rif berish qoidalari ishlab chiqilgan (masalan, ta'rifda jins va tafovut prinsipi kabi). Yana bir nazariy masala – terminlarning tarjimasi va ekvivalentligi muammosi. Bir tildagi terminning boshqa tilga mosini topish ba'zida qiyin bo'lib, bu o'rinda konseptual tenglikni ta'minlash lozim bo'ladi. Ayrim hollarda xalqaro atamalar asl holicha qabul qilinadi (masalan, "kompyuter", "modellash" kabi), boshqa vaziyatlarda esa milliy terminlar yaratiladi ("hisoblash mashinasi", "yo'naltirgich" kabi). Bu tanlov til siyosati, auditoriya ehtiyoji va terminning tilga singish darajasiga bog'liq. Terminologiyaning ushbu qirrasi – tarjimashunoslik bilan bog'liqligi – zamonaviy global ilmiy muloqotda alohida ahamiyat kasb etmoqda. Chunki bugungi kunda ilm-fan natijalari butun dunyoga tez tarqalmoqda va turli tillarda yagona terminologik bazani yaratish intilishlari kuchaygan.

Xulosa va munozara.

Xulosa qilib aytganda, "Termin va terminologiya: shakllanish asoslari va terminologik xususiyatlar" mavzusini o'rganish shuni ko'rsatadiki, terminlar inson tafakkuri yutug'ini aks ettiruvchi noyob lingvistik vositadir. Ular maxsus tushunchalarni ifodalar ekan, shakllanishi muayyan qonuniyatlarga bo'ysunadi, xususiyatlari esa ularni oddiy so'zlardan ajratib turadi. Terminologiyani chuqur anglagan holda, biz nafaqat til boyligini ilmiy boshqarish, balki fan taraqqiyotini yengillashtirish vositasini ham qo'lga kiritamiz.

Terminlarning ilmiy muloqotdagi rolini oshirishda ularning aniqligi, semantik shaffofligi va standartlashtirilishi muhim ahamiyat kasb etadi. Tadqiqot davomida til birliklarining termin sifatida shakllanishida semantik metaforalar va xalqaro elementlardan foydalanish kabi usullar batafsil tahlil qilindi. Xalqaro miqyosda qabul qilingan tamoyillar asosida terminlarni yaratish va ularni amaliy qo'llash jarayoni samarali ilmiy kommunikatsiyaning zaruriy sharti ekani tasdiqlandi. Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, terminlar faqat alohida semantik birlik sifatida emas, balki soha ichidagi keng mantiqiy tizimning tarkibiy qismi sifatida shakllanadi. Shu bois terminologik tizimlarni tartibga solish va ularning doimiy ravishda rivojlanib borishini ta'minlash uchun xalqaro standartlarga qat'iy rioya qilish talab etiladi. Bu esa, o'z navbatida, fan va texnikaning global rivojlanishida muhim o'rin tutadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Libben G., Gibson M., Yoon Y.B., Sandra D. Compound fracture: the role of semantic transparency and morphological headedness // Brain and Language. – 2003. – Vol. 84, №1. – Pp. 50–64.
2. ISO 860:2007. Terminology work – Harmonization of concepts and terms. – Geneva: ISO, 2007. – Pp. 3–5.
3. Zipf G.K. The Brevity Law of Abbreviation and its Implications for Terminology // Linguistic Review. – 1945. – Vol. XX, №3. – Pp. 112–115.
4. ISO 704:2009. Terminology Work – Principles and Methods // The ATA Chronicle. – 2020. – March 13. – P. 4.

[1] Wermuth C., Sambre P. The terminological impact of pandemics: COVID-19 and beyond // Terminology: International Journal of Theoretical and Applied Issues in Specialized Communication. – 2023. – Vol. 29(2). – Pp. 173–174

5. Creating New Terminology: Do Translators Really Do This? // American Translators Association (ATA) Chronicle. – 2020. – March 13. – URL: https://www.atanet.org/translation/creating-new-terminology-do-translators-really-do-this (accessed: 11.06.2025).

6. Gutiérrez Rodilla F.J. Terminological principles: precision, neutrality, and terminological stability // Procedia – Social and Behavioral Sciences. – 2013. – Vol. 95. – Pp. 267–275.

7. Van Campenhoudt M. What remains of Eugen Wüster? Terminology against (or with) Linguistics // Eugen Wüster et la terminologie de l'école de Vienne / Eds. D. Candel, D. Samain, D. Somborac. – Paris: SHESL, 2020. – Pp. 89–108.

8. Protopopescu D. Theories of Terminology – Past and Present 1 // University of Bucharest, ResearchGate, 2014. – URL: https://www.researchgate.net/publication/331779533_THEORIES_OF_TERMINOLOGY_-_PAST_AND_PRESENT_1.

9. Wright S.E. Standardization of Terminology // Handbook of Terminology Management. Vol. 1: Basic Aspects of Terminology Management / Eds.: S.E. Wright, G. Budin. – Amsterdam; Philadelphia: John Benjamins Publishing Company, 1997. – Pp. 159–184.

10. Linnaean taxonomy – Rank-based scientific classification // Encyclopaedia Britannica. – URL: https://www.britannica.com/science/Linnaean-taxonomy.

11. Linder D., De Sterck G. Non-native scientists, research dissemination and English neologisms: What happens in the early stages of reception and re-production? // Ibérica: Revista de la Asociación Europea de Lenguas para Fines Específicos. – 2016. – №32. – Pp. 35–58.

12. Smith J., García L., Chen W. Neologism Evolution in High-tech Domains: Standardization and Abandonment // Terminology Journal. – 2018. – Vol. 24, №2. – Pp. 112–119.

13. Wermuth C., Sambre P. The terminological impact of pandemics: COVID-19 and beyond // Terminology: International Journal of Theoretical and Applied Issues in Specialized Communication. – 2023. – Vol. 29, №2. – Pp. 173–174.

Saidova O'g'ilxon Bekmurodovna
Buxoro Pedagogika Instituti mustaqil tadqiqotchisi

VIRTUAL KOMMUNIKATIV MAYDONDA O'ZBEK TILINING RIVOJI

Annotatsiya. *Ushbu maqola internet va ijtimoiy tarmoqlarning o'zbek tili va muloqot madaniyatiga ta'sirini o'rganadi. Unda "internet aloqa tili"ning paydo bo'lishi va uning xususiyatlari, jumladan, qisqartmalar, emojilar, soddalashtirilgan gap tuzilmalari va boshqa tillarning ta'siri tahlil qilinadi. Tadqiqot ushbu o'zgarishlarning lingvistik oqibatlarini, tilning soddalashuvi xavfini va til boyish imkoniyatlarini ko'rib chiqadi. Shuningdek, maqolada raqamli makonda o'zbek tilini targ'ib qilishning muhimligi ta'kidlangan.*

Kalit so'zlar: *O'zbek tili, internet aloqasi, ijtimoiy tarmoqlar, tilshunoslik, raqamli texnologiya, til o'zgarishi, onlayn diskurs, lingvistik tahlil.*

DEVELOPMENT OF THE UZBEK LANGUAGE IN THE VIRTUAL COMMUNICATIVE SPACE

Abstract *This article explores the impact of the internet and social media on the Uzbek language and communication culture. It examines the emergence of "internet communication language" and its characteristics, including the use of abbreviations, emojis, simplified sentence structures, and the influence of other languages. The study analyzes the linguistic consequences of these changes, considering both the potential risks of language simplification and the opportunities for language enrichment. It also highlights the importance of promoting the Uzbek language in the digital space.*

Keywords*: Uzbek language, internet communication, social media, linguistics, digital technology, language change, online discourse, linguistic analysis.*

РАЗВИТИЕ УЗБЕКСКОГО ЯЗЫКА В ВИРТУАЛЬНОМ КОММУНИКАТИВНОМ ПРОСТРАНСТВЕ

Аннотация. *Эта статья исследует влияние интернета и социальных сетей на узбекский язык и культуру общения. В ней рассматривается появление «языка интернет-коммуникации» и его характеристики, включая использование аббревиатур, эмодзи, упрощенных структур предложений и влияние других языков. Исследование анализирует лексические последствия этих изменений, учитывая как потенциальные риски упрощения языка, так и возможности его обогащения. Также подчеркивается важность продвижения узбекского языка в цифровом пространстве.*

Ключевые слова: *узбекский язык, интернет-коммуникация, социальные сети, лингвистика, цифровые технологии, изменение языка, онлайн-дискурс, лексический анализ.*

Ushbu globallashuv davrida internet kommunikatsiyasini shubhasiz zamon obrazi sifatida talqin qilishimiz mumkin. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev har qanday soha raqamli texnologiyalar bilan hamohang rivojlanishi lozimligi ta'kidlaganlaridek [1, 2b.], jamiyatning barcha tarmoqlari qatori o'zbek tilshunosligi ham texnologiya taraqqiyoti ta'siriga uchrayotgani guvohi bo'lishimiz mumkin. Ko'plab tilshunos olimlar internet qamrovining kengayib borishi natijasida tilshunoslikda og'zaki va yozma muloqot shakllari bilan bir qatorda elektron kommunikatsiyaning yuzaga kelganini e'tirof etishmoqda [2, 1b.]. Elektron muloqot o'ziga xos axborot almashinuv muhitiga ega bo'lib, turli diskurs tajribalar, usullar hamda formatlarni o'zida mujassamlagan. Shu sababli tadqiqotchilar tomonidan internet tilining linguistik xususiyatlarini tahlil qilish dolzarb muhokama mavzusiga aylanmoqda.

Muloqotning yozma shaklida aksariyat hollarda kitobiy elementlar va standart til tuzilmalari qo'llaniladi. Jumla ichida so'zlar tartibi aniq belgilangan bo'ladi. Inversiya yozma tilning xususiyati emasligi sababli ba'zi hollarda, masalan rasmiy uslubda, u hatto qo'llanmasligi ham mumkin. Yozma

tildagi jumlalar to'liq bo'lib, murakkab sintaktik tuzilmalar, olmosh va predlogli iboralar, murakkab aniqlovchilar, birikmalar va boshqa tipik xususiyatlarga ega bo'ladi. Jumlalar ma'no jihatdan bir-biriga bog'langan va paragraflar murakkab g'oyani yetkazish uchun xizmat qiladi. Og'zaki til ham adabiy normalarga muvofiq keladi, lekin ayrim hollarda normadan chetlashishlar kuzatiladi, chunki til va nutq (so'zlash) o'rtasidagi farq umumiylik va individuallikda bo'lib, og'zaki til individuallik bilan xarakterlanadi [3, 41b.]. Yozma va og'zaki til o'rtasida asosiy farqlar bo'lsa-da, ularni mutlaqo taqqoslash mumkin emas. Har ikkisi - og'zaki va yozma adabiy til - hamisha o'zaro ta'sirda bo'lib, bir-birini to'ldiradi [4, 2-4bb.].

Internet maydoni - ko'p qirrali, ko'p funksiyali kommunikatsiya muhiti bo'lib, bir qator o'ziga xos xususiyatlarga ega. Internetda yozma aloqa ustuvorligi bilan birga vizual ma'lumot ham muhim ahamiyat kasb etadi. Davlatimiz rahbari ta'kidlaganidek internet imkoniyatlaridan to'liq foydalanib, o'zbek tilini keng targ'ib etish bo'yicha ishlarimizni kuchaytirishimiz lozimligi zamon talabidir [5, 6b.]. Internet tarmog'i o'zbek tilidan foydalanishning yangi sohasi sifatida tez sur'atda kengaymoqda. Statistika agentligi ma'lumotlariga ko'ra, 2025-yil boshida O'zbekistonda internetdan foydalanuvchilar soni 32,7 millionni tashkil etgan bo'lib, bu esa onlayn qamrovning 89,0 foizga tengligini ko'rsatadi. 2025-yil yanvar oyida O'zbekistonda 11,7 million ijtimoiy tarmoqlar foydalanuvchi identifikatori mavjud bo'lib, bu umumiy aholining 31,7 foiziga teng edi [6, 1b.]. Ushbu raqamlar ijtimoiy tarmoqlarda o'zbek tilidan foydalanish ko'lami ortib borayotganini ko'rsatadi. Tarmoq tilida adabiy til qoidalariga zidliklar, suhbat madaniyatidagi kamchiliklar va boshqa til elementlarining ustunlik qilishi kuzatiladi, bu esa til madaniyatining yo'qolishiga olib keladigan holatlardir. Biroq, ijtimoiy tarmoq tili o'zining aniq xususiyatlari bilan belgilangan maxsus kommunikativ muhitda muayyan muloqot ehtiyojni qondirish uchun qo'llaniladigan funksional sohadir.

Raqamli texnologiya taraqqiyoti onlayn va oflayn makonning asta-sekinlik bilan integratsiyalashuviga olib kelmoqda. Internet tarmog'i esa o'zaro ta'sirlar uchun ma'lumot olish va tarqatish boshqalar qarorlariga ta'sir qilish va oflayn makonning asosiy aloqa texnologiyasiga aylandi. Endilikda ijtimoiy tarmoq foydalanuvchilarining roli ham boshqalar qarorlariga ta'sir qilish va oflayn makonda ijtimoiy-siyosiy harakatga undovchi kuch sifatida namoyon bo'lmoqda [7, 56]. Turli shaffoflik darajasiga ega tarmoqlarda yuzaga keladigan diskursiv maydonlar tilshunoslikning yangi tarmoqlari yuzaga kelganini anglatadi. Lingvistik tadqiqotlardagi innovatsion yondashuv - bu lingvo-diskursiv tahlil, tarmoq tahlili va folksonomiya tahlilini o'z ichiga olgan tarmoqli lingvistik ma'lumotlarning murakkab metodologiyasidir.

Lingvo-diskursiv tahlil - bu kontent tahlili va diskursiv tahlilni o'z ichiga olgan murakkab lingvistik tadqiqot usulidir.

1.Diskurs tahlil - linguistik ma'lumotlar va ularning ijtimoiy kontekst bilan aloqalarini tahlil qilishda qo'llanadi. Ushbu tahlil turli fanlararo nazariyalarga asoslanadi va tahlil qilinadigan hodisalarning mazmuni, tarkibiy qismlari va funksiyalari haqida tasavvurimizni kengaytiradi.

2. Kontent tahlili - tahlil qilinadigan ma'lumotlar to'plamlarida ba'zi bir tushunchaviy birliklarning chastotasi va ko'lamini hisoblashni nazarda tutadi. Tarmoq ma'lumotlarining aniqlangan miqdoriy xarakteristikalari onlayn diskurslarning ma'nosining sifat jihatlari, shu jumladan yashirin g'oyalar haqida xulosa chiqarish imkonini beradi.

3. Tarmoq tahlili - Tarmoqli lingvistik ma'lumotlarni tanlashni shakllantirish uchun ishlatiladi. Tarmoq tahlili matematik modellashtirish, graf nazariyasi va relyatsion algebra usullariga asoslangan o'ziga xos tadqiqot usuli va operatsion vositadir. U tarmoq jamoalarini va tarmoq jamoasidagi jarayonlarni miqyosdan holi tarmoqlar sifatida tavsiflash uchun ishlatiladi. Ushbu yondashuv tarmoq ichidagi munosabatlarning qaytariluvchan tabiati tufayli yuzaga keladigan ijtimoiy tuzilmalarni tahlil qilish va tavsiflash imkonini beradi [8, 62b.]. Bunday yondashuvni qo'llashning sababi ijtimoiy hodisalarni tushuntirishning samaradorligi va tarmoq ma'lumotlarini talqin qilish ta'minlashi mumkin bo'lgan bashorat qilish imkoniyatidir. Ushbu ma'lumotlar ob'ektlar - tarmoq aktyorlari o'rtasidagi o'zaro ta'sirlarni tahlil qilish orqali olinadi. Tarmoq aktyorlari uchlar (foydalanuvchilar) va ularning munosabatlari qirralar (bog'lanishlar) sifatida tasavvur qilinadi. Bu bizga muayyan tarmoq ichidagi foydalanuvchilarning yaqinligi va aloqa darajasini taxmin qilish imkonini beradi.

Tarmoq tahlili folksonomiya tahlilini o'z ichiga oladi. Folksonomiya tahlili yoki teglar va xeshteglarni tahlil qilish - bu internet foydalanuvchilari tomonidan turli onlayn diskursiv maydonlarda yaratilgan, tarqatilgan va iste'mol qilingan lingvistik namunalarni ixtiyoriy ravishda tanlangan teglar, teglar va xeshteglar orqali guruhlarga tasniflash amaliyotini tahlil qilish uchun ishlatiladigan usuldir [9, 7b.]. Onlayn makonda ishlaydigan asinxron diskursiv maydonlarning o'ziga xos xususiyati shundaki, diskurslar tomonidan yaratilgan lingvistik kontent (tarmoqli lingvistik ma'lumotlar) noverbal aloqa vositalari - emoji, belgilar, grafika, ovoz yoki harakatlanuvchi vizual tasvirlar bilan takomillashtiriladi, Ular g'oyalar, munosabatlar, fikrlarni o'tkazishni ta'minlaydigan belgilar tizimini ifodalaganligi sababli tarmoqli lingvistik ma'lumotlar sifatida qarash mumkin. Bu diskurslarning pragmatik salohiyatini oshiradi va maydonlarning oflayn makonda ijtimoiy harakat uchun salohiyatni to'plash va amalga oshirish ehtimolini oshiradi.

Ushbu tahlillarga asosan aytishimiz mumkinki, Bu aloqa shakli o'zbekistonliklar uchun ham keng imkoniyatlar yaratib, global dunyo bilan yaqinlashish, ma'lumot olish, biznes yuritish va o'zaro muloqot qilishda muhim rol o'ynamoqda. Ammo, har qanday texnologiya kabi, internet kommunikatsiyasining ham o'ziga xos afzallik va kamchiliklari, shuningdek, uzoq muddatli ta'siri mavjud. Bugungi kunda interten aloqa tili (internet communication language) deb ataladigan yangi bir hodisa yuzaga keldi. Bu til o'ziga xos xususiyatlarga ega bo'lib, tilshunoslikda qiziqish uyg'otmoqda.

Internet aloqa tili odatda quyidagi xususiyatlarga ega:

1. Qisqartmalar va akronimlardan foydalanish ommaviy tus olmoqda. Masalan "Rahmat" o'rniga "Raxmat", "Bilmayman" o'rniga "B/m" kabi qisqartmalar keng qo'llaniladi. Shuningdek, "LOL" (laughing out loud - baland ovozda kulish), "BRB" (be right back - hozir qaytaman) kabi inglizcha akronimlar ham o'zbek tilida ishlatilmoqda.

2. Emojilar, stikerlar va GIF'lar orqali his-tuyg'ularni ifodalash keng tarqalgan.

3.Sodda gap qurilishlaridan foydalanish, tinish belgilari kam ishlatilishi yoki umuman ishlatilmasligi.

4. So'z o'yinlari va jargonlar: Internetda o'ziga xos so'z o'yinlari, memlar va jargonlar yaratilmoqda va tez tarqalmoqda. Masalan, "shukur" so'zining o'rniga "shuxur" so'zining qo'llanishi kabi.

5.Boshqa tillar ta'siri yuzaga kelmoqda. Ingliz tilidan o'zlashgan so'zlar va iboralar ko'paymoqda. Misol uchun, "like", "follow", "post" kabi so'zlar o'zbek tilida ham faol qo'llanilmoqda.

Yuqorida sanab o'tilgan omillar o'z navbatida bir qancha linguistik oqibatlarni yuzaga keltirishi mumkin:

Bir tomondan, ayrim tilshunoslar fikriga ko'ra, grammatik gap tuzilmalarini qisqartirirish yoki buzib qo'llash, tilning soddalashuviga va buzilishiga olib keladi. Natijada o'sib kelayotgan yosh avlod bu o'zgarishlarni normal holat sifatida qabul qilishlari mumkin. Biroq yangi so'zlar va iboralarning paydo bo'lishi tilning boyishiga yordam beradi va bu o'z navbatida tilning o'zgaruvchanligi va moslashuvchanligini ta'minlaydi [10, 3b.].

Xulosa qilib aytganda, internet va ijtimoiy tarmoqlar o'zbek tilida muloqot qilish uslubini tubdan o'zgartirdi. "Internet aloqa tili" paydo bo'lib, qisqartmalar, emojilar va sodda gaplar keng qo'llanila boshladi. Bu holat tilning soddalashuviga olib kelishi mumkin, ammo yangi so'zlar va iboralar tilni boyitadi. Qisqa gaplar va tinish belgilari kam ishlatilishi bilan birga, foydalaniladigan vizual ifodalar tilning kommunikativ imkoniyatlarini orttiradi. Bularning barchasi yosh avlod uchun yangi tilshunoslik paradigmasini ishlab chiqishni talab qiladi, bu esa internet asosida tarqatilayotgan muloqot usullari borasida olib borilishi kerak bo'lgan bir qancha ishlar mavjudligidan dalolatdir. Shunday qilib, o'zbek tilining raqamli makondagi rivoji muhim ahamiyatga ega. Biz tatqiqotchilar oldida turgan vazifa esa, raqamli makonda o'zbek tilini targ'ib qilish va uning tozaligini saqlash, shu bilan birga, zamonaviy tendensiyalarga moslashishdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1.https://www.gazeta.uz/oz/2023/12/20/it/

2.Goroshko, E. I. (2007, January 1). Internet *linguistics: The formation of a disciplinary paradigm.* CORE. https://core.ac.uk/

3.Мўминов С.М. Ўзбек мулоқот хулқининг ижтимоий-лисоний хусусиятлари: Филол. фан. док-ри. ... дис. автореф. – Тошкент, 2000. – Б.41 .

4. Rahmatdildaevna Kurmanbekova, Z. , Sarekenova, K. Kurmangalikyzy , Oner, M. , Tu-rarbekovich Malikov, K. and Sagatovna Shokabayeva, S. (2023). A Linguistic Analysis of Social Network Communication. *International Journal of Society, Culture & Language*, *11*(1), 119-132. doi: 10.22034/ijscl.2023.1972010.2824

5. www.president.uz .Prezident Shavkat Mirziyoyevning o'zbek tiliga davlat tili maqomi berilganining o'ttiz yilligiga bag'ishlangan tantanali marosimdagi nutqi

6.https://datareportal.com/reports/digital-2025-uzbekistan

7. Masías, V. H., Hecking, T., & Hoppe, H. U. (2018). Exploring the Relationship Between Social Networking Site Usage and Participation in Protest Activities. *Frontiers in Applied Mathematics and Statistics, 4*(56). https://doi.org/10.3389/fams.2018.00056

8. Scott, J. (2017). *Social Network Analysis*. SAGE Publications Ltd.

9.Zappavigna, M. (2018). *Searchable Talk: Hashtags and Social Media Metadiscourse*. Sydney: Bloomsbury Publishing Plc.

10. Rustamova Diyora. (2022). TIL VA INTERNET. Yosh Tadqiqotchi Jurnali, 1(4), 533–542. Retrieved from https://2ndsun.uz/index.php/yt/article/view/3

11. Ҳакимов М.(1994) Ўзбек илмий матнининг синтагматик ва прагматик хусусиятлари: Филол. фан. номз. … дис. – Тошкент, – Б.168 12. Ҳазратқулов А.Ҳ.(1978) Диалогик нутқ синтаксисининг баъзи хусусиятлари. (диалогик бирлик ҳақида методологик кўргазма).Қарши. - Б.36.

Sharobiddinova Farzonabonu
Farg'ona shahar, 10-maktabning ingliz tili fani o'qituvchisi

NUTQNI ANIQLASH VA SINTEZ QILISH

Annotatsiya. *Ushbu maqola nutqni aniqlash (nutq tanish) va sintez qilish (nutq hosil qilish) texnologiyalarining zamonaviy holatini va rivojlanish yo'nalishlarini tahlil qiladi. Tadqiqotda nutq texnologiyalarining nazariy asoslari, algoritmlari va amaliy qo'llanilish sohalari ko'rib chiqiladi. Maqolada chuqur o'rganish usullarining nutq ishlov berishga ta'siri, zamonaviy me'moriy tuzilmalar va ularning samaradorligi tahlil etiladi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, transformator me'moriyalari va neyron tarmoqlarining rivojlanishi nutq texnologiyalarining sifatini sezilarli darajada yaxshilagan. Maqola nutq texnologiyalarining kelajakdagi rivojlanish yo'nalishlarini va qo'llanilish imkoniyatlarini belgilaydi.*

Kalit so'zlar: *nutq tanish, nutq sintezi, chuqur o'rganish, neyron tarmoqlari, transformator me'moriyasi, tabiiy til ishlov berish.*

РАСПОЗНАВАНИЕ И СИНТЕЗ РЕЧИ

Аннотация. *Данная статья анализирует современное состояние и тенденции развития технологий распознавания речи и речевого синтеза. В исследовании рассматриваются теоретические основы, алгоритмы и области практического применения речевых технологий. В статье анализируется влияние методов глубокого обучения на обработку речи, современные архитектурные решения и их эффективность. Согласно результатам исследования, развитие трансформерных архитектур и нейронных сетей значительно улучшило качество речевых технологий. Статья определяет будущие направления развития и возможности применения речевых технологий.*

Ключевые слова: *распознавание речи, синтез речи, глубокое обучение, нейронные сети, трансформерная архитектура, обработка естественного языка.*

SPEECH RECOGNITION AND SYNTHESIS

Abstract. *This article analyzes the current state and development trends of speech recognition and speech synthesis technologies. The research examines theoretical foundations, algorithms, and practical application areas of speech technologies. The article analyzes the impact of deep learning methods on speech processing, modern architectural solutions and their effectiveness. According to research results, the development of transformer architectures and neural networks has significantly improved the quality of speech technologies. The article identifies future development directions and application possibilities of speech technologies.*

Key words: *speech recognition, speech synthesis, deep learning, neural networks, transformer architecture, natural language processing*

Kirish. Nutqni aniqlash va sintez qilish texnologiyalari zamonaviy axborot jamiyatining muhim tarkibiy qismlaridan biri hisoblanadi. Ushbu texnologiyalar inson va kompyuter o'rtasidagi tabiiy muloqotni ta'minlash, nogironligi bor odamlar uchun maxsus yechimlar yaratish, ta'lim jarayonlarini modernizatsiya qilish kabi ko'plab sohalarda qo'llanilmoqda [1]. O'zbekistonda ham ushbu yo'nalishda faol tadqiqotlar olib borilmoqda va milliy til xususiyatlarini hisobga olgan nutq texnologiyalari ishlab chiqilmoqda.

Nutqni avtomatik aniqlash texnologiyasi inson nutqini matn ko'rinishiga o'tkazish jarayonini avtomatlashtiradi. Bu texnologiya akustik signallarni qabul qilish, ularni tahlil qilish va matnli ma'lumotga aylantirish bosqichlarini o'z ichiga oladi. Matndan nutqqa o'tkazish texnologiyasi esa aksincha jarayonni amalga oshiradi - matnli ma'lumotni tabiiy nutq signallariga aylantiradi [2]. Ushbu

texnologiyalarning birgalikdagi qo'llanilishi to'liq ikki tomonlama nutqiy interfeys yaratish imkonini beradi.

O'zbekiston Respublikasi Axborot texnologiyalari va kommunikatsiyalarini rivojlantirish vazirligi tomonidan nutq texnologiyalari sohasida amalga oshirilayotgan loyihalar milliy tilimiz uchun maxsus yechimlar yaratishga qaratilgan [3]. O'zbek tilining boy morfologik tuzilishi, so'z yasalishi qoidalari va fonetik xususiyatlari nutq texnologiyalarini ishlab chiqishda maxsus yondashuvlarni talab qiladi.

Zamonaviy nutq texnologiyalarining rivojlanishida chuqur o'rganish usullarining ta'siri katta ahamiyatga ega. Neyron tarmoqlar, xususan, konvolyutsion va takroriy neyron tarmoqlar nutq ishlov berishda yuqori natijalarga erishishga imkon bergan. Transformator me'moriyasining paydo bo'lishi esa nutq texnologiyalarida yangi bosqichni boshlagan va katta til modellarining muvaffaqiyati nutq sohasida ham o'z ta'sirini ko'rsatgan [4].

Metodologiya va adabiyotlar tahlili.

Ushbu tadqiqotda nutq texnologiyalari bo'yicha mavjud adabiyotlarning keng qamrovli tahlili amalga oshirildi. Tahlil jarayonida asosan o'zbek va mahalliy tadqiqotchilarning ishlari, shuningdek, xalqaro tajriba o'rganildi. Asosiy e'tibor zamonaviy sun'iy intellekt usullari va ularning o'zbek tili xususiyatlariga moslashtirilishiga qaratildi.

Nutqni aniqlash texnologiyalarining nazariy asoslari akustik modellashtirish, til modellashtirish va dekodlash jarayonlarini o'z ichiga oladi. O'zbekiston Milliy universiteti tadqiqotchilari tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'zbek tili uchun nutq tanish tizimlarini yaratishda klassik statistik usullardan zamonaviy neyron tarmoq yondashuvlarigacha keng spektrdagi metodlar qo'llanilishi mumkin [5]. Klassik yondashuvlarda Gauss aralash modellari va yashirin Markov modellari keng qo'llanilgan, ammo zamonaviy davrda chuqur neyron tarmoqlari ushbu klassik yondashuvlarni sezilarli darajada ustunlab ketgan.

Kamilov tomonidan amalga oshirilgan tadqiqotlar o'zbek nutqini tanish jarayonida fonemik tahlil va morfologik segmentatsiyaning muhim rolini ko'rsatadi [6]. O'zbek tilining agglutinativ xususiyatlari nutq tanish algoritmlarida maxsus algoritmik yechimlarni talab qiladi. Masalan, so'z o'zagiga qo'shiladigan qo'shimchalar ketma-ketligi nutq tanish sifatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Normatova tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlar o'zbek nutqining prosodik xususiyatlarini tahlil qilgan va nutq sintezi jarayonida urg'u, intonatsiya va ritmning to'g'ri berilishi zarurligi haqida xulosalar bergan [7]. Ushbu tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'zbek nutqining tabiiyligini ta'minlash uchun faqat fonemik darajada ishlov berish yetarli emas, balki suprasegmental xususiyatlarni ham hisobga olish zarur.

Qodirov tomonidan ishlab chiqilgan gibrid yondashuv klassik signal ishlov berish usullarini zamonaviy mashina o'rganishi algoritmlari bilan birlashtirishga asoslangan [8]. Ushbu yondashuv o'zbek nutqining xususiyatlarini hisobga olgan holda yuqori aniqlik darajasini ta'minlaydi va ayniqsa shovqinli muhitlarda yaxshi natijalar beradi.

Mirzayeva tomonidan amalga oshirilgan tadqiqotlar o'zbek tilining hududiy dialektlarining nutq texnologiyalariga ta'sirini o'rgangan [9]. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, turli hududlarda yashovchi o'zbek tilida so'zlashuvchilarning nutqi fonetik jihatdan sezilarli farqlar namoyon etadi va bu farqlarni hisobga olish nutq tanish tizimlarining samaradorligini oshiradi.

Natijalar va muhokama.

O'zbek tili uchun nutq texnologiyalarini ishlab chiqishda erishilgan asosiy natijalar bir qancha muhim yo'nalishlarda umumlashtirilishi mumkin. Birinchidan, fonemik tizimning to'liq tahlili va o'zbek tilining 6 unli va 24 undosh tovushi uchun akustik modellarning yaratilishi amalga oshirilgan. Bu modellar o'zbek nutqining o'ziga xos xususiyatlarini hisobga oladi va yuqori tanish aniqligini ta'minlaydi [10].

O'zbek tili nutq korpusining yaratilishi va to'ldirilishi sohasida erishilgan natijalar alohida e'tiborga loyiq. Hozirgi vaqtda turli yosh guruhlari, jins vakillari va hududiy dialektlarni qamrab oladigan 500 soatdan ortiq nutq ma'lumotlari to'plangan. Ushbu korpus o'zbek nutq texnologiyalarini yanada rivojlantirishda asosiy resurs vazifasini bajarmoqda.

Morfologik tahlil va so’z segmentatsiyasi sohasidagi natijalar shuni ko’rsatadiki, o’zbek tilining agglutinativ tabiatini hisobga oluvchi algoritmlar nutq tanish sifatini 15-20% ga oshiradi. So’z o’zagini va qo’shimchalarni alohida aniqlash, kontekst tahlili orqali so’zning ma’nosini aniqlash kabi yondashuvlar amalda samarali ekanligini isbotlagan.

Nutq sintezi sohasida erishilgan natijalar ham e’tiborga loyiq. O’zbek tili uchun ishlab chiqilgan parametrik sintez tizimi tabiiy ovoz sifatini ta’minlaydi va turli uslublarda - rasmiy, norasmiy, badiiy - nutq hosil qilish imkoniyatini beradi. Prosodik modellashtirish algoritmlari o’zbek nutqining ritmik va intonatsion xususiyatlarini to’g ‘ri aks ettiradi.

Amaliy qo’llanilish natijalariga ko’ra, o’zbek tili uchun ishlab chiqilgan nutq texnologiyalari ta’lim tizimida, davlat xizmatlari ko’rsatishda, tibbiyot sohasida va boshqa yo’nalishlarda muvaffaqiyatli sinovdan o’tkazilgan. Maxsus ehtiyojli odamlar uchun mo’ljallangan yordamchi texnologiyalar ham ijobiy natijalar bermoqda.

Texnik jihatdan, zamonaviy neyron tarmoq arxitekturalari o’zbek tili uchun moslashtirilganda yuqori samaradorlik ko’rsatmoqda. Transformator modellari, attention mexanizmlari va transfer learning yondashuvlari o’zbek nutq texnologiyalarining sifatini sezilarli darajada oshirgan.

Ammo mavjud qiyinchiliklar ham e’tibordan chetda qolmasligi kerak. O’zbek tilining hududiy variantlari, so’zlashuvchilarning turli yoshdagi xususiyatlari, texnik shovqin va akustik muhit ta’siri kabi omillar nutq tanish aniqligiga ta’sir qiladi. Ushbu muammolarni hal qilish uchun qo’shimcha tadqiqotlar va texnik yechimlar zarur.

Xalqaro tajriba bilan solishtirish natijalarida o’zbek tili uchun ishlab chiqilgan nutq texnologiyalarining o’ziga xos xususiyatlari va afzalliklari aniqlandi. O’zbek tilining morfologik murakkabligi bilan bog’liq qiyinchiliklarni yengishda ishlab chiqilgan yechimlar boshqa agglutinativ tillarda ham qo’llanilish potensialiga ega ekanligini ko’rsatdi. Transfer learning va ko’p tilli modellardan foydalanish yondashuvi orqali tizim samaradorligini oshirish mumkinligi aniqlangan. Xususan, turkiy tillar oilasiga tegishli boshqa tillarning ma’lumotlaridan foydalanish o’zbek nutq tanish tizimlarining aniqligini sezilarli darajada yaxshilashi mumkinligi tadqiqotlarda isbotlangan. Bundan tashqari, o’zbek tili uchun yaratilgan prosodik modellar boshqa Markaziy Osiyo tillarida ham samarali ishlashi kuzatilgan.

Xulosa. O’zbek tili uchun nutqni aniqlash va sintez qilish texnologiyalari sohasida o’tkazilgan tadqiqotlar va amaliy ishlanmalar muhim natijalar bergan. Milliy tilimizning lingvistik xususiyatlarini hisobga olgan holda ishlab chiqilgan yechimlar yuqori sifat va samaradorlikni ta’minlaydi. Fonemik tizimning to’liq modellashtirilishi, morfologik tahlil algoritmlarining yaratilishi va prosodik xususiyatlarni hisobga oluvchi sintez tizimlarining ishlab chiqilishi asosiy yutuqlar hisoblanadi.

Kelajakda ushbu soha rivojlanishining asosiy yo’nalishlari sifatida multimodal nutq texnologiyalari, real vaqt rejimida ishlovchi tizimlar, shuningdek, o’zbek tilining boshqa Turkiy tillar bilan umumiylikdan foydalanuvchi ko’p tilli yechimlarni yaratish perspektivalari belgilanadi. Chuqur o’rganish texnologiyalarining yanada rivojlanishi va hisoblash quvvatlarining oshishi o’zbek nutq texnologiyalarini yangi bosqichga olib chiqish imkoniyatlarini yaratadi.

Amalga oshirilgan tadqiqotlar shuni ko’rsatadiki, o’zbek tili uchun nutq texnologiyalari nafaqat texnik jihatdan mumkin, balki amaliy jihatdan ham zarur va samarali hisoblanadi. Bu texnologiyalarning keng qo’llanilishi raqamli iqtisodiyot rivojlanishiga, ta’lim tizimini modernizatsiya qilishga va ijtimoiy inklyuzivlikni ta’minlashga muhim hissa qo’shadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.

1. Karimov, A. M. (2023). O’zbek tili nutq texnologiyalari: dolzarb muammolar va yechimlar. Toshkent: Fan nashriyoti.

2. Yusupova, D. S. (2022). Zamonaviy nutq ishlov berish usullari va ularning o’zbek tiliga qo’llanilishi. O’zbekiston Milliy universiteti xabarlari, 2(4), 45-52.

3. O’zbekiston Respublikasi ATRV. (2023). Raqamli texnologiyalar rivojlanish strategiyasi 2023-2027. Toshkent: Davlat nashri.

4. Abdullayev, B. K. (2023). Chuqur o'rganish usullarining nutq tanishda qo'llanilishi. Samarqand davlat universiteti ilmiy axborotnomasi, 3(1), 78-85.

5. Rahmonov, S. N., & Tursunova, M. A. (2022). O'zbek nutqini avtomatik aniqlash tizimlarining nazariy asoslari. Toshkent: O'zMU nashri.

6. Kamilov, U. P. (2023). O'zbek tilining morfologik xususiyatlari va nutq texnologiyalari. TATU axborotnomasi, 4(2), 112-119.

7. Normatova, F. R. (2022). O'zbek nutqining prosodik tahlili va sintez masalalari. Samarqand davlat universiteti ilmiy to'plami, 5(3), 203-210.

8. Qodirov, J. M. (2023). Gibrid yondashuvga asoslangan o'zbek nutq tanish algoritmlari. Farg'ona politexnika instituti xabarnomasi, 1(2), 67-74.

9. Mirzayeva, N. K. (2022). O'zbek tilining hududiy dialektlari va nutq texnologiyalari. Buxoro davlat universiteti ilmiy axborotnomasi, 6(4), 89-96.

10. Hasanov, O. T., & Saidova, L. P. (2023). O'zbek tili nutq korpusining yaratilishi va tahlili. Milliy til va adabiyot jurnali, 2(1), 156-163.

Sultanova Umidaxan Matkarimovna
Abu Rayxon Beruniy nomidagi Urganch Davlat Universiteti o'qituvchisi
E-mail. umidaxansultanova750@gmail.com

O'ZBEK TILIDAGI "QIL" MODAL KO'MAKCHISINING KO'PMA'NOLILIGI

Annotatsiya. *Ushbu maqola o'zbek tilidagi "qil" modal ko'makchisining ko'pma'noliligi masalasini turli tahlil yondashuvlari yordamida o'rganadi. "Qil" so'zi sintaktik, semantik va stilistik jihatdan ko'p qatlamli ma'nolarga ega bo'lib, asosiy fe'l sifatida yoki modal yordamchi fe'l sifatida ishlatilishi mumkin. Maqola "qil" so'zining harakat ifodalash, amalga oshirish, shuningdek pragmatik va emotsional nuanslarini tahlil qiladi. Korpus-analiz, valentlik tahlili, kognitiv semantika (shu jumladan radial kategoriya va metaforik kengayish nazariyalari), hamda stilistik-diskursiv yondashuvlar yordamida "qil" modal ko'makchisining turli kontekstlardagi ma'nolari va funksiyalari ochib berilgan. Tadqiqot natijalari metodning to'g'ri tanlanishi va so'z turkumi xususiyatiga moslashishining tadqiqot sifatiga sezilarli ta'sir ko'rsatishini ko'rsatadi.*

Kalit so`zlar: *qil, modal ko'makchi, ko'pma'nolilik (polisemiya), semantik-stilistika, harakatni ifodalash, radial kategoriya, metaforik kengayish.*

МНОГОЗНАЧНОСТЬ МОДАЛЬНОГО ВСПОМОГАТЕЛЬНОГО СЛОВА «QIL» В УЗБЕКСКОМ ЯЗЫКЕ

Annotation. *This article examines the polysemy of the modal auxiliary "qil" in the Uzbek language through various analytical approaches. The word "qil" has multilayered meanings from syntactic, semantic, and stylistic perspectives and can function either as a main verb or as a modal auxiliary verb. The article analyzes the expression of action, implementation, as well as the pragmatic and emotional nuances of the word "qil." Using corpus analysis, valency analysis, cognitive semantics (including radial category and metaphorical extension theories), and stylistic-discursive approaches, the meanings and functions of the "qil" modal auxiliary in different contexts are revealed. The research results demonstrate that the correct selection of the method and its adaptation to the characteristics of the word class significantly influence the quality of the study.*

Keywords: *qil, modal auxiliary, polysemy, semantic-stylistics, expression of action, radial category, metaphorical extension.*

POLYSEMY OF THE MODAL AUXILIARY 'QIL' IN THE UZBEK LANGUAGE

Аннотация. *Данная статья рассматривает омонимию модального вспомогательного глагола «qil» в узбекском языке с использованием различных аналитических подходов. Слово «qil» имеет многослойные значения с синтаксической, семантической и стилистической точек зрения и может выступать как в роли основного глагола, так и в роли модального вспомогательного глагола. В статье анализируются выражение действия, реализация, а также прагматические и эмоциональные нюансы слова «qil». С помощью корпусного анализа, валентностного анализа, когнитивной семантики (включая теории радиальных категорий и метафорического расширения), а также стилистико-дискурсивных подходов раскрываются значения и функции модального вспомогательного глагола «qil» в различных контекстах. Результаты исследования показывают, что правильный выбор метода и его адаптация к характеристикам класса слов существенно влияют на качество исследования.*

Ключевые слова: *qil, модальный вспомогательный глагол, многозначность (полисемия), семантико-стилистика, выражение действия, радиальная категория, метафорическое расширение.*

Kirish. O'zbek tilida modal ko'makchilar tilning murakkab semantik va sintaktik tizimini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Xususan, "qil" modal ko'makchisi ko'pma'nolilik xususiyatiga

ega bo'lib, uning turli kontekstlarda turli ma'nolarni ifodalashi tilshunoslikda chuqur tadqiqotlarni talab qiladi. "Qil" so'zi nafaqat harakatning amalga oshirilishini ifodalovchi yordamchi fe'l sifatida, balki syntaktik tuzilmalarda o'ziga xos va nozik ma'no qatlamlariga ega bo'lib, u o'zining funksional kengligi bilan o'zbek tilining modallik sistemasi doirasida muhim o'rin tutadi. Ushbu maqolada "qil" modal ko'makchisining ko'pma'noliligi turli tahlil usullari yordamida o'rganilib, uning sintaktik, semantik va stilistik jihatlari xarakterlanadi.

Tilshunoslik adabiyotlarida "qil" modal ko'makchisi va uning ko'pma'noliligi mavzusi turli yondashuvlarda o'rganilgan. Rustamov (1965) va Rasulov (1988) o'zbek tilida ko'makchi fe'llarning sog'lom semantik-grammatik aspektlarini tadqiq qilganlar. Ularning tadqiqotlarida modal ko'makchilarning gap ichidagi vazifalari, shakllanishi va ifodalanishi ko'rib chiqiladi. Berdiyorov (1949) esa o'z ishida ko'makchi so'zlarning til tizimidagi roli hamda ularning turli sintaktik strukturalarda qanchalik ko'p ma'no ifodalay olishini ko'rsatadi**.**

"Qil" modal ko`makchi fe'li o'zbek tilida ko'p turdagi ma'no va kontekstlarda qo'llaniladi. Uning qo'llanilishlarini semantik-kontekstual guruhlarga ajratish tilshunoslikda va tarjima sohasida muhim masaladir. Tadqiqotlarga ko'ra, "qilmoq" fe'lli birikmalar va ularning semantik-kontekstual guruhlari asosan quyidagicha tasniflanadi:

"Qil" modal ko'makchi fe'li o'zbek tilida asosan ko'proq og'zaki nutqda, kundalik so'zlashuvda faol qo'llanilishi bilan harakatning davomiyligi, jarayondaligi va barqarorligini ifodalaydi. Bu uslubda u nutqni jonlantirish, harakatning ayni paytda sodir bo'lishini ta'kidlash uchun qulaydir. Badiiy adabiyotda "qil" modal fe'li harakat jarayonining barqarorligini, davom etayotganligini ko'rsatib, matnga ifoda boyligi va jonlilik qo'shadi. – *Ammo bu shak-shubhasiz isbotlan gap, – e'tiroz qildi Stiven, – boshqa allaqancha isbot guvohliklarni aytmaganda ham, Injilning bir qator matnlarida qayd etib o'tilgan*.696

Ushbu uslubda "qil" fe'li predmet va holatning dinamik tasvirida faol ishlatiladi. Shuningdek, "qil" yordamchi fe'li norasmiy nutqda keng qo'llanadi, ammo ayrim hollarda ma'lum darajadagi rasmiy yoki og'zaki muloqotda ham u ishlatilishi mumkin. Stilistik diapazon jihatidan, u asosan mavhum, jarayon holatlarni ta'kidlashda keng qo`llaniladi. "O'zbek tilida 'qil' modal ko'makchi fe'li quyidagicha stilistik-diskursiv tahlil qilinishi mumkin.

Stilistik jihatdan "qil" ko'makchi fe'li nutqda yordamchi sifatida ishlatilganda, u harakatning ayni paytda yoki ma'lum vaqt davomida qanday davom etayotganini, holatning barqarorligini ta'kidlaydi. Stilistik jihatidan u harakat jarayonini aniqroq va jonliroq namoyon qiladi. Masalan: *U seshanba kuni qazo qildi.(J.J.;157) U ohista qadam ranjida qildi(J.J.172) Tom Rochford qadam ranjida qildi.(J.J.;242) – Zanjabilli, – takalluf qildi Devi Bern.(J.J.243)*

Diskursiv kontekstda "qil" modal ko`makchisining yuqoridagi stilistik imkoniyatlari nutqning muloqot sharoitida ma'no qatlamlarini kengaytiradi va tinglovchini yoki kitobxonga harakatning borish holatini yaxshiroq tushunishga yordam beradi. "Qil" modal ko'makchi fe'lining polisemiyasi u kontekstga qarab turli oraliq modal ma'nolarni ifodalashida namoyon bo'ladi: davomiylik, shartlilik, holatning yuz berishi yoki shartli davom etishi kabi. Stilistik diskursiv tahlil bu kontekstlarni va ularning mazmuniy o'zgarishlarini chuqurroq ochadi. Masalan,

Ba'zilar anov razil badmastni shu zahoti haydab chiqarishni talab qildilar va bu darhol amalga oshirilishi tayin edi va mabodo agar uzi shosha-pisha orqaga qaytmaganda, qiligiga yarasha to'la jazo olgan bo'lardi.(J.J.;500)

Bu kabi iboralarda "qil" fe'li harakatni tasvirlashda qo'shimcha stilistik ta'sir beradi. O'zbek tilida modal yordamchi fe'llarning stilistik va diskursiv funksiyalariga oid tadqiqotlarda ko'makchi fe'llarning sintaktik va semantik xususiyatlari, nutqdagi o'rni yoritiladi. Qilmoq fe'li bilan "hayvon yolining qili" frazasidagi "qil" so'zi o'rtasida etimologik jihatdan bog'liqlik bo'lishi ehtimoli juda past. Chunki, *qilmoq* fe'li asosan "amalga oshirmoq, bajarish" ma'nosida keladi va o'zbek tilida ko'plab yordamchi fe'llardan biri sifatida ishlatiladi. Bu so'z turk til oilasiga mansub bo'lib, harakatni ifodalovchi fe'l sifatida rivojlangan. "Qil-" so'zi ko'pincha boshqa so'zlar bilan qo'shma fe'l hosil qilish uchun yordamchi fe'l sifatida ishlaydi.

So’zlarning "qilmoq" fe’li bilan qo’llanishi ularning ma’nosi va kontekstiga qarab turli semantik-kontekstlarga ajratilishi mumkin. Quyida foydalangan so’zlaringizni mumkin bo’lgan ba’zi umumiy semantik-kontekstlarga ajratish mumkin:

Iltimos, talab va taklif bilan bog’liq kontekstlarda majburiyat, zarurat va ruxsatni ifodalovchi birikmalarda **(***Talab qilmoq*; *Taklif qilmoq*; *Iltijo qilmoq*; yo’l qo’ymoq (ruxsat berish); muhtoj qilmoq (zarurat); ovvora qilmoq; majbur qilmoq) "qilmoq" fe’li majburiyat, shart yoki ruxsat, imkoniyat ma’nosini qo’shadi. Masalan: *O’tiring. Choyni quying, qand mana xaltachada. Bo’ldi, quymoq meni ovora qildi.(J.J.;34)* O’zbek tilidagi "qil" modal ko’makchisining ko’pma’noliligi – bu so’zning turli kontekstlarda asosiy harakat fe’li sifatida, yoki yordamchi, modal yordamchi sifatida ishlanishidir. Siz keltirgan jumlada u modal ko’makchi bo’lib, "quymoq meni ovora qildi" degan ma’noli fe’ldan oldin kelib, harakatning amalga oshishini ta’kidlaydi.

His-tuyg’u va munosabat ifodalovchi kontekstlarida "qilmoq" fe’li so`z birikmalari **(***Rahm-shafqat qilmoq*; *Hujum qilmoq; tuhmat qilmoq; haqorat qilmoq; jurat qilmoq)* orqali sub’ektiv munosabat, fikr yoki his-tuyg’ularni ifodalash uchun ishlatiladi. Misollar: fikr qilmoq, e’tibor qilmoq, tanqid qilmoq, xavotir qilmoq, qizg’anchiqlik qilmoq. *U Stivenga do’stona hazilomuz tarzda qo’li bilan po’pisa qildi-da, o’z-o’zicha kulib, panjara oldiga keldi.(J.J.;23)* O’zbek tilida "po’pisa" so’zi odatda "po’pisa qilmoq" shaklida qo’llanilib, ko’pincha "pichoqcha urmoq", "yumshoq, nozik qo’li bilan teginmoq", "qo’li bilan mayin noto’g’ri yoki muloyim hazil qilish" ma’nolarida bo’lishi mumkin. Bu yerda "do’stona hazilomuz tarzda" qo’shimchasi esa uning mazmuniga ochiqlik kiritadi: u Stivenga do’stona, samimiy, yengil hazil bilan teginib, so’ng yengil tabassum bilan panjara oldiga yurgan.

Shunday qilib, gapdagi "po’pisa qildi" ifodasi do’stona, mehr-muhabbat bilan, qiziqarli, biroz hazilkash tarzda qo’l bilan yengil teginish ma’nosida ishlatilgan.

Nutq, so’zlashuv va muloqot kontekstlarida nutqiy faoliyat va kommunikatsiyaga oid (*gap-so`z qilmoq, hikoya qilmoq, xabar qilmoq, qayd qilmoq, javob qilmoq, tahrir qilmoq*) birikmalarda "qilmoq" og’zaki yoki yozma nutq jarayonini ifodalaydi. Misollar: Keyin atrofga nigoh tashlab jamoatni *duo qildi*.(J.J.;119); "Jamoatni duo qildi" esa – odamlar uchun duo, ya’ni tilak, yaxshilik so’rab ibodat qilish amalini bildiradi. Jumla tasvirlayotgan holatda suhbatdosh o’z atrofini e’tibor bilan kuzatib, jamoatga samimiy duo qilgan. – Ado etamiz, – qat’iyat bilan *va’da qildi* janob Blum.(J.J.;110) "Ado etamiz" – ma’lum bir ishni bajarish yoki amalga oshirishni anglatadi. Bu gapda janob Blum qat’iyat bilan (ancha ishonch bilan) o’z vazifasini bajarishga va’da bermoqda. Ushbu iborada majburiyatni bajarishga intilish, surat etishni ifodalaydi. Masalan: "–Xudoy, o’zing kechir! - xudojoylik bilan iltijo qildi mister Kanningem." (J.J.;140)

Bu yerda "Xudoy, o’zing kechir!" iborasi chin dildan, samimiy tarzda yaralar kechirish va rahm so’rash ma’nosini bildiradi. "Xudojoylik bilan iltijo qildi" esa odamning chin yurakdan, ezgu va taslimchilik bilan duo qilayotganini ifodalaydi.

"– Danfi Bari, –deb e’lon qildi mister Pauyer kareta o’ngga burilgach." (J.J.;140)

Bu gapda mister Pauyer kimdir yoki nimanidir – ehtimol joy yoki shaxs nomini – rasman, ovoz chiqarib e’lon qilmoqda. "Kareta o’ngga burilgach" esa harakat – transport vositasi yo’l yo’nalishini o’zgartirganini bildiradi.

Umuman olganda, ushbu gaplar nutqdagi Emotsional va amaliy harakatlar, jadallik va iltijo ifodalarini ko’rsatib, kontekstda turli ijtimoiy va kommunikativ holatlarni yoritadi. Agar ushbu matnlar bo’yicha tahlil, tarjima yoki boshqa yordam kerak bo’lsa, batafsilroq yordam berishga tayyorman.; – Xudoy, o’zing kechir! – xudojoylik bilan *iltijo qildi* mister Kanningem.(J.J.;140) Bu yerda "Xudoy, o’zing kechir!" iborasi chin dildan, samimiy tarzda yaralar kechirish va rahm so’rash ma’nosini bildiradi. "Xudojoylik bilan iltijo qildi" esa odamning chin yurakdan, ezgu va taslimchilik bilan duo qilayotganini ifodalaydi.; – Danfi Bari, – deb *e’lon qildi* mister Pauyer kareta o’ngga burilgach.(J.J.;140) Bu gapda mister Pauyer kimdir yoki nimanidir - ehtimol joy yoki shaxs nomini, rasman, ovoz chiqarib e’lon qilmoqda. "Kareta o’ngga burilgach" esa harakat, transport vositasi yo’l yo’nalishini o’zgartirganini bildiradi.

Holat va o'zgarishni ifodalovchi (*janjal qilmoq, o'zgarish qilmoq, isloh qilmoq, ko`z-ko`z qilmoq*) birikmalarda "qilmoq" biror holat yoki vaziyat yuz berishini ko'rsatadi. Misollar: Bu birikmalar "qilmoq" fe'lining semantik va kontekstual ko'lamini ko'rsatadi. Har bir guruhdagi fe'llar turli ijtimoiy, kommunikativ va madaniy vaziyatlarda qo'llanadi va ularning ma'nosi kontekstga qarab kengayadi yoki torayadi. Masalan: *Birdan it quyondek yuqoriga sakradi, quloqlarini ding qildi, past sho'ng'ib uchayotgan chag'alayning soyasini tutmoqchi bo'ldi.78*

Xususan o`y-xayol va fikrlash bilan bog`liq kontekstlarda **(***Fikr qilmoq; xulosa qilmoq; gumon qilmoq; diqqat qilmoq) birikmalari insonning fikrlash holatini ifodalaganligi sabab bu fe'llarni ushbu guruhga kiritish o`rinli deb hisobladik.*

Harakat va javob qaytarish kontekstlarida harakatni ifodalovchi birikmalarda "qilmoq" fe'li oddiy bajarilayotgan harakat yoki faoliyatni bildiradi. Misollar: *ish qilmoq, yordam qilmoq, harakat qilmoq, xizmat qilmoq, sinov qilmoq, hujum qilmoq*. Masalan: *Oila to'ng'ich o'g'il dengiz flotida xizmat qilayotganidan faxrlanadi. Viko-roud, Dalki.49*

- *Harakat qilmoq*: biror fizik yoki intellektual ishni amalga oshirish.
- *Tomosha qilmoq*: biror narsani ko'zdan kechirish, kuzatish.
- *Rioya qilmoq*: qoidalarga yoki tartiblarga amal qilish.
- *Qo'shimcha qilmoq*: qo'lda mavjud narsaga narsa qo'shish, kengaytirish.
- *Tabassum qilmoq*: kulgiga yaqin yengil yuz ifodasini ko'rsatish.
- *Sovg'a qilmoq*: gitar kishiga narsa berish.
- *Xato qilmoq*: xatoga yo'l qo'yish.

Har bir so'z ko'proq aniq vaziyatda turlicha ma'no kasb etishi mumkin. Bu so'zlar ko'pincha o'zbek tilida turli ma'noviy qatlamlarda qo'llanadi va "qilmoq" fe'li ularning amaliy va harakatni ifoda etuvchi sifatlarini ta'kidlaydi

Shuningdek, korpus-analiz metodi orqali BNC, COCA va o'zbek milliy korpusi tahlillarida modal ko'makchilarning zamonaviy qo'llanilish holatlari o'rganilgan. Bu usul "qil" modal ko'makchining ko'p ma'noli holatlarini aniq va empirir tarzda tahlil qilishga imkon yaratadi.

Kognitiv semantika nuqtai nazaridan, "qil" ko'makchisining metaforik va radikal kategoriya prinsiplariga asoslangan ko'p qatlamli ma'nolari tahlil qilingan bo'lib, bu turlicha kontekstlarda turli modallik jihatlarni ifodalashiga sabab bo'ladi.

Stilistik-diskursiv yondashuv esa "qil" modal ko'makchisining nutqdagi emotsional va pragmatik funksiyalarini ochib berishda qo'llanilib, uning kontekstga moslashuvchanligi va modallikdagi moslashuvchan rolini yoritadi.

Umuman olganda, "qil" modal ko'makchisining ko'pma'noliligi o'zbek tilshunosligida yirik nazariy va amaliy izlanishlarga sabab bo'lgan mavzu bo'lib, uni chuqur o'rganish tilning modallik tizimini yanada to'liq tushunishga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Rustamov T. Hozirgi o'zbek adabiy tilida ko'makchilar. Toshkent: Fan, 1965.
2. Rasulov R. O'zbek tilida yordamchi so'zlarning semantik-grammatik xususiyatlari. Toshkent: Fan, 1988.
3. Yeon Sangheum. "O'zbek tilida modal ma'noli ko'makchi fe'llar va ularning koreys tilida ifodalanishi" (PhD dissertatsiyasi, Toshkent davlat sharqshunoslik universiteti, 2022).
4. Жеймс Жойс. Улисс саргузаштлари. Роман. (Рус тилидан И.Ғафуров таржимаси) – Тошкент: «O'ZBEK1STON», 2013, – 526б. https://kh–davron.uz/kutubxona/jahon/2–fevral–Parijda–jeymas–joys–tugilgan–uliss–romani–ilk–bosmaan–chiqan–kun

Тожибоева Шахзода Аъзамжон кизи
Ферганский государственный университет,
Учитель на кафедре практического курса английского языка
https://orcid.org/0009-0006-4501-3202

МЕТАФОРА И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ЭФФЕКТ: КАК БРЭДБЕРИ ВОЗДЕЙСТВУЕТ НА ЧИТАТЕЛЯ

Аннотация. *В статье рассматривается роль метафоры как одного из важнейших средств выражения эмоционального содержания в рассказах Рэя Брэдбери. Автор анализирует, каким образом метафора влияет на восприятие текста, формирует атмосферу и вызывает определённые эмоциональные состояния у читателя. На материале нескольких рассказов писателя выделяются основные типы метафор, их функции и способы воздействия. Делается вывод о том, что именно метафоричность является основой поэтической прозы Брэдбери, направленной на эмоциональное вовлечение читателя.*

Ключевые слова: *метафора, эмоции, художественная атмосфера, рецепция, поэтика, образный язык, психолингвистика, рассказы, повествовательная структура.*

METAPHOR AND EMOTIONAL IMPACT: MECHANISMS OF READER ENGAGEMENT IN RAY BRADBURY'S WORKS

Annotation. *This article explores the role of metaphor as a mechanism of emotional influence in the works of Ray Bradbury. It examines how metaphors create a specific artistic atmosphere, enhance the reader's emotional engagement, and contribute to the rhythm and composition of the text. Special attention is paid to the psycholinguistic aspect of metaphor perception, revealing how figurative language shapes the reader's imagination and emotional state. The study also analyzes examples from Bradbury's short stories to illustrate the interaction between metaphor, style, and narrative structure.*

Keywords: *metaphor, artistic atmosphere, emotional impact, figurative language, psycholinguistics, short stories, narrative structure.*

METAFORA VA HISSIY TA'SIR: REY BREDBERINING ASARLARIDA O'QUVCHINI JALB ETISH MEXANIZMLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada Ray Bredberining asarlarida metaforaning hissiy ta'sir mexanizmi sifatidagi roli yoritilgan. Unda metaforalar qanday qilib o'ziga xos badiiy muhit yaratishi, o'quvchining hissiy ishtirokini kuchaytirishi hamda matnning ritmi va kompozitsiyasiga hissa qo'shishi tahlil qilinadi. Metaforani idrok etishning psixolingvistik jihatiga alohida e'tibor qaratilib, obrazli til o'quvchining tasavvuri va hissiy holatini qanday shakllantirishi ochib beriladi. Tadqiqotda, shuningdek, Bredberining hikoyalaridan olingan misollar orqali metafora, uslub va narrativ tuzilmaning o'zaro ta'siri ko'rsatiladi.*

Kalit so'zlar: *metafora, badiiy muhit, hissiy ta'sir, obrazli til, psixolingvistika, hikoyalar, narrativ tuzilma.*

Введение. Художественная литература выполняет не только познавательную, но и глубоко эмоциональную функцию, формируя переживания, ассоциации и внутренний отклик у читателя. Одним из центральных средств, способных активировать эмоциональную реакцию, является метафора. Она способствует «переносу» значений, раскрывает скрытые связи между объектами и явлениями, создавая богатый образный ряд. В контексте фантастической прозы метафора приобретает особое значение, так как позволяет не только украсить текст, но и расширить границы реальности, привнеся в неё символизм, философское наполнение и экспрес-

сию. В этом плане творчество Рэя Брэдбери представляет собой уникальный пример использования метафоры как инструмента эмоционального воздействия. Его тексты насыщены метафорическими образами, которые не просто описывают явления, но и формируют чувства, переживания, настроения.

Цель данной статьи – рассмотреть, каким образом метафора в рассказах Рэя Брэдбери воздействует на эмоциональное состояние читателя и какие именно функции она выполняет в формировании художественной атмосферы.

Теоретические подходы к изучению эмоционального воздействия метафоры

Исследование метафоры в контексте эмоций возможно с позиций когнитивной лингвистики, психолингвистики и стилистики. С точки зрения когнитивного подхода (Дж. Лакофф и М. Джонсон), метафора – это не просто стилистический приём, а способ концептуализации опыта. Концептуальные метафоры формируют то, как человек воспринимает мир: например, метафора «ЖИЗНЬ – ПУТЕШЕСТВИЕ» структурирует наше мышление о жизненном пути как о маршруте с началом, препятствиями и финалом. С другой стороны, функционально-стилистическая теория (И. Р. Гальперин, Н. Д. Арутюнова) подчёркивает роль метафоры в эмоциональной экспрессии текста. Метафора наделяет абстрактные понятия конкретностью, делает чувства осязаемыми, понятными и легко воспринимаемыми.

В психолингвистике (Г. Гиббс, Р. Герриг) доказано, что метафора активизирует сенсорные образы и эмоциональные зоны мозга. Это значит, что при чтении метафоры читатель не просто понимает, **о чём идёт речь**, а буквально **переживает** описанное. Так достигается высокий уровень эмпатии и вовлечённости. Тексты Брэдбери обладают особой эмоциональной насыщенностью, в основе которой – тонкое психологическое чувствование и умение передавать сложные эмоциональные состояния через образы. Его рассказы охватывают широкий спектр чувств – от тревоги и страха до восторга, умиротворения и светлой грусти.

Брэдбери часто обращается к темам:

- детства и утраты (ностальгия, «Dandelion Wine»),
- одиночества и отчуждения (тревога, «The Pedestrian»),
- гибели человеческой цивилизации (страх, «There Will Come Soft Rains»),
- поиска красоты и смысла (воодушевление, «The Rocket»).

В каждом случае автор использует метафору не просто как украшение, а как средство эмоционального усиления художественной мысли. Для Брэдбери характерна эмоциональная философия: он показывает, что чувства делают человека человеком. В мире, где технологии вытесняют душевность, именно метафора становится голосом чувств.

Метафора как механизм эмоционального воздействия

В прозе Рэя Брэдбери метафора является не просто средством образности, а ключевым инструментом эмоционального моделирования, позволяющим автору направлять переживания читателя. Эффект достигается через совмещение нескольких факторов: точный выбор исходного образа, его эмоциональную окраску и соответствие контексту произведения.

В рассказах Брэдбери можно выделить несколько групп метафор, каждая из которых воздействует на читателя по-своему:

1. Метафоры тревоги и угрозы

Используют образы, связанные с тьмой, холодом, хрупкостью, хищничеством.

Пример: в *"The Veldt"* дом воспринимается как хищник:

“The walls were closing in like the jaws of a trap.”

Здесь физическая угроза («ловушка») переносится на пространство, формируя чувство клаустрофобии.

2. Метафоры ностальгии и утраты

Опираются на ассоциации с теплом, природой, детскими воспоминаниями.

Пример: в *"Dandelion Wine"* летняя ночь - «тёплое дыхание». Это образ, который не требует логических связей, но мгновенно вызывает воспоминания о близости и уюте.

3. Метафоры воодушевления и мечты

Основаны на образах движения вверх, света, полёта, космоса.

Пример: в *"The Rocket"* звёзды уподобляются семенам одуванчиков, улетающим в вечность. Метафора усиливает ощущение бесконечности и романтической устремлённости.

4. Метафоры трагизма и финальности

Присутствуют в произведениях о гибели или исчезновении.

Пример: в *"There Will Come Soft Rains"* дом представлен как «алтарь с десятью тысячами служителей». Это придаёт сцене торжественно-похоронный характер.

Эмоциональное влияние метафоры можно рассмотреть в несколько этапов:

1. Первичный сенсорный отклик

Читатель воспринимает исходный образ на уровне органов чувств. Например, метафора «тёплое дыхание ночи» сразу вызывает ассоциации с теплом кожи, лёгким движением воздуха.

2. Активация ассоциативной памяти

Образ запускает цепочку личных воспоминаний и эмоций. У каждого читателя он «подтягивает» свой набор переживаний, что делает метафору субъективно сильной.

3. Эмоциональная интеграция в сюжет

Когда метафора встроена в ключевой момент повествования (кульминацию или развязку), она усиливает драматический эффект и закрепляет нужное настроение.

Брэдбери часто комбинирует метафору с другими тропами – олицетворением, гиперболой, синестезией – для увеличения эмоциональной насыщенности.

• Олицетворённая метафора:

“The house shuddered, oak bone on bone.” (*"There Will Come Soft Rains"*)

Дом не просто «вибрирует» - он «содрогается», как живое существо, причём его кости - из дуба. Это усиливает ощущение уязвимости и страха.

• Синестетическая метафора:

“The smell of rocket fuel was a song in the night.” (*"The Rocket"*)

Образ объединяет запах и звук, что создаёт эффект полного погружения и эмоциональной яркости.

• Метафора-контраст:

Брэдбери часто помещает нежный, поэтический образ в мрачный или опасный контекст, добиваясь эффекта «сладкой горечи» - так, например, детская комната в *"The Veldt"* описана как «сказочный лес», но этот лес таит в себе угрозу.

Согласно исследованиям Р. Гиббса и П. Саймона, метафоры, содержащие элементы сенсорной конкретики (цвет, температура, текстура), активируют в мозге те же участки, что и реальные ощущения. Это означает, что метафора у Брэдбери «работает» как эмоциональный симулятор: читатель не просто понимает смысл, он чувствует его. (см таб 1)

Таб 1.

№	Тип метафоры	Пример (цитата)	Эмоциональный эффект	Рассказ
1	Визуальная метафора	*"The sky was a sheet of burnt copper"* («Небо было листом обожжённой меди»)	Создаёт ощущение тревоги, апокалиптического напряжения	*There Will Come Soft Rains*
2	Олицетворение	*"The house shivered in its bones"* («Дом дрожал в своих костях»)	Вызывает чувство сострадания и одушевляет неодушевлённое	*The Veldt*
3	Синестетическая метафора	*"Silence fell like a warm blanket"* («Тишина опустилась как тёплое одеяло»)	Передаёт атмосферу уюта и покоя	*The Rocket*
4	Природная метафора	*"Her laughter was like rain on thirsty ground"* («Её смех был как дождь на жаждущую землю»)	Вызывает чувство обновления и радости	*Kaleidoscope*
5	Космическая метафора	*"Memories drifted like stars across the night of his mind"* («Воспоминания дрейфовали как звёзды по ночи его разума»)	Создаёт ощущение бесконечности и ностальгии	*The Illustrated Man*

Психолингвистический аспект восприятия метафоры

Восприятие метафоры – это не только лингвистический, но и психолингвистический процесс, предполагающий сложное взаимодействие когнитивных, эмоциональных и ассоциативных механизмов человеческого сознания. В психолингвистике метафора рассматривается как особый способ переработки информации, при котором читатель интерпретирует переносное значение через призму своего жизненного опыта, культурных знаний и эмоциональных установок (Gibbs, 1994; Lakoff & Johnson, 2003). С точки зрения когнитивной психологии, восприятие метафоры активирует в мозге не только зоны, ответственные за языковую обработку, но и структуры, связанные с образным и эмоциональным мышлением. Нейролингвистические исследования (Bohrn et al., 2012) показали, что при интерпретации метафор происходит более интенсивная активация правого полушария, отвечающего за интеграцию контекстуальных связей и создание целостных образов. Это объясняет, почему метафоры нередко вызывают у читателя более сильный эмоциональный отклик, чем буквальное описание.

В художественных текстах Рэя Брэдбери метафоры играют ключевую роль в формировании эмоционального фона. Автор часто использует их для создания сенсорных образов, которые вовлекают читателя в пространство произведения не только интеллектуально, но и чувственно. Например, метафора *"The sky was the color of blood"* активирует зрительные, ассоциативные и эмоциональные центры восприятия одновременно, вызывая тревогу и предвкушение.

Психолингвистический механизм работы метафоры в данном случае можно представить как трёхступенчатую модель:

1. Декодирование образа – распознавание лексем и установление связи с известными значениями.
2. Интеграция с контекстом – соотнесение метафоры с ситуацией, описанной в тексте.
3. Эмоциональная актуализация – включение личного опыта и ассоциативных цепочек читателя, что приводит к формированию эмоционального отклика.

Таким образом, метафора в прозе Брэдбери выступает не только как элемент художественной выразительности, но и как психолингвистический триггер, способный активировать глубинные слои восприятия и вызвать у читателя интенсивные эмоциональные переживания.

Метафора как элемент ритма и композиции.

В художественных произведениях Рэя Брэдбери метафора выполняет не только семантическую и эмоциональную функции, но и служит важным инструментом организации ритма и композиции текста. Метафоры, встроенные в ткань повествования, создают своеобразные смысловые и интонационные волны, которые помогают автору регулировать темп и эмоциональный тон рассказа. Повторяющиеся образные конструкции формируют лексические рефрены, придавая произведению внутреннюю музыкальность. Например, в рассказах Брэдбери нередко встречаются серии родственных метафор, объединённых одной доминантной темой - огня, света, холода или ветра. Такое повторение не только закрепляет ключевые образы в сознании читателя, но и формирует ритмическую симметрию, подобную строфической организации в поэзии.

Кроме того, метафоры часто выступают в роли композиционных маркеров, обозначающих смену эмоциональных состояний персонажей или переходы между сюжетными эпизодами. Брэдбери умело использует метафору как своеобразный «звуковой» или «зрительный» сигнал, помогающий читателю интуитивно уловить границы смысловых блоков. Синтаксическая структура метафор у Брэдбери также влияет на ритм. Краткие, лаконичные образы ускоряют восприятие, создавая эффект динамики, в то время как развернутые метафорические описания замедляют чтение, погружая в атмосферу созерцания. Такое чередование ускорения и замедления воспринимается как ритмическое дыхание текста, способствующее более глубокому эмоциональному вовлечению читателя.

Таким образом, метафора у Брэдбери - это не только средство художественного выражения, но и структурообразующий элемент, влияющий на восприятие текста на ритмическом и

композиционном уровнях. Она позволяет автору выстраивать гармоничную, целостную художественную атмосферу, где смысл и форма взаимно усиливают друг друга.

Заключение.

Метафора в художественной системе Рэя Брэдбери выступает как универсальный инструмент эмоционального воздействия. Через метафорические образы автор передаёт тончайшие оттенки чувств, формирует атмосферу и вовлекает читателя в эмоционально насыщенный мир. Особая поэтичность прозы Брэдбери объясняется именно тем, что его метафоры не только визуализируют происходящее, но и «проживаются» читателем.

Таким образом, метафора в рассказах Брэдбери выполняет не только эстетическую, но и психолингвистическую функцию, позволяя художественному тексту воздействовать на глубинный эмоциональный уровень читательского восприятия.

Список литературы.

1. Лакофф Дж., Джонсон М. Metaphors We Live By. - Chicago: University of Chicago Press, 1980.
2. Lakoff G. Women, Fire, and Dangerous Things. - Chicago: University of Chicago Press, 1987.
3. Gibbs R. W. The Poetics of Mind: Figurative Thought, Language, and Understanding. - Cambridge: Cambridge University Press, 2006.
4. Holyoak K. J. The Spider's Thread: Metaphor in Mind, Brain, and Poetry.
5. Ortony A. (ed.). Metaphor and Thought. - Cambridge: Cambridge University Press, 1979.
6. Carrol G. Psycholinguistic Approaches to Figuration // Figurative Thought and Language, ed. Augusto Soares da Silva, 2021.
7. Li Y., Guerin F., Lin C. The Secret of Metaphor on Expressing Stronger Emotion. arXiv, 2023.
8. Bradbury R. Dandelion Wine. - NY: Harper & Row, 1957.
9. Chistova S. S. Metaphors of the subsphere "Nature" in the novel "Fahrenheit 451" // Research Result. Theoretical and Applied Linguistics, 2020.
10. Korshunova E. S. Role of metaphors and similes for the literary images creation in the novel by Ray Bradbury "Fahrenheit 451" // Russian Journal of Social Sciences and Humanities, 2023. journal.omga.su
11. Panasenko N., Šestáková M. Biblical Motifs and Allusions in the Short Stories by Ray Bradbury. International Journal of Humanities and Social Science, 2013.
12. Touponce W. Bradbury imagery and Bachelard's notion of reverie.
13. Jaynes M. Bradbury's Little Philosophies: Enhancing Middle and High School Literacy with the Thematic Analysis Model. The New Ray Bradbury Review, 2023.
14. Kermode F. The Sense of an Ending: Studies in the Theory of Fiction. - Oxford: Oxford University Press, 1967.
15. Frye N. Anatomy of Criticism: Four Essays. - Princeton: Princeton University Press, 1957.
16. Wimsatt W. K., Beardsley M. The Intentional Fallacy и The Affective Fallacy.

Хамидова Дилноза
магистр Университет экономики и педагогики,
Азизова Дильфуза
старший преподаватель

ПРИМЕНЕНИЕ СТРУКТУРНО-СЕМАНТИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПОСТРОЕНИЯ СЛОВОСОЧЕТАНИЙ В РУССКОМ И УЗБЕКСКОМ ЯЗЫКАХ В ПРОЦЕССЕ РАЗВИТИЯ КРЕАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИНТЕРАКТИВНЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ

Аннотация. *Статья посвящена исследованию структурно-семантических особенностей построения словосочетаний в русском и узбекском языках и их целенаправленному применению в процессе подготовки будущих учителей с использованием интерактивных методов обучения. Рассматриваются типы синтаксической связи, характерные для каждого языка, и их семантические функции. Особое внимание уделено сопоставительному анализу структур, выявлению сходств и различий, а также методическим приёмам интеграции данных знаний в педагогическую практику. На основе педагогического эксперимента показано, что использование интерактивных методов, таких как дискуссии, проектная работа и кейс-методы, способствует развитию креативных способностей студентов, повышает вариативность их речевых конструкций и формирует устойчивую билингвальную компетенцию.*

Ключевые слова: *словосочетание, структурно-семантические особенности, русский язык, узбекский язык, интерактивные методы, билингвальная компетенция, креативные способности, сравнительно-сопоставительный анализ.*

RUS VA O'ZBEK TILLARIDA SO'Z BIRIKMALARINI TUZISHNING STRUKTUR-SEMANTIK XUSUSIYATLARIDAN FOYDALANISHNING BO'LAJAK O'QITUVCHILARNING KREATIV QOBILIYATLARINI INTERFAOL O'QITISH METODLARI YORDAMIDA RIVOJLANTIRISH JARAYONIDAGI AHAMIYATI

Annotatsiya. *Maqola rus va o'zbek tillaridagi so'z birikmalarining tuzilish-semantik xususiyatlarini hamda ularni kelajakdagi o'qituvchilarni tayyorlash jarayonida interaktiv o'qitish metodlaridan foydalangan holda maqsadli qo'llash masalasini tadqiq etishga bag'ishlangan. Har bir tilga xos bo'lgan sintaktik bog'lanish turlari va ularning semantik funksiyalari ko'rib chiqiladi. Tuzilmalarni qiyosiy tahlil qilish, o'xshash va farqli jihatlarni aniqlash, shuningdek, ushbu bilimlarni pedagogik amaliyotga integratsiya qilishning metodik usullariga alohida e'tibor qaratiladi. Pedagogik tajriba asosida ko'rsatilishicha, munozaralar, loyiha ishlari va keys-usullar kabi interaktiv metodlardan foydalanish talabalarning ijodiy qobiliyatlarini rivojlantiradi, ularning nutqiy konstruksiyalari variativligini oshiradi va barqaror ikki tilli kompetensiyani shakllantiradi.*

Kalit so'zlar: *so'z birikmasi, tuzilish-semantik xususiyatlar, rus tili, o'zbek tili, interaktiv metodlar, ikki tilli kompetensiya, ijodiy qobiliyatlar, qiyosiy tahlil.*

THE APPLICATION OF STRUCTURAL AND SEMANTIC FEATURES OF WORD COMBINATION FORMATION IN RUSSIAN AND UZBEK LANGUAGES IN THE PROCESS OF DEVELOPING CREATIVE ABILITIES OF FUTURE TEACHERS THROUGH THE USE OF INTERACTIVE TEACHING METHODS

Abstract. *The article examines the structural and semantic features of phrase construction in Russian and Uzbek and their targeted application in training future teachers through interactive teaching methods. It discusses the types of syntactic connections typical for each language and their semantic functions. Special emphasis is placed on the comparative analysis of structures, identifying similarities and differences, and methodological approaches for integrating this knowledge into pedagogical practice. Based on a pedagogical experiment, it is shown that the use of interactive methods,*

such as discussions, project work, and case studies, fosters students' creative abilities, increases the variability of their speech patterns, and develops sustainable bilingual competence.

Keywords: *phrase, structural and semantic features, Russian language, Uzbek language, interactive methods, bilingual competence, creative abilities, comparative analysis.*

Введение. В последние десятилетия в методике преподавания языков всё большее значение приобретает интеграция лингвистической теории и педагогической практики. Одной из таких междисциплинарных точек пересечения является изучение структурно-семантических особенностей построения словосочетаний в сопоставительном аспекте и их целенаправленное использование в обучении будущих педагогов.

Словосочетание как синтаксическая единица представляет собой минимальное сочетание двух или более знаменательных слов, связанных подчинительной связью, где одно слово является главным, а другое - зависимым [Виноградов, 1986]. При этом структура и семантика словосочетаний в разных языках могут существенно различаться. Для будущего учителя владение знаниями о специфике построения словосочетаний в русском и узбекском языках позволяет не только грамотно выстраивать собственную речь, но и обучать этому своих учеников.

В многоязычной образовательной среде особое значение приобретает развитие билингвальной компетенции, обеспечивающей гибкое владение родным и иностранным языками и их эффективное применение в различных коммуникативных ситуациях.

Важную роль играет внедрение интерактивных методов обучения - дискуссий, проектной работы, ролевых игр, цифровых ресурсов, - которые способствуют формированию творческих и аналитических навыков, активному вовлечению студентов и развитию коммуникативной компетенции.

Необходимость развития креативного мышления у будущих учителей связана с умением создавать и адекватно использовать новые языковые конструкции, адаптируя их к конкретным условиям общения. Знание структурно-семантических особенностей словосочетаний на двух и более языках становится важным инструментом профессиональной гибкости и речевого мастерства.

Интеграция лингвистического анализа словосочетаний с интерактивными методами обучения выступает эффективной стратегией формирования креативных компетенций, позволяя углублять лингвистические знания, развивать умение их практического применения и готовить педагогов к успешной работе в современных условиях.

Обзор литературы. В русской лингвистике понятие словосочетания подробно разрабатывалось в трудах А.А. Шахматова, В.В. Виноградова, Н.Ю. Шведовой. Согласно их классификации, словосочетания делятся по типу связи на согласование, управление и примыкание. Эти типы связи определяют как грамматическую структуру словосочетания, так и его семантические характеристики [Виноградов, 1986].

В узбекской грамматической традиции, представленной исследованиями А. Мадрахимова и Х. Дадабаева, особое внимание уделяется агглютинативной природе языка, при которой синтаксические отношения часто выражаются аффиксами, а порядок слов играет важную роль в определении смысла [Мадрахимов, 2012].

Сравнительно-сопоставительный метод в синтаксисе применялся для выявления сходств и различий в структурах словосочетаний разных языков. Например, Назаров (2015) подчёркивает, что в русском языке наблюдается большая свобода в расположении компонентов словосочетания, тогда как в узбекском языке порядок слов относительно фиксирован, что обусловлено синтаксическими и морфологическими особенностями.

Педагогические исследования (Кларин, 2011; Johnson, 1994) доказывают, что интерактивные методы обучения (ИМО) стимулируют развитие критического мышления и творческих способностей, так как вовлекают обучающихся в активное взаимодействие. В лингвистической подготовке ИМО позволяют не просто передавать знания, но и формировать умения их творческого применения в речи.

Методология исследования

В основе исследования лежит сочетание лингвистических и педагогических методов.

Сравнительно-сопоставительный анализ структурно-семантических особенностей словосочетаний в русском и узбекском языках. Анализировались модели, характерные для каждого языка, и способы их функционирования в речи.

Пример: рус. «глубокая ночь» (согласование) - узб. «туннинг ўрталари» (конструкция с послелогом).

Эксперимент проводился на базе педагогического университета, где две группы студентов изучали одну и ту же тему: контрольная группа по традиционной методике, экспериментальная - с применением интерактивных методов (дебаты, проектная работа, парные задания).

Проводилась оценка оригинальности, точности и выразительности построенных словосочетаний, а также способности студентов создавать новые, нестандартные комбинации.

Использовались анкеты для выявления отношения студентов к интерактивным методам и самооценки развития их креативных способностей.

Основная часть. В русском языке выделяются три основных типа синтаксической связи между компонентами словосочетания.

Согласование проявляется в том, что зависимое слово изменяется в роде, числе и падеже в соответствии с главным словом. Например: *синее небо* - прилагательное *синее* согласуется с существительным *небо* по всем грамматическим категориям.

Управление заключается в том, что главное слово требует определённой формы зависимого, например: *читать книгу* - глагол *читать* требует винительного падежа от существительного *книга*.

Примыкание характерно для случаев, когда зависимое слово неизменяемо и присоединяется по смыслу и порядку слов, например: *очень красиво*.

В узбекском языке типология связей имеет свои особенности.

Аффиксальное управление выражается в присоединении зависимого слова через аффиксы, например: *китоб ўқиш* - существительное в исходной форме сочетается с отглагольным существительным.

Примыкание через порядок слов предполагает, что зависимое слово, чаще всего прилагательное, предшествует главному: *катта уй* (буквально «большой дом»).

Постпозиционные конструкции формируются с использованием послелогов: *уй олдида* - существительное *уй* с послелогом *олдида* образует конструкцию «перед домом».

Значение словосочетания формируется сочетанием лексических значений слов и их грамматических форм. В русском языке изменение порядка слов часто меняет акцент или оттенок смысла. Так, *старая школа* указывает на возраст здания, а *школа старая* - на его текущее состояние. В узбекском языке подобные смысловые сдвиги выражаются, как правило, через использование аффиксов или уточняющих слов. Например: *эски мактаб* и *мактаб жуда эски* - первая конструкция обозначает «старую школу» как объект, вторая - акцентирует, что «школа очень старая».

Интерактивные методы обучения создают условия для активного участия студентов в построении словосочетаний, их анализе и практическом применении.

При кейс-методе студенты работают с текстами, выявляют стандартные словосочетания и заменяют их более выразительными, что развивает креативность и языковое чутьё.

В проектной работе создаются двуязычные глоссарии, содержащие модели словосочетаний с их структурными и семантическими характеристиками.

В ходе дискуссий обучающиеся обсуждают вопросы эквивалентности и адекватности перевода словосочетаний, что способствует развитию критического мышления и умения аргументировать свою точку зрения.

Применение интерактивных методов обучения в экспериментальной группе привело к заметному росту вариативности построения словосочетаний. Студенты начали чаще использовать оригинальные и нестандартные конструкции, избегая калькирования и речевых штампов.

Заключение. Проведённый сравнительный анализ структурно-семантических особенностей построения словосочетаний в русском и узбекском языках, а также их целенаправленное применение в образовательной практике будущих учителей с использованием интерактивных методов обучения подтвердил высокую эффективность комплексного подхода. Данное исследование показало, что систематическая работа со структурой и смыслом словосочетаний на материале двух языков способствует не только углублённому пониманию языковых закономерностей, но и формированию навыков их осознанного и вариативного применения в речи.

Интерактивные методы обучения в данном контексте проявили себя как действенный инструмент, обеспечивающий активное вовлечение студентов в процесс познания и творческого поиска. Они способствуют интеграции теоретических знаний с практическими умениями, формируют умение гибко и адекватно использовать языковые ресурсы в различных коммуникативных ситуациях, развивают креативное и критическое мышление, а также усиливают мотивацию к дальнейшему языковому и профессиональному росту.

Результаты эксперимента показали, что студенты, обучавшиеся по методике, сочетающей лингвистический анализ и интерактивные формы работы, демонстрировали более высокую вариативность и выразительность речевых конструкций, избегали речевых штампов и механического калькирования. Это подтверждает, что подобная интеграция теории и практики позволяет готовить педагогов, способных эффективно функционировать в многоязычной образовательной среде.

Перспективы дальнейших исследований заключаются в расширении предмета анализа за пределы простых словосочетаний и включении в поле изучения фразеологических единиц, устойчивых сочетаний и идиоматических конструкций. Такой подход позволит глубже раскрыть механизмы взаимодействия структурного и семантического уровней языка, обогатить методический инструментарий и сформировать у будущих педагогов способность к более тонкому и выразительному использованию языковых средств в устной и письменной речи. Включение данных аспектов в образовательный процесс будет способствовать комплексному развитию билингвальной компетенции и профессиональной речевой культуры учителя.

Список литературы.

1. Виноградов В. В. *Основы русского синтаксиса*. - М.: Высшая школа, 1986. - 312 с.
2. Шахматов А. А. *Синтаксис русского языка*. - М.: Учпедгиз, 1957. - 496 с.
3. Шведова Н. Ю. (ред.). *Русская грамматика*. - М.: Наука, 1980. - Т. 1–2.
4. Комиссаров В. Н. *Теория перевода (лингвистические аспекты)*. - М.: Высшая школа, 1990. - 253 с.
5. Швейцер А. Д. *Теория перевода: статус, проблемы, аспекты*. - М.: Наука, 1988. - 215 с.
6. Назаров Н. *Сравнительная грамматика русского и узбекского языков*. - Ташкент: Фан, 2015. - 280 с.
7. Мадрахимов А. *Синтаксик бирликлар ва уларнинг хусусиятлари*. - Тошкент: Фан, 2012. - 198 б.
8. Дадабаев Х. *Ҳозирги ўзбек адабий тилининг синтаксиси*. - Тошкент: Ўқитувчи, 2008. - 254 б.
9. Кларин М. В. *Инновации в обучении: метафоры и модели*. - М.: Наука, 2011. - 172 с.
10. Джонсон Д. У., Джонсон Р. Т. *Кооперативное обучение в классе*. - М.: Просвещение, 1994. - 148 с.
11. Richards J. C., Rodgers T. S. *Approaches and Methods in Language Teaching*. - Cambridge: Cambridge University Press, 2014. - 404 p.
12. Larsen-Freeman D. *Techniques and Principles in Language Teaching*. - Oxford: Oxford University Press, 2000. - 189 p.
13. Nation I. S. P. *Learning Vocabulary in Another Language*. - Cambridge: Cambridge University Press, 2001. - 477 p.

Jumanova Shahnoza Ikromjonovna
Qo'qon universiteti dotsenti, Phd
e-mail: shahnozajumanova13081989@gmail.com

TABIAT VA INSON: XURSHID DAVRON LIRIK QAHRAMONI DUNYOQARASHIDA UYG'UNLIK

Annotatsiya. *Maqolada Xurshid Davron ijodida tabiat va inson o'rtasidagi estetik, ruhiy va falsafiy uyg'unlik masalasi atroflicha tahlil qilinadi. Shoirning she'riy asarlarida tabiat lirik qahramonning ichki kechinmalari, kayfiyati va falsafiy qarashlarini aks ettiruvchi kuchli poetik vosita sifatida namoyon bo'lishi, ayniqsa, shamol, yomg'ir, osmon, yulduzlar, fasllar kabi tabiat obrazlari orqali inson qalbining holatlari poetik mahorat bilan ifodalangan. Shuningdek, tabiat tasviri orqali milliy ruh va tarixiy xotira ifodalanishi, shoirning Vatanga, o'z milliy ildizlariga bo'lgan muhabbati estetik ramzlar orqali berilishi alohida tahlil qilinadi. Tabiatdagi abadiylik va insondagi foniylik o'rtasidagi ziddiyat lirik qahramonning hayot, vaqt va borliq haqidagi mushohadalari bilan uyg'unlikda ko'rsatiladi. Shu nuqtai nazardan, tabiat nafaqat tashqi manzara, balki insonning ichki olamini ochuvchi, uni mukammallikka yetaklovchi badiiy-falsafiy makondir. Tadqiqot natijasida Xurshid Davron ijodida tabiat va inson bir-birini to'ldiruvchi, o'zaro uyg'unlashgan obrazlar tizimi sifatida qaralib, shoir poetikasining asosiy g'oyaviy-estetik xususiyatlaridan biri sifatida namoyon bo'lishi ilmiy asoslangan holda ko'rsatib berilgan.*

Kalit so'zlar*: tabiat tasviri, lirik qahramon, inson va tabiat uyg'unligi, poetika, milliy ruh, falsafiy qarashlar, abadiylik va foniylik, she'riyat, tabiat va insonning badiiy ifodasi, o'zbek adabiyoti, estetik tafakkur, tabiat obrazlari.*

ПРИРОДА И ЧЕЛОВЕК: ГАРМОНИЯ В МИРОВОЗЗРЕНИИ ЛИРИЧЕСКОГО ГЕРОЯ ХУРШИДА ДАВРОНА

Абстрактный. *В статье всесторонне анализируется проблема эстетической, духовной и философской гармонии природы и человека в творчестве Хуршида Даврона. В поэтических произведениях поэта природа выступает как мощное поэтическое средство, отражающее внутренние переживания, настроения и философские взгляды лирического героя, а состояния человеческой души выражены с поэтическим мастерством, особенно через образы природы, такие как ветер, дождь, небо, звезды, времена года. Отдельно анализируется выражение национального духа и исторической памяти через изображение природы, а также любовь поэта к Родине и своим национальным корням через эстетические символы. Контраст между вечностью в природе и смертностью в человеке показан в гармонии с наблюдениями лирического героя о жизни, времени и бытии. С этой точки зрения природа - это не только внешний ландшафт, но и художественно-философское пространство, раскрывающее внутренний мир человека, ведущее его к совершенству. В результате исследования научно доказано, что в творчестве Хуршида Даврона природа и человек рассматриваются как система взаимодополняющих, гармоничных образов и проявляются как одна из основных идейно-эстетических особенностей поэтики поэта.*

Ключевые слова*: образ природы, лирический герой, гармония человека и природы, поэтика, национальный дух, философские воззрения, вечность и смертность, поэзия, художественное выражение природы и человека, узбекская литература, эстетическая мысль, образы природы.*

NATURE AND MAN: HARMONY IN THE WORLDVIEW OF KHURSHID DAVRON'S LYRIC HERO

Abstract. *The article analyzes in detail the issue of aesthetic, spiritual and philosophical harmony between nature and man in the work of Khurshid Davron. In the poet's poetic works, nature is manifested as a powerful poetic tool that reflects the inner experiences, mood and philosophical*

views of the lyrical hero, especially through images of nature such as wind, rain, sky, stars, seasons, the states of the human soul are expressed with poetic skill. Also, the expression of the national spirit and historical memory through the image of nature, the poet's love for the Motherland, his national roots through aesthetic symbols are separately analyzed. The conflict between eternity in nature and mortality in man is shown in harmony with the lyrical hero's observations about life, time and existence. From this point of view, nature is not only an external landscape, but also an artistic and philosophical space that reveals the inner world of man, leading him to perfection. As a result of the research, it was scientifically proven that in the work of Khurshid Davron, nature and man are considered as a system of complementary, harmonious images, and are manifested as one of the main ideological and aesthetic features of the poet's poetics.

***Keywords**: image of nature, lyrical hero, harmony of man and nature, poetics, national spirit, philosophical views, eternity and mortality, poetry, artistic expression of nature and man, Uzbek literature, aesthetic thinking, images of nature*

Kirish. Tabiat va inson o'rtasidagi munosabatlar insoniyat tarixida doimo markaziy mavzulardan biri bo'lib kelgan. Filosoflar, adabiyotshunoslar va ekologlar tabiatni inson hayotining ajralmas qismi, uning ruhiy va jismoniy holatini shakllantiruvchi asosiy omil sifatida ko'rgan. Falsafa tarixida tabiat va inson o'rtasidagi uyg'unlik masalasi ko'pdan-ko'p muhokama qilindi. Ayniqsa, klassik G'arb falsafasida tabiat insonni mukammallikka yetaklovchi, uning ichki dunyosini tushunishga yordam beruvchi muhim vosita sifatida talqin etilgan. Aristotelning "Tabiat insonni o'zligini anglashga yordam beradi" - degan fikri bu yondashuvni aniq tasvirlaydi. Fransuz faylasufi Jan Jak Russo tabiat va inson munosabatlarini, ayniqsa, tabiiy holatdagi insonning mukammalligi nuqtai nazaridan o'rgangan. U "Inson tabiatda o'zining eng mukammal holatiga erishadi, lekin jamiyat unga beqarorlik, murakkablik va ma'naviy zaiflikni olib keladi", shuningdek, "Tabiat insonni erkin va baxtli qiladi, lekin jamiyat uni bo'ysundiradi" deb, tabiatning insonning tabiatini shakllantirishdagi rolini nazarda tutgan.

O'zbek adabiyotida ham tabiat va inson o'rtasidagi muhim aloqalar ko'p vaqt davomida o'rganilgan. Adabiyotshunoslar, xususan, O'zbekistonda, tabiatni insonning ichki holatini aks ettiruvchi obraz sifatida talqin qilishadi. Shunday qilib, tabiat inson ruhiyatining ko'zgusi, uning kayfiyatini va falsafiy qarashlarini tasvirlaydigan badiiy vosita bo'lib xizmat qiladi. Shoirlar tabiatni nafaqat tashqi dunyo, balki insonning ichki olamini, ma'naviy qadr-qimmatini anglash va ifodalash vositasi sifatida ko'rganlar. O'zbek adabiyotining muhim vakillaridan biri bo'lgan Cholpon tabiat va inson o'rtasidagi munosabatni falsafiy jihatdan yoritib, o'zining she'rlarida tabiat obrazlari orqali insonning hayotiy izlanishlarini va ma'naviy kurashini ifodalagan. U tabiatni "insonning ichki olamini, his-tuyg'ularini anglashda yordam beruvchi muhim vosita" sifatida tasvirlagan. Cholponning she'riyati orqali tabiat va inson bir-birini to'ldiruvchi, o'zaro uyg'unlashgan tizim sifatida ko'rinadi. "Tabiat – insonning ma'naviy kamoloti uchun eng yaxshi makon", degan fikrni bildirgan.

Shuhrat o'zining badiiy asarlarida tabiat va insonning o'zaro aloqasini milliy g'urur va kishilik qadriyatlari bilan bog'laydi. U tabiatni insonning baxti va xotirjamligini ta'minlovchi kuch sifatida tasvirlaydi. Shuhrat "Tabiat insonning ichki muvozanatini saqlashga yordam beradi. Inson va tabiatning uyg'unligi nafaqat tashqi, balki ichki dunyo tinchligini ham ta'minlaydi", deb yozgan. Uning she'rlari tabiatning inson ruhiyatidagi o'rni va uning ma'naviy rivojlanishdagi ahamiyatini o'zida mujassam etadi.

Xurshid Davron - zamonaviy o'zbek adabiyotining yorqin vakillaridan biri bo'lib, uning she'riyati o'zbek xalqining tarixiy xotirasini, milliy an'analari va tabiatga bo'lgan estetik munosabatini chuqur tasvirlaydi. Shoirning she'rlarida tabiat obrazlari nafaqat tashqi manzara sifatida, balki insonning ichki olami, ruhiy holatlari va falsafiy mushohadalarining ifodasi sifatida namoyon bo'ladi. Tabiat va inson o'rtasidagi o'zaro uyg'unlik Xurshid Davronning poetikasining markazida turadi, bu esa uning she'riy asarlarini yanada chuqurroq va ma'naviy boy qiladi.

Shoir tabiatni faqat tashqi dunyo sifatida ko'rmasdan, uning badiiy talqinini insonning ruhiy holati, ichki kechinmalari va umumbashariy mavjudlik haqidagi mulohazalari bilan bog'laydi.

Xurshid Davronning she'rlari orqali tabiat tasvirlari insonning his-tuyg'ulari, g'am-tasavvurlari va ma'naviy izlanishlari bilan o'zaro uzviy bog'liqdir. U tabiatning har bir unsuri - shamol, daryo, yulduz, osmon, fasllar kabi obrazlarni o'zining lirikasida nafaqat tabiiy hodisalar sifatida, balki inson qalbining aks-sadosi sifatida tasvirlaydi.

Xurshid Davron lirikasi haqida yozilgan ilmiy va badiiy-tanqidiy adabiyotlar, asosan, shoirning obrazlar olami, tarixiy poetikasi, falsafiy-fikriy qatlamlari va lirik qahramonining ichki olamini tahlil qilishga qaratilgan. Ularning ko'pchiligi lirik asarlarda tabiat va inson orasidagi uyg'unlikni izohlashda muhim nazariy asos bo'lib xizmat qiladi.

Shoirning ko'plab she'rlarida quyosh, shamol, daraxt, yomg'ir, tun, tong kabi tabiat unsurlari inson tuyg'ulari bilan bevosita bog'langan. Masalan, tong yorishishini umid timsoli sifatida, quyosh nurlarini esa sevgining iliqligi va pokligi sifatida talqin qiladi. Bu orqali Xurshid Davron tabiat manzaralariga nafis poetik ohang bag'ishlabgina qolmay, balki ular orqali inson qalbining eng nozik qatlamlariga kirib boradi.

Shoir uchun tabiat - bu ichki dunyoning ko'zgusi. Inson va tabiat o'rtasidagi uyg'unlik, hamohanglik uning lirik qahramoni uchun ruhiy osoyishtalik, ma'naviy poklanish manbaidir. Ayniqsa, Xurshid Davronning "Qor", "Kuzgi bog'", "Yomg'ir ostida", "Ko'hna bog'lar" kabi she'rlarida tabiat hodisalari orqali inson ruhiyatidagi o'zgarishlar, iztiroblar va umidlar mahorat bilan ifodalanadi.

Shoir tabiatga tasanno aytish yoki uni yuksaltirishni maqsad qilmaydi. U tabiatni inson hayoti va ruhiy kechinmalarining bir qismi sifatida ko'radi. Bu jihat, ayniqsa, zamonaviy insonning tabiatdan begonalashgan hayoti fonida yanada dolzarb ko'rinadi. Xurshid Davron lirik qahramoni esa tabiat bilan uyg'unlikda yashashga, undan ilhom olishga, unga quloq tutishga intiladi.

Shuningdek, uning ijodida tarixiy manzara va tabiat obrazlari uyg'unlashadi. Masalan, qadimiy shaharlar, sahrolar, tog'lar yoki daryolar orqali o'tmish xotirasi va bugungi inson ruhiyati o'rtasida badiiy bog'liqlik yaratiladi. Bu uyg'unlik esa inson va tabiat o'rtasidagi abadiy aloqani tasdiqlaydi.

Shu bois, Xurshid Davron she'riyati - bu inson va tabiat o'rtasidagi ma'naviy bog'liqlikni ifodalovchi nozik va chuqur falsafiy badiiyat namunasi sifatida qaraladi. Uning ijodida tabiat inson ruhiyatining ajralmas qismiga aylangan.

Metodologiya

Biz tadqiqotimiz mobaynida Xurshid Davronning lirik asarlarida tabiat va inson o'rtasidagi uyg'unlikni lirik qahramon dunyoqarashi asosida o'rganish maqsad qilganmiz. Shu munosabat bilan tadqiqotda kontekstual-tahliliy va poetik-psixologik metodlar asos qilib olingan. She'r tahlilida obrazlar tizimi, lirik qahramonning ichki kechinmalari, tabiat tasvirining semantik yuklamasi va ularning o'zaro uyg'unlikda shakllanishiga e'tibor qaratiladi.

Asosiy metod sifatida kvalitativ (sifat) tahlil usuli tanlandi. Bu usul orqali she'r matnida yashiringan g'oya, fikr, ruhiy holat va obrazlar o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik aniqlanadi. Tadqiqot davomida

Masalan, "Bahor" she'rida lirik qahramon tabiat uyg'onishi bilan o'zining ichki kechinmalarini uyg'un holda tasvirlaydi:

"Ko'klam keldi, yuragimda uyg'ondi qushlar,
Shabnamday toza tuyg'ular ko'ksimda uchdi..."[1]

Bu parcha lirik qahramon dunyoqarashida tabiat holatining ruhiy yangilanish bilan uyg'un holda namoyon bo'lishini anglatadi. Tabiat lirik qahramon uchun tashqi manzara emas, balki ruhiy holatning timsoli sifatida paydo bo'ladi.

Shuningdek, "Ko'hna Samarqand" she'rida tarixiy va ruhiy uyg'unlik orqali inson, tabiat va vaqt o'rtasidagi mushtaraklik tasvirlanadi. Bu esa Xurshid Davron poetikasida mistik-falsafiy uyg'unlikning mavjudligini ko'rsatadi.

"Ko'kda bulut yuradi pinhon,
Yuragimda esa - xazon..."[2]

[1] Davron, X. (1981). Tungi bog'lar. Toshkent: Yosh Gvardiya.B-123
[2] Davron, X. (2014). Qirq oy oldin. Toshkent: Yangi asr avlodi. B-45

Bu misralarda ko'kdagi bulut - tashqi tabiat obrazidir, yurakdagi "xazon" esa ichki kechinma sifatida talqin etiladi. Bu orqali inson holati va tabiat o'zaro uyg'un holda ifodalangan. Yana bir misolda:

"Sokin kechani tinglar yelkam,
Jimjimador yulduzlar bilan..."[1]

Shoir kechaning sokinligi orqali ichki ruhiyatning osoyishtaligini ko'rsatadi. Lirik qahramon va tabiat bir butun holatda - bu uyg'unlik metodologik jihatdan antropotsentrik yondashuv doirasida talqin qilinadi.

Tahlil davomida sifatli kontent tahlili usuli asosida tanlangan she'rlar tematik jihatdan guruhlanib, inson-tabiat munosabatlari kontekstida poetik struktura va obrazlar tizimi tahlil qilindi. Har bir obraz lirik qahramonning dunyoqarashidagi izchil semantik yuk bilan ko'rilib chiqildi.

Muhokama va natijalar

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, Xurshid Davron lirikasi zamonaviy o'zbek she'riyatida tabiat va inson uyg'unligining teran ifodasidir. Shoirning lirik qahramoni tashqi olam - tabiat hodisalari orqali o'z ichki kechinmalarini ifoda etadi. Bu uyg'unlik Xurshid Davron she'rlarida odatiy tabiat tasvirlaridan farqli o'laroq, inson ruhiyatining falsafiy va poetik metaforasi sifatida namoyon bo'ladi.

Misol uchun, "Qirq oy oldin" to'plamidagi quyidagi misralarda:

"Daraxtlar daryoga suyanib uxlar,
Ko'nglim ham shunday kechani quchar..."[2]

bu yerda tabiatda bo'layotgan sokinlik - lirik qahramonning ruhiy tinchligi bilan uyg'unlashgan. Bu uyg'unlikni ekzistensial lirika deb baholash mumkin. Shuningdek, Xurshid Davronning "Jannatga yo'l" to'plamidagi quyidagi misralar:

"Ko'kda yulduz o'chsa yuragim titrar,
Tungi shamol ko'nglimni silab o'tar."[3]

inson va tabiat o'rtasidagi his-tuyg'u birligi, ya'ni emotsional parallelizm vositasida badiiy ifodalangan. Bu holatni o'zbek lirikasidagi yangi poetik ko'rinish sifatida baholash mumkin.[4] Muhokama davomida aniqlanishicha: Xurshid Davron lirikasi tabiatni passiv manzara emas, balki faol metaforik obraz sifatida tasvirlaydi. Shoir tabiatni ruhiy holatlarni anglatuvchi poetik kodga aylantiradi. Lirik qahramonning dunyoqarashida tabiat bilan uyg'unlik hayot falsafasi va ruhiy barkamollik mezoni sifatida tushuniladi. Bu natijalar o'zbek she'riyati doirasida inson-tabiat munosabatining chuqur badiiy talqinini namoyon etadi hamda Xurshid Davron ijodining gumanistik va falsafiy mohiyatini ko'rsatadi.

Xulosa

Xurshid Davron lirikasida tabiat va inson o'rtasidagi uyg'unlik, ular orasidagi ichki ruhiy hamohanglik badiiy jihatdan teran ifoda etiladi. Shoir lirik qahramoni qalbi orqali tabiat hodisalariga falsafiy yondashadi, ularni inson kechinmalari bilan uyg'unlashtiradi. Tadqiqot natijasida Xurshid Davron she'riyatidagi tabiat tasvirlari, inson ruhiy olami bilan bog'liq poetik timsollar va estetik ifoda vositalari tahlil qilinar ekan, shoir lirik qahramonining dunyoqarashi tabiat bilan doimiy ichki muloqotda shakllanishi isbotlandi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, Xurshid Davron ijodidagi tabiat obrazlari shunchaki manzara emas, balki insoniy kechinmalar, umuminsoniy qadriyatlar, hayot haqidagi falsafiy mushohadalarning badiiy ko'rinishi sifatida namoyon bo'ladi. Shoir lirik qahramoni tabiat orqali o'zini, hayotni, borliqni anglaydi va o'quvchini ham ana shunday tafakkurga chorlaydi. Demak, Xurshid Davron poetikasida tabiat va inson bir-birini to'ldiruvchi, uyg'un holda mavjud bo'lgan tushunchalar sifatida qaraladi va bu holat uning she'riyati mazmun-mohiyatining asosiy qatlamini tashkil etadi.

---

[1] O'sha manba B-63

[2] Davron, X. (2014). Qirq oy oldin. Toshkent: Yangi asr avlodi.B-52

[3] Rasulov, I. (2018). O'zbek she'riyatida zamonaviy lirik qahramonning shakllanishi. O'zbek tili va adabiyoti, 4, 45–50. B-38

[4] Yo'ldoshev, B. (2020). Lirika va tabiat obrazlari uyg'unligi: badiiy tahlil. Adabiy jarayon, 1(2), 33–39.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Davron, X. (1981). Tungi bog'lar. Toshkent: Yosh Gvardiya.
2. Davron, X. (2014). Qirq oy oldin. Toshkent: Yangi asr avlodi
3. Ikromjonovna, J. S. (2023). Peyzajning ijtimoiy-psixologik motivni anglatishdagi o 'rni. Qo'qon universiteti xabarnomasi, 1, 97-99.
4. Rasulov, I. (2018). O'zbek she'riyatida zamonaviy lirik qahramonning shakllanishi. O'zbek tili va adabiyoti
5. Ikromjonovna, J. S. (2023). The role of folk tales and epic motives in the poetry of usman azim. Open Access Repository, 9(4), 545-548.
6. Yo'ldoshev, B. (2020). Lirika va tabiat obrazlari uyg'unligi: badiiy tahlil. Adabiy jarayon, 1(2), 33–39.
7. Jumanova , S. (2023). Autumn motif in the poetry of usman azim. Scientific Journal of the Fergana State University, 28(2), 29.

“BUXORO XALQARO UNIVERSITETI ILMIY AXBOROTNOMASI”

Ilmiy-amaliy jurnalida maqolalar chop ettirish tartiblari haqida

1. Ilmiy maqolalarning hajmi 3000-4000 so’zdan iborat bo’lishi kerak.

2. Maqolaning asosida matnning kamida 60-70 % muallifning shaxsiy izlanishlari natijasiga asoslanishi lozim (topshirilgan maqolalar “Antiplagiat” tizimi yordamida tekshiriladi).

3. Maqolaning matni, formula va jadvallarni **Microsoft *Word* (*2003-2010 versiyasida*)** dasturidan foydalanib tayyorlash kerak.

4. Windows asosidagi matn *dasturi redaktorining parametrlari*:

- 2 sm dan standart hoshiyalar qolishi kerak;
- shrift Times New Roman, kegel – 12;
- satrlar orasidagi interval – 1 sm.;
- matnni kengligi bo’yicha tekislash;
- abzats 1 sm;
- sahifani tanlash uchun oriyentatsiya – kitob sahifasi;
- MS Word dasturi yordamida ishlangan rasmlar qabul qilinmaydi. Barcha rasmlar va jadvallar nomerlanishi, nomlanishi hamda manbaasi ko’rsatilishi shart.

5. Grafik va diagrammalar oq-qora formatda bo’lishi zarur.

***Ilmiy maqolaning tuzilishiga nisbatan ilgari suriladigan talablar*:**

1. Muallifning ORCID raqami bo’lishi shart.

2. Maqolaning nomi 12 so’zdan oshmasligi kerak va UDK raqamlari bo’lishi lozim.

3. Maqola muallif(lar)i ismi-sharifi; ilmiy unvoni, darajasi, oliy ta’lim muassassi (*tashkilot*)ning nomi, ish joyi, egallab turgan lavozimi, ish joyi manzili (*qisqartmalar ishlatilmasin!*). Mualliflar bir nechta bo’lsa ularning har biri haqida to’liq ma’lumotlar berilishi shart; (barcha ma’lumotlar 3 tilda:o’zbek, rus, ingliz tillarida bo’lishi shart)

4. Material matni tuzilishi jihatidan

Kirish

Metodlar

Natijalar va Munozara (Introduction, Methods, Results, and Discussion, Conclusion)ga ajratilishi, har bir bo’limi uchun sarlavhalar berilishi kerak.

Quyida keltirilgan misolga e’tibor bering:

Annotasiya (Abstract) (150-200 so’zdan iborat bo’lishi kerak) (3 tilda:o’zbek, rus, ingliz tillarida bo’lishi shart**)**

Вводная информация/актуальность (Background):

− Цель (Objective);

− Методы (Methods);

− Результаты (Findings);

− Выводы (Conclusions);

Ключевые слова (Keywords). (3 tilda: o’zbek, rus, ingliz tillarida bo’lishi shart)

ВВЕДЕНИЕ (Introduction)

МЕТОДЫ (Methods)

РЕЗУЛЬТАТЫ (Results) (CHIZMA, JADVALLAR bo’lishi shart)

ОБСУЖДЕНИЕ (Discussion)

ЗАКЛЮЧЕНИЕ (Conclusion)

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ (References):

1. Familiya, I.O. (2016). *maqola nomi. Shahar: nashriyot uyi*. Elektron manzili. URL:

2. Familiya, I.O., Familiya, I.O. (2017). *maqola nomi. Shahar: nashriyot*, 15(1), 24-32 s. Elektron manzili. URL:

3. Familiya, I.O. (2017). *maqola nomi. Shahar: nashriyot*. Retrieved from http://lkds;j

MAHALLADA PSIXOLOGIK XIZMAT IJTIMOIY – PSIXOLOGIK MUAMMO SIFATIDA (3 tilda: o'zbek, rus, ingliz)

Barotova Dilafruz Sharifovna,

Buxoro psixologiya va xorijiy tillar instituti "O'quv ishlari va ilmiy innovatsiyalar bo'yicha prorektor" psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent ***(3 tilda: o'zbek, rus, ingliz)***

https://orcid.org/ **0000-0002-2100-3222**

Annotatsiya. 150-200 so'zdan iborat bo'lishi kerak. **(3 tilda: o'zbek, rus, ingliz)**

Kalit so'zlar: 8-10 ta. **(3 tilda: o'zbek, rus, ingliz)**

KIRISH. ВВЕДЕНИЕ (Introduction)

METODLAR. МЕТОДЫ (Methods)

NATIJALAR. MULOHAZA. РЕЗУЛЬТАТЫ (Result and Discussion) (ChIZMA, JADVALLAR bo'lishi shart)

Xulosa va tavsiyalar. ЗАКЛЮЧЕНИЕ (Conclusion)

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ (References):

1. Familiya, I.O. (2016). *maqola nomi. Shahar: nashriyot*. Elektron manzili. URL:

2. Familiya, I.O., Familiya, I.O. (2017). *maqola nomi. Shahar: nashriyot*, 15(1), 24-32 s. Elektron manzili. URL:

3. Familiya, I.O. (2017). *maqola nomi. Shahar: nashriyot*. Retrieved from http://lkds;j

DIQQAT: O'ZBEK TILIDAGI BARCHA YOZUVLAR LOTIN ALIFBOSIDA

Mundarija /Содержание/Contents

	19.00.00 – PSIXOLOGIYA
5	**Abdumadjidova Dildora Rakhmatullayevna** Principles of regulation of the mental state of athletes as factors of reliability of achieving a high competitive result
9	**Abduraxmanova Zuxra Erkinovna** Millatlararo nikoh barqarorligiga ta'sir etuvchi omillar
16	**Azizova Fotima Nignatjonovna** The influence of loneliness, anxiety, and aggressiveness on stress-coping behavior and volitional qualities in children with albinism
23	**Bai Dongmei** Research on the application and effect of mindfulness training in college students' mental health education
28	**Burxanova Mavjuda Bekbutayevna** Farzand tarbiyasida diniy va ma'naviy qadriyatlarning ahamiyati
34	**Babadjanova Saida** Features of the manıfestatıon of the emotıonal state ın pedagogıcal actıvıty
41	**Egamberdiyev Jamol Berdimurodovich** Onlayn o'yinlar-o'spirinlarning ijtimoiy ko'nikmalariga ta'siri
46	**Ergasheva Gullolaxon Nosirjon qizi** O'zbek oilalarida ayollarga nisbatan zo'ravonlik hamda uning ijtimoiy psixologik xususiyatlari
53	**Fayziyeva Malika Faxriddin qizi** Yosh pedagoglarda kasbıy moslashuvnıng ıjtımoıy-psıxologık xususıyatları
62	**Fayzullayev Anvar Zayniddinovich** Shaxsda psixologik farovonlikning ijtimoiy xususiyatlari
67	**Fayzullayeva Farida Yusufjon qizi** O'smirlarda xarakter aksentuatsiyasining namoyon bo'lishi va uning o'ziga xosligi
73	**Gaziyeva Fotima Ergashovna** Shaxslilik moslashuv salohiyatining kimyoviy addiktlar ijtimoiy-psixologik reabilitasiyasidagi ahamiyati
81	**Gaziyeva Zuxra Ergashovna** Alkogolga tobe bemorlarda o'zgarishga tayyorlik ko'rsatkichiga ta'sir etuvchi omillar
88	**Ibrogimov Muhammadrasul Abdimumin o'g'li** Talabalara sotsial iqtidorining psixologik prediktorlarini birlamchi empirik tahlili
95	**Ilxomova Dilfuza Ilyasovna** Роль воображения учителя в организации учебной деятельности в игровой форме
99	**Isabayev Abdukarim Komiljonovich** Ichki ishlar xodimlarida hissiy bezovtalik omillari namoyon etilishining psixologik determinantlari
105	**Ismatova Shaxnoza Axror qizi** Siyosiy kommunikatsiyaning rasmiyatchiligi va informativligi
109	**Kadyrova Umida** The role of the family in the appearance of aggressive behavior in children
112	**Kanlibayeva Indira Maxsetovna** O'smirlarda delinkvent xulq shakllanishining psixologik shart-sharoitlari
115	**Markendudi Marina Anatolevna** Giyohvandlar orasida motivatsiyaning asosiy mexanizmlari
118	**Maxkamova Laylo Majidova**

	Insult xastaligida oliy psixik funksiyalar buzilishining o'ziga xosligi
121	**Mirhaydarova Dilnoza Raximdjanovna** Psixik rivojlanishdan ortda qolgan bolalarning bilish jarayonlari xususiyatlari
127	**Mullabayeva Nozima Maxmudjanovna** Maktabdagi xavfsiz muhit psixologik salomatlikning asosi sifatida
130	**Muxamedova Dilbar Gafurdjanovna, Zuxurova Dilrabo Abdulaziz qizi** Talaba qizlar "men" konsepsiyasi shakllanishida individual ustuvorlikning psixologik ahamiyati
135	**Nabiyeva Mexribon Rabbimkulovna** Lider psixologiyasiga gender va etnik faktorlarning ta'siri
140	**Nasimdjanova Maxsuma Majidovna** Madaniy shok va uning shaxsga ta'siri
145	**Omonova Sevara Mamirjonovna** Modern psychological ways to protect teenagers from the influence of the virtual network
150	**Qurbanova Ozoda Abdurashidovna** Yetim bolalar va ota-ona qaramog'idan mahrum bo'lgan bolalarning ijtimoiy mos-lashuv jarayonining psixologik determinantlari
155	**Rasulov Abdimumin Ibragimovich** Shaxs psixodiagnostikasi metodikalarining ilmiy-amaliy asoslari va mahalliy muhitga moslashtirish muammolari
166	**Raxmatullayev Farxod Baxtiyor o'g'li** Kommunikativ kompetentlik muammosini o'rganish bo'yicha ilmiy yondashuvlar tahlili
170	**Raxmonova Oyshaxon Oribovna** Psychological problems of personal self-evaluation
174	**Raxmonova Iroda Shavkatovna** Talabalarda ijtimoiy tolerantlikning shakllanganlik xususiyatlari
178	**Razakov Farxod Kuvondikovich** Mustaqil ta'limda prokrastinatsiyani keltirib chiqaruvchi psixologik omillar tahlili
184	**Raximova Dilorom Shuxratovna** O'quvchilar psixologik salomatligiga shaxslilik komponentlarining ta'siri
190	**Rustamova Iroda Abduqaxxor qizi** Qiyin hayotiy vaziyatlarga tushib qolgan ayollar uchun,qo'llab – quvvatlash guruxlarining ahamiyati
197	**Ruzibayev Djaxongir Baxodirjanovich** Kadrlarni baxolashning ijtimoiy-psixologik muammolari
202	**Sagatova Shoxsanam Forruh qizi** Maxsus ehtiyojli farzandi bor ayollar hayotiy chidamliligining psixologik tahlili
207	**Salomova Xulkar Shodimurodovna** Stomatologlarning ijtimoiy muloqot salohiyati va ruhiy farovonligi: nazariy tahlil
211	**Soatov Asadulloh Jabborovich** Xotira va intellekt uyg'unligining mnemonik aspektlari
215	**Sodiqova Gulbarno Odiljon qizi** Erta oila qurishning sabab va oqibatlari psixologik omillarga bog'liqligi
219	**Safarova Sitora G'olibjonovna** Bo'lajak psixologlar kommunikativ kompetentligini rivojlantirishning psixologik determinantlari
226	**Tog'aymurotova Nigora O'tkir qizi** Anglanilgan ota-onalikning psixologik portreti: qadriyatlar, munosabatlar, tarbiya uslubi

231	**Toshxo'jayev Mavlon Kamilovich** Harbiy xizmatchilarda kasbiy stress namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari
235	**Туракулова Азиза Санджар қизи** Роль семьи в сохранении национально-культурной идентичности в условиях глобализации
243	**Umarova Dilhavas Qodirjonovna** Ta'lım tızımıda psıxologlarnıng muhım o'rnı va kasbıy faolıyatıda uchrayotgan muammolar
246	**Umarova Shohida Absalomovna** Migrant oilalarida qadriyatlar o'zgarishining ijtimoiy -psixologik determinantlari
249	**Urinova Latofat Shovkatovna** Talabalarda diqqat sifatlarini rivojlantirishning psixokorreksion dasturi
254	**Usmanova Shoira Djumabekovna** Ta'lim sifatini taminlashda talabalar bilimini baholashning ijtimoiy psixologik jixatlari
258	**Usmonov Alisher G'offorali o'g'li** Sport jamoalarida samarali boshqaruv: yetakchilik uslublarining psixologik tahlili
262	**Usmonova Dilnoza Bahodir qizi** Maktab ta'limi tizimida psixologik xizmatni tashkil etishning ijtimoiy-psixologik omillari
266	**Xudaynazarov Tursunali Alinazarovich** Zamonaviy pedagogika sohasida rag'batlantirish va jazolash usullarini qo'llash xususiyatlari
270	**Xuseynova Abira Amanovna** Ijtimoiy faollikni oshirishda xotin-qizlarning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlashning psixologik usullari
277	**Yarmatova Sanobar Ju'rayevna** O'smirlik davrida koping xulq shakllanishining psixologik determinantlari
284	**Yusuvaliyeva Adiba Yadgarovna** Psixologik xususiyatlarning zaif eshituvchi o'quvchilar ijtimoiy moslashuviga ta'siri
291	**Zohidov Samandar Iskandar o'g'li** Masofaviy ta'limda psixoregulyatsiya muammolari
296	**Абдурахманова Регина Исамутдиновна** Программа социально –психологического треннинга развития психологической устойчивости военнослужащих в процессе профессиональной подготовки
307	**Бондарева Елена Владимировна** Самоэффективность как предиктор жизненной перспективы личности
315	**Кадирова Зебунисо Камолиддиновна** Стили мышления, саморегуляция и метакогнитивные процессы: к вопросу о когнитивной гибкости личности
319	**Кадыркулов Ералы Саидвалиевич** Личностно-профессиональное развитие студентов в течении 1-4 курсов
324	**Карамян Мариэтта Хачатуровна** Кейс-стади как метод преподавания психологии в системе высшего образования
331	**Кариева Назокатхон Тельмановна** Взаимосвязь доверия внутри организации со стилями разрешения конфликта
339	**Мажидов Наби Махмудович** Характерные черты современного учителя
343	**Мухамеджанова Римма** Тревожность при изучении иностранных языков у подростков старшего возраста
351	**Одилова Наира Гулямовна**

	Важность семейной синергии в формировании “я-концепции” у подростков
356	**Рахиммирзаев Санжар Ботурович** Подходы и концепции благополучия сотрудников: структура, содержание, перспективы изучения
362	**Собиров Абдулазиз Абдурозикович** Социальные детерминанты психологического здоровья
	13.00.00 – PEDAGOGIKA
367	**Boymurodova Nodirabegim Bahodir qizi** O‘quvchilarda hayotiy ko‘nikmalarni shakllantirishning pedagogik-psixologik tavsifi
371	**Duschanova Nilufar Sabirbayevna** Adabıy savodxonlıknı shakllantırıshda neyropedagogık yondashuvlarnıng ılmıy-nazarıy asosları
375	**Nekiyeva Umida Nematovna, Raximova Feruza Farxodovna** Olıy ta’lımda kreatıv yondashuv asosıda ınnovatsıon faolıyatga tayyorlashda pedagogık fanlarnı o‘qıtıshnıng asosıy va yordamchı shaklları
383	**Saidova Zilola Gadoymurodovna** Pedagogik yo‘nalishdagi oliy ta’lim va umumiy o‘rta ta’lim integratsiyasini takomillashtirishning dolzarbligi
389	**Toyirova Dilrabo Sattorovna** Ta’lim tizimida raqamli savodxonlik tushunchasi mohiyati
392	**Usmonova Hulkar Shavkat qizi** Bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetentligini gospital pedagogikasi vositasida rivojlantirish metodikasini takomillashtirishga innovatsion yondashuv
396	**Xalilova Ruxsora Raupovna, Kurbonova Oysara Davronovna** İjtimoiy tarmoqlardagi muloqotning psixolingvistik xususiyatlari
400	**Xuddiyeva Umida Aminjon qizi** Lagranj usulida kvadratik formani kanonik ko’rinishga keltirish metodikasi
	10.00.00 – FILOLOGIYA
405	**Nargiza Kabilovna Abbasova, Mushtariybegim Abduvaliyeva** Proverbs as reflections of moral norms in elizabethan england through shakespearean drama
410	**Atabayeva Guljahon Zufarovna** “Hayku” va “tasbeh” janrining mushtarak va farqli jihatlari
417	**Ibragimova Dilnoza Xayrullo qizi** Using artificial intelligence tools for developing english writing skills: a literature review
421	**Kozimova Zulfiya Ismoilovna** San’atshunoslikdagi xalqaro terminlar va ularning o‘zbek tiliga moslashuvi
425	**Matekeev Seytjan Tajatdinovich** Matnlar bilan ishlash metodikasining ta’lim-tarbiya jarayonidagi roli
428	**Qodirova Gulbahor Turdiyevna** Terminlarning lingvistik va konseptual xususiyatlari
434	**Saidova O‘g‘ilxon Bekmurodovna** Virtual kommunikativ maydonda o’zbek tilining rivoji
439	**Sharobiddinova Farzonabonu** Nutqni aniqlash va sintez qilish
438	**Sultanova Umidaxan Matkarimovna** O‘zbek tilidagi “qil” modal ko‘makchisining ko‘pma’noliligi
446	**Тожибоева Шахзода Аъзамжон кизи** Метафора и эмоциональный эффект: как брэдбери воздействует на читателя
451	**Хамидова Дилноза, Азизова Дильфуза**

	Применение структурно-семантических особенностей построения словосочетаний в русском и узбекском языках в процессе развития креативных способностей будущих учителей с использованием интерактивных методов обучения
455	**Jumanova Shahnoza Ikromjonovna** Tabiat va inson: xurshid davron lirik qahramoni dunyoqarashida uyg‘unlik

BUXORO XALQARO UNIVERSITETI
ILMIY AXBOROTNOMASI ILMIY-AMALIY JURNAL
№ 8, 2025

Jurnal O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan **2023-yil 22-fevral № 064916-sonli** guvohnoma bilan ro`yxatga olingan.

Jurnal O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi huzuridagi OAK Rayosatining 2023 yil 29 dekabrdagi 347-son qarori bilan **10.00.00 – filologiya, 13.00.00 – pedagogika, 19.00.00 – psixologiya** fanlari bo'yicha dissertatsiya ishlari natijalari yuzasidan ilmiy maqolalar chop etilishi lozim bo'lgan zaruruiy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan.

Buxoro xalqaro universiteti
ilmiy axborotnomasi // ilmiy-amaliy jurnal. - Buxoro, 2025.
№ 8. –468 b.