

ZAMONAVIY TA'LIMDA PSIXOLOGIK VA PEDAGOGIK MUAMMOLAR



YANGI ASR UNIVERSITETI

**O'ZBEKISTON XALQARO ISLOM AKADEMIYASI
“DIN PSIXOLOGIYASI VA PEDAGOGIKA” KAFEDRASI**

**“GRAND TA'LIM OLAM” NTM
PSIXOLOGIYA MALAKA OSHIRISH VA QAYTA TAYYORLASH BO'LIMI**

LIDER YOSHLAR VA AYOLLAR MARKAZ

**AQSH ning “THE JOURNAL OF INTERDISCIPLINARY HUMAN
STUDIES” XALQARO ILMIY JURNALI**

**«ZAMONAVIY TA'LIMDA PSIXOLOGIK VA
PEDAGOGIK MUAMMOLAR»**

**MAVZUSIDAGI XALQARO
ILMIY-AMALIY KONFERENSIYA
MAQOLALAR TO'PLAMI**

(1-qism)

2026-yil 5-yanvar

Toshkent-2026

**Zamonaviy ta'limda psixologik va pedagogik muammolar.
Maqolalar to'plami. – Toshkent, 05.01.2026 y. – 554 bet.**

Mazkur to'plam "Zamonaviy ta'limda psixologik va pedagogik muammolar" mavzusida o'tkazilgan xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya materiallari asosida shakllantirilgan. Unda psixologiya va pedagogika fanlarining nazariy, metodologik hamda umumiy psixologik masalalari keng yoritilgan. Shuningdek, jamiyatda kechayotgan ma'naviy-axloqiy jarayonlar, yoshlar orasida uchrayotgan ijtimoiy-psixologik muammolar, ularning kelib chiqish omillari va yechim yo'llari, yosh avlodning xulq-atvori hamda dunyoqarashidagi zamonaviy tendensiyalar tahlil qilinadi.

Ijtimoiy-psixologik omillarning yoshlar ruhiyatiga ta'siri, shuningdek, bugungi ta'lim-tarbiya jarayonida yuzaga kelayotgan psixologik va pedagogik muammolar ham alohida e'tibor markazida bo'ladi. To'plamda ushbu yo'nalishlarda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar natijalari, ularning dolzarbligi, jamlangan ma'lumotlar hamda ularni amaliyotda samarali qo'llash imkoniyatlari bo'yicha muhim xulosalar va amaliy tavsiyalar berilgan.

Mazkur maqolalar to'plami psixologiya va pedagogika sohasida faoliyat olib borayotgan mutaxassislar, ma'naviy-ma'rifiy ishlar bilan shug'ullanuvchi xodimlar, pedagoglar, amaliyotchi psixologlar, shuningdek, psixologiya yo'nalishida tahsil olayotgan talabalar, tadqiqotchilar va turdosh soha vakillari uchun mo'ljallangan. To'plam ilmiy-ma'rifiy muhitni rivojlantirish, sohaviy tadqiqotlarni faollashtirish va ularni amaliy tajriba bilan uyg'unlashtirishga xizmat qiladi.

TASHKILOTCHILAR:

Yangi asr universiteti,
Lider yoshlar va ayollar markazi,
"Grand ta'lim olam" NTM ning Psixologiya malaka oshirish va qayta tayyorlash bo'limi,
O'zbekiston xalqaro islom akademiyasi "Din psixologiyasi va pedagogika" kafedrası,
AQSH ning "The Journal of Interdisciplinary Human Studies" xalqaro ilmiy jurnali

TAHRIR KENGASHI A'ZOLARI:

QOBILJON ZAXIDOV – Yangi asr universiteti prorektori, tarix f.d., professor
ZEBO KASIMOVA – O'zXIA kafedra mudiri, ped. fanlari nomzodi, professor
MARG'UBA MIRQOSIMOVA – O'zXIA, pedagogika fanlari doktori, professor
ABDIMUMIN RASULOV – O'zMU, psixologiya fanlari doktori, professor
SHOHIDA SODIQOVA – O'zXIA, sotsiologiya fanlari doktori, professor
BAHROM FARFIYEV – O'zXIA, sotsiologiya fanlari doktori, professor
XO'JAGELDI ALIMOV – O'zXIA, psixologiya fanlari doktori, professor
MIRMUHSIN AKRAMOV – O'zXIA, psixologiya fanlari doktori, professor
FERUZA RASULOVA – O'zXIA, psixologiya fanlari bo'yicha PhD, dotsent
NARGIZA G'AYIBOVA – O'zXIA, psixologiya fanlari bo'yicha PhD, dotsent
AZAMAT NAZAROV – O'zXIA, psixologiya fanlari bo'yicha PhD, dotsent
NILUFAR RASULOVA – O'zXIA, psixologiya fanlari bo'yicha PhD, dotsent
DONO KALANDAROVA – O'zXIA, falsafa fanlari bo'yicha PhD
SARVAR QAXXOROV – Yangi asr universiteti dotsenti v.b.

«Zamonaviy dunyoda pedagogika va psixologiyaning muammolari» mavzusidagi Xalqaro ilmiy-amaliy konferensiyasini o'tkazish "Grand ta'lim olam" NTM Psixologiya malaka oshirish va qayta tayyorlash bo'limining 2025-yil 4-dekabrdagi 01/03-sonli majlis bayoni bilan maqullangan.

To'plamda keltirilgan ma'lumotlarning xolisligi va ishonchliligiga maqola mualliflari mas'uldirlar.

O'ZBEKISTONDA KECHAYOTGAN SEKULARIZATSIYA JARAYONINING O'ZIGA XOSLIGI

B.Farfiev

*O'zbekiston xalqaro islomshunoslik akademiyasi professori,
sotsiologiya fanlari doktori (DSc),*

Sekulyarizatsiya tushunchasi lotincha «secular»dan hosil bo'lib, u bevosita dunyoviylik ma'nosini ifodalaydi¹. Shu bilan birga zamonaviy jamiyat hayotida dinning tutgan o'rnini tahlil qilishda sekulyarizatsiya asosiy sotsiologik kategoriyalardan biri bo'lib, «jamiyatga din kerakmi yoki yo'q?» degan savolni qo'yishdan chetda turishi lozim. Zero, bu jarayon zamonaviy sharoitda dinning funksiyalari qanday amalga oshayotganini kishilarning kundalik va ijtimoiy hayotlarini tahlil qilish orqali yuzaga chiqaradi.

Tarixdan ma'lumki, XIX asr oxiri va XX asr boshidan Turkistonda keng quloq yozayotgan jadidchilik harakatining asl maqsadi – qoloq feodal munosabatlarga asoslanishi sababli o'z davridan ortda qolayotgan o'lkani taraqqiy ettirishga erishish edi. Jadidchilar o'z davrning ilg'or kishilari bo'lib, ular ham diniy, ham dunyoviy ilmlarni chuqur egallashgan edi. Bu harakat asoschilari islom dinining mazmun-mohiyatini to'g'ri anglagan holda jamiyat azolari, ayniqsa, yosh o'g'il va qizlar diniy bilim bilan paralel tarzda dunyoviy bilimlarni puxta o'zlashtirsalar, qoloqlik darajasida qolayotgan jafokash Turkiston eli tez fursatda taraqqiyotga erishishiga qat'iy ishonishgan. Ushbu ezgu maqsad yo'lida fidokorona va matonatli faoliyat olib borishdi. Lekin bu ezgu-niyatlarni amalga oshirish ular uchun oson kechmadi. Ayniqsa, ijtimoiy yangilikka tish-tirnog'i bilan qarshi bo'lgan mustamlaka siyosati yalovbardorlari jadidchilarni kofirlikda aylab, ularni jismonan yo'q qilishga kirishdilar. O'lkada yana birodarkushlik harakati boshlandi. Bu jarayonlar esa Turkistonning eng ma'rifatli kishilarini bevaqt fojiali o'limiga sabab bo'ldi. Jumladan, Turkiston jadidchilarining yetakchisi muftiy Maxmudxo'ja Behbudiy ham shafqatsiz,

¹ Большой толковый социологический словарь. – Москва: «ВЕЧЕ-АКТ». 1999. Том 2. -С.191.

johil va savodsiz aqidaparastlarning maqsadiga xizmat qilgan Buxoro amiri siyosatining qurboni bo'ldi.

Islom diniga e'tiqod qiluvchilar soni ko'p bo'lgan mamlakatlarda sekulyarizatsiya jarayonini aholisi asosan xristianlikka mansub jamiyatlarga qaraganda murakkab kechishi azaldan ma'lum. Chunki islom va uning qadriyatlari kishilar shaxsiy hayotiga chuqur singib, ular qalbidan munosib joy olgan. Shuning uchun ular dunyoviylashish jarayoniga ehtiyotkorlik bilan yondashishadi. Albatta, mazkur masalaning ob'ektiv sabablari ham mavjud. «G'arb jamiyatida sodir bo'layotgan axloqiy buzuvchiliklar, fahsh, giyohvandlik kabi illatlarning kengayib borishida kishilarning sekulyarizatsiya tufayli o'z dinlaridagi burch va majburiyatlaridan voz kechishi asosiy rol ni o'ynayapti» degan mulohaza islom diniga e'tiqod qiluvchilar orasida chuqur ildiz otmoqda. Shu nuqtai nazardan, «Sekulyarizatsiya islomga mos keladimi yoki undan yiroq bo'lish kerakmi?» degan savol paydo bo'lishi tabiiy. Ayrimlar sekulyarizatsiya tufayli jamiyatning madaniy xususiyatlaridan birini tashkil qiluvchi islom axloqining ta'siri huddi G'arb jamiyatida xristianlik qadriyatlari yo'qolib borishi kabi holatga tushib, natijada dinga e'tiqod qiladiganlar soni kamayishi jamiyat ma'naviy hayotiga salbiy ta'sir ko'rsatadi, degan fikrni ilgari surishmoqda. Biroq, aholining aksariyatini musulmonlar tashkil qilgan mamlakatlar tajribasi bunday xulosa asosga ega emasligini ko'rsatdi.

Mamlakatimizning boy tarixiga nazar solsak, hududimizda azaldan kishilar tafakkurida tabiat hamda jamiyat hodisalarini idrok qilishga diniylik va dunyoviylik tamoyillaridan kelib chiqib, yondashishga harakat qilinganini ko'ramiz. Chunonchi, fiqh ilmining darg'alaridan bo'lgan taniqli olim Burhoniddin Marg'inoniy tomonidan XII asrda yozilgan va hozirda ham musulmon mamlakatlari universitetlarida fiqh yo'nalishi bo'yicha qimmatli o'quv-ilmiy manbaa bo'lib kelayotgan «Xidoya fi firul al-fiqh», ya'ni «Xidoya» asarida muallif islom dinidagi diniylik va dunyoviylik munosabatlarining ayrim qirralari haqidagi o'z xulosalarini Qur'on oyatlari va hadislarga tayangan holda ilgari surganiga guvoh bo'lishimiz mumkin. Mazkur asarda musulmon yigitga boshqa dinga e'tiqod qiladigan qizni o'z nikohiga olishi mumkinligi bayon qilingan. Buning uchun esa bo'lg'usi kelin, albatta, «ahli kitoblardan» bo'lishi lozimligi alohida qayd etiladi. Bunda qizdan o'zi e'tiqod qiladigan dinidan majburan

voz kechishi talab qilinmaydi. Biroq, musulmon yigitning ma'jusiylilik va ko'pxudolikka e'tiqod qiladigan qizlarga uylanishi mumkin emasligi ta'kidlanadi.

Asardagi diqqatga sazovor jihati, musulmonlar uchun bunday e'tiqod egalari bilan boshqa dunyoviy munosabatlarga kirishish mumkinligi tasdiqlanib, bu fikrlar ham Marg'inoniy tomonidan Qur'on oyatlari bilan asoslangan. Bundan tashqari ushbu asarda diniylik nuqtai nazaridan musulmonlarga ma'jusiylar tomonidan amalga oshirilayotgan qurbonlikda ishtirok etmaslik buyurilmoqda, lekin dunyoviylik jihatidan ularning bu urf-odatlarini taqiqlashga da'vat etilmayapti².

Bu yerda aynan diniylik va dunyoviylikning o'zaro mustahkam aloqasini kuzatish mumkin. Demak, ajdodlarimizning diniylik va dunyoviylik haqidagi mazkur qarashlari jamiyatdagi o'zaro ijtimoiy totuvlikni ta'minlashga mustahkam g'oyaviy asos bo'lib xizmat qilib keldi. Shu bilan birga mamlakatimiz tarixining ayrim davrlarida dunyoviylik roli ma'lum bir darajada yuqori bo'lganligi kuzatilsa, ba'zi paytlarda esa diniylik ustuvor bo'lishga erishgan. Tadqiqot natijalariga ko'ra, shuni etishimiz mumkinki, bu ikki tamoyil bir-birini o'zaro to'ldirsagina jamiyatda barcha sotsial institutlar faoliyati yuqori darajaga ko'tarilib, ushbu makonda ijtimoiy barqarorlik hamda jamiyat taraqqiyotini ta'minlash qonuniyat xususiyatiga ega bo'ladi.

«Tarix va hayot tajribasi shundan dalolat beradiki, dunyoviy va diniy qadriyatlar bir-birini to'ldirmas ekan, bugungi kunning og'ir va murakkab savollariga to'laqonli javob topish oson bo'lmaydi. Shu ma'noda, biz muqaddas dinimiz arkonlari va qadriyatlarini doimo ulug'lab, shu bilan birga, dunyoviy hayotga ham qat'iy ishonch bilan intilib yashagan taqdirdagina o'z ezgu maqsadlarimizga yeta olamiz»³.

Sohibqiron Amir Temur markazlashgan davlatchiligimiz asoschisi sifatida diniylik va dunyoviylik munosabatlarini o'zaro uyg'unlikda olib borishga katta e'tibor qaratgan. O'zining davlat boshqaruvi faoliyatida din ulamolari maslahatiga ham tayangan, biroq, qarorlarni mustaqil tarzda, dunyoviylik jihatlarini inobatga olgan kelib chiqib, e'lon qilgani tarixiy voqeliklardan yaxshi ma'lum.

² Бурхануддин Маргинани. Хидоя. Комментарии мусульманского права. Пе. с англ. -Ташкент: «Ўзбекистон». 1994. -С.131.

³ Каримов И.А. Юсак маънавият – енгилмас куч. -Тошкент: «Маънавият». 2008. -Б.96.

Zamonaviy sharoitda ham jamiyatimiz hayotida sekulyarizatsiya hodisasining ahamiyati oshib bormoqda. Ilgari diniy ma'no-mazmunga ega bo'lgan jarayon hamda hodisalar endilikda dunyoviylik ko'rinishida namoyon bo'lmoqda. Jumladan, farzand tug'ilishi sababli amal qilinadigan aqiqa to'yi, yoshlarni oila qurishdan oldin o'qiladigan shar'i nikoh odati avval dindorlar tomonidan o'tkazilgan marosim hisoblangan bo'lsa-da, hozir dunyoviy turmush tarzini olib boradigan kishilar ham ularni din bilan uyg'unlashgan milliy urf-odat sifatida qabul qilishyapti. Bunday hodisalar jamiyatimiz ijtimoiy barqarorligining ma'naviy omillaridan biri bo'lgan diniylik va dunyoviylik mutanosibligini ishonchli tarzda ta'minlayapti.

ЎҚИТУВЧИНИНГ ШАХСИЙ-КАСБИЙ КАМОЛОТИНИ БАҲОЛАШДА ПСИХОЛОГИК-ПЕДАГОГИК ДИАГНОСТИКА

А.И.Расулов

*Ўзбекистон Миллий университети “Психология” кафедраси ва Ўзбекистон
халқаро исломишунослик университети “Дин психологияси ва педагогика”
кафедраси, психология фанлари доктори, профессор*

Ҳар ўқув йили давомида таълим муассасаларида ўқитувчининг педагогик фаолияти ва шахсий фазилатларини баҳолаш юзасидан ҳар хил сўровлар ўтказилади. Сўровнома натижаларига кўра ўқитувчи фаолияти юзасидан ҳулосаларга келинади. Ушбу сўровномаларга мос тарзда ўқитувчининг касбий фаолияти давомида шахсий камолотини баҳолаш эса психология фанининг асосий тадқиқот йўналишларидан саналади. Бундай ўрганиш умумўрта таълим мактаблари, касбий таълими ва олий таълим муассасасаларида йўлга қўйилиши зарурдир. Натижада ўқитувчиларнинг шахсий ва касбий камолоти юзасидан аниқ ҳулосаларга келинади. Биз ўз тадқиқотимизда ушбу йўналишдаги амалга оширган тадқиқотимиининг юзасидан олинган психологик тадқиқот натижалари таҳлилини амалга оширдик. Ўтган давр мобайнида

[illegible]

Албатта, психодиагностик методларнинг ишончлилиги ва валидлигини амалиётда синаб кўриш муҳим аҳамиятга эга. Шу боис «Ўқитувчининг психологик портрети» сўровномасини [6] ўзбек муҳитида мослаштирилди ҳамда педагоглар шахсининг ўрганишда татбиқ қилинди. Ушбу сўровномаси ёрдамида Бухоро, Фарғона, Наманган ва Сурхондарё вилоятлари ҳамда Тошкент шаҳридаги умумий ўрта таълими мактаблари ўқитувчилари шахсини (жами 220 кишини) ўрганишга ҳаракат қилдик.

Мазкур сўровнома ёрдамида ўқитувчининг шахсий ва касбий хусусиятлари ўзаро уйғунликда ўрганилди. Унинг шахсий ва касбий хусусиятлари кўрсаткичлари 1-жадвалда келтириб ўтилган.

Сўровноманинг ҳар бир шкаласида жавоблар уч хил вариантда келтирилган. Улар шахснинг тегишли хусусиятларини ва уларнинг қай даражада ривожланганлигини ифодалайди. Жадвалдаги “қадриятлар устуворлиги” шкаласидаги юқори кўрсаткичлар ($4,62 \pm 1,63$) ўқитувчининг ҳамкасбларини қўллаб-қувватлаши ва эътирофига муҳтож эканини, унда теварак-атрофидагиларнинг фикр- мулоҳазасига асосланиши (рефлексия) етакчи ўрин эгаллашини кўрсатади. Бу кўрсаткичлар ўқитувчини ҳамкасблари томонидан яхши ҳамкор сифатида ардоқланиши зарурлигини, ўқувчилари эса ундан эътибор ва қўллаб-қувватлашни кутишини билдиради.

Ўқитувчининг шахсий ва касбий хусусиятлари кўрсаткичлари

Жавоблар варианти	Баҳолаш шкалалари			
	Қадриятлар устуворлиги	Психоэмоционал ҳолатлар	Ўзини ўзи баҳолаш	Таълим бериш усули
1-вариант	3,14±1,53	1,41±1,35	4,07±1,28	4,59±1,78
2-вариант	4,62±1,63	5,72±2,45	3,76±1,09	1,52±1,53
3-вариант	2,52±1,66	2,97±2,24	2,17±1,0	3,86±1,60

Ўқитувчининг «психоэмоционал ҳолати» кўп жиҳатдан унинг касбий фаолиятини белгилаб беради. «Психоэмоционал ҳолат» шкаласида келтирилган маълумотлар ($r=5,72\pm2,45$), бугунги кун педагогларида юқори даражада ҳушёрлик ва сезгирлик, асабий нозиклик устуворлигини билдиради. Лекин улар кайфиятини бошқаришда кўпроқ ташқи омиллар таъсирига берилади ва ноқулай вазиятларда қийин аҳволга тушиб қолади, асабийлашади ва безовталанади. Бу ҳолатлар уларнинг самарали фаолият кўрсатишига ўз таъсирини ўтказмасдан қолмайди.

Ўзини ўзи баҳолаш шкаласи бўйича олинган маълумотлар ўқитувчиларнинг биринчи ($4,07\pm1,28$) ва иккинчи ($3,76\pm1,09$) жавоб вариантлари (хусусиятлар) кўрсаткичлари устуворлигини кўрсатади. Бундан кўринадики, ўқитувчилар ўз-ўзини баҳолашни ижобий қабул қилади, ижодий фикрлашга, машғулотларда жонли мулоқот муҳитини яратишга, ўқувчилар билан ҳамкорликда ишлашга мойил. Шу билан биргаликда баъзан улар кайфиятида беқарорлик, ўз-ўзини баҳолашда ташқи таъсирларга берилувчанлик кузатилади. Ҳолбуки улар ўзини жуда эркин тутиши ва ўзига ишониши лозим. Бу ҳол ўқувчиларга ўз таъсирини ўтказиш имконини беради.

Ўқитувчининг шахсий ва касбий камолоти уйғунлашганини унинг «таълим бериш усули» ёки педагогик маҳорати белгилаб беради. «Таълим бериш усули» шкаласи бўйича текширилган синалувчиларнинг биринчи жавоб варианты устувор эканлиги кузатилди ($4,59\pm1,78$). Бу уларнинг таълим-тарбия жараёнида етакчи ва кучли педагог эканидан, ўқувчиларга талабчанлик билан муносабатда бўлишидан далолат беради. Албатта, талабчан ва қатъиятли бўлиш шахс учун ижобий сифат ҳисобланади. Лекин замонавий нуқтаи назардан қараганда,

таълим-тарбиядаги авторитаризм (якка ҳокимлик, қаттиқ қўллик) ўқувчилар билан эркин муносабат ўрнатишга ёки дарсларда психологик соғлом муҳитни яратишга тўсқинлик қилади. Ўқувчиларнинг фаоллиги ва мустақиллигини анча-мунча чеклаб қўяди.

Биз тест натижаларининг ҳаққонийлиги ва шкалалар кўрсаткичлари ички боғланишларни аниқлаш мақсадида омил (фактор)ларга асосланган таҳлил ўтказдик. Таҳлил натижалари барча шкалалар бўйича 5 омил (фактор) етакчилик қилишини кўрсатди. Ўқитувчи шахсидаги бу етакчи омиллар 2-жадвалда келтириб ўтилган.

1-омил таҳлили. Жадвалдан кўринадик, биринчи омилни қадриятлар устуворлиги шкаласида келтирилган биринчи ($r=-0,745$) ва иккинчи ($r=0,897$) жавоб вариантлари, психоэмоционал ҳолат шкаласидаги иккинчи жавоб варианты ($r=0,703$), ўз-ўзини баҳолаш шкаласидаги учала жавоб вариантлари ($r=-0,730$; $r=0,404$; $r=0,451$), таълим бериш усули шкаласидаги биринчи ($r=-0,627$) ва учинчи ($r=0,402$) жавоб вариантларининг юқори корреляция коэффицентлари белгилаб беради. Шунга қўра, 1-омил ўқитувчининг «умумий хусусиятларини» ифодалайди, деб айтиш мумкин. Бу кўрсаткичлар

2-жадвал

Ўқитувчи шахсининг ифодаловчи етакчи омиллар

Компотентлар	Омиллар кўрсаткичи					
	Вариантлар	1	2	3	4	5
Қадриятлар устуворлиги	I	-0,745**	0,019	-0,179	0,465*	-0,115
	II	0,897**	-0,002	-0,056	-0,072	-0,018
	III	0,0616**	0,039	0,428*	-0,521*	0,627
Психоэмоционал ҳолат	I	-0,0578*	0,547*	-0,371	0,082	0,292
	II	0,703**	0,083	-0,115	0,147	0,041
	III	-0,0394	-0,416*	0,344	-0,204	-0,219
Ўзини ўзи баҳолаш	I	-0,730**	-0,422*	-0,383	-0,185	0,030
	II	0,404*	0,712**	0,147	-0,169	-0,197
	III	0,451*	-0,232	0,411	0,419*	0,233
Таълим бериш усули	I	-0,627**	0,176	0,682**	0,190	-0,127
	II	0,284	0,649**	-0,341	0,095	0,268
	III	0,402**	0,688**	-0,400*	-0,269	-0,107

Изоҳ: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$

билдиради. Шунингдек, устувор кадриятларининг пасайиши оқибатида у ўз-ўзини холис баҳолай олмайди ёки паст баҳолайди ($r=-0,730$), психоэмоционал соҳада ожиз ва ташқи омиллар таъсирига берилувчан бўлиб қолади.

Таълим бериш усули шкаласидаги биринчи жавоб варианты кўрсаткичи ($r=-0,627$)дан маълум бўлдики, дарс бериш жараёнида авторитаризмнинг пасайиши ўқитувчида ўқувчи билан тенг ҳуқуқли ҳамкорлик қилиш, ижобий муносабат ўрнатиш, уларни тинглай билиш ва рағбатлантириш каби шахсий ва касбий сифатларнинг ривожланишига олиб келади. ($r=0,420$).

2-омил таҳлили. Психоэмоционал шкаласидаги биринчи ва иккинчи жавоб вариантлари ($r=0,547$; $r=-0,416$), ўз-ўзини баҳолаш шкаласидаги биринчи ва иккинчи жавоб вариантлари ($r=-0,422$; $r=0,712$) ва таълим бериш усули шкаласидаги иккинчи ва учинчи жавоб вариантлари ($r=0,649$; $r=-0,68$) корреляция коэффициентларининг юқори эканини кўрсатди.

Бу омилни «психосоциал муҳитдан мадад кутиш» деб номлаш мақсадга мувофиқ. Чунки ўқитувчидаги салбий психоэмоционал ҳолат унинг ўқувчи ва ҳамкасбларига нисбатан ортиқча талабларни қўйиши ($r=0,547$), вазиятларга нисбатан ўз муносабатини ўзгартира олмаслиги, стрессли ҳолатларни яратишга ва фавқулодда вазиятларда ўзини бошқаролмай қолишига ($r=-0,416$) замин ҳозирлаши шубҳасиз. Бу эса унинг ўз-ўзини паст баҳолашига ҳам олиб келиши мумкин. Ўқитувчининг машғулотларда ижодий фикрламаслиги, ижобий жиҳатларини намоён эта билмаслиги, ўқувчилар билан ҳамкорликда ишлай олмаслиги ($r=-0,422$) унинг теварак-атрофидагилари билан ижтимоий-психологик муносабатларини меъёрга солиш, ўзини ўзи баҳолаш ва психоэмоционал бошқариш борасида ижодий изланиши зарурлигини кўрсатади.

3-омил таҳлили. Кадриятлар устуворлиги шкаласидаги биринчи жавоб варианты ($r=0,428$), ўзини ўзи баҳолаш шкаласидаги учинчи жавоб варианты ($r=0,411$) ва таълим бериш усули шкаласининг биринчи ва иккинчи жавоб вариантларида ($r=0,682$; $r=-0,400$) корреляция коэффициентлари юқори. Бу омил ўқитувчининг шахс ва мутахассис сифатида ҳали мукаммал шаклланмаганлигини билдиради. Кадриятлар устуворлиги шкаласидаги учинчи

жавоб варианты ўқитувчининг ўқувчилар билан тил топиша олмаслигини, шахсий ўй-хаёлларга кўпроқ берилишини, ўқувчи ва ҳамкасбларининг фикр-мулоҳазасига унчалик қизиқмаслигини билдиради ($r=0,428$). Шахсий қадриятларни бу тарзда шакллантириш теварак-атрофдагилар билан эркин муносабат ўрната олмасликка, шахсий кадр-қимматнинг пасайишига, ўзгаларда салбий таассурот қолдириш ва ўз имкониятларини чеклашга олиб келади ($r=0,411$). Бундай ўқитувчиларнинг таълим бериш усулида якка ҳокимлик кузатилади ($r=0,682$).

4- ва 5-омиллар таҳлили. қадриятлар устуворлиги шкаласидаги ҳар учала жавоб вариантлари ($r=0,465$; $r=-0,512$; $r=0,672$) ва ўз-ўзини баҳолаш шкаласидаги учинчи жавоб варианты ($r=0,627$) юқори корреляция коэффицентларига эга. Бу омилларни «қадриятлар устуворлиги» деб номлаш мумкин. Бундан кўринадики, ўқитувчи шахсий ва касбий соҳада камол топиши учун ўзида қадриятларни тўғри шакллантириши лозим.

Сўровнома натижаларидан шуни фаҳмлаш мумкинки, ўқитувчининг шахсий-касбий камолоти юзасидан аниқ тасаввурга эга бўлиши учун психологик баҳолаш мезонларига эга бўлиши лозим экан. Бу эса ўқитувчининг шахсий фазилатлари, унинг таълим жараёнида таълим олувчилар билан ҳамкорлик фаолияти юзасидан аниқ хулосалар чиқаришга ёрдам беради. Шунингдек, психологик-педагогик ташхис натижалари ўқитувчининг ўз устида ишлаши, касбий фаолиятини такомиллаштириши юзасидан аниқ чора-тадбирларни белгилашини йўналтириб туради. Демак, ҳар бир таълим муассаса психологлари ёки ҳар бир педагог ўзи ҳам психологик-педагогик ташхис методикалари ёрдамида ўзининг шахсий ва касбий хусусиятларини ўрганиши мумкин. Зеро, педагогик-психологик ташхис педагогик-психологик ташхис ўқитувчининг шахсий - касбий камолотини баҳолаш омили ҳисобланади.

Адабиётлар рўйхати:

1. Асадов Ю.М. Индивидуально – психологические особенности учителя как факторы развития профессионализма: Дис. канд.психол.наук. – Т.: НУ Уз, 2007.- 155 с.

2. Бекназаров А.А. Психологические особенности особенности взаимоотношений между учителем и учащимся: Дис. канд.психол.наук. – Т.: ТГПИ, 994.-146 с.
3. Жабборов А.М. Ўзбек мактаби ўқитувчининг этник хусусиятлари: Психолог. фанлари доктори дисс..... – Т.: ЎЗМУ.1999.-317 б.
4. Капланова М. Психологические особенности личности учителя узбекской школ: Дис. канд.психол.наук. – Ташкент.: ТГПИ, 1993.-137 с.
5. Машкуров А.М. Педагогика олий ўқув юртлари таълими жараёнида математика ўқитувчисининг касбий сифатларини шакллантириш: Психол. фанлари номз.дисс..... - Дис. канд.психол.наук. – Т.: ТДПИ,1994.-143 б.
6. Резапкина Э.В., Резапкина Г.В. Психологический портрет учителя. Опыт самодиагностики. - Балашиха: МОЦО, 1999. - 16 с.
7. Сапаров Ш.Б. Личности-профессиональные особенности преподавателей специальных дисциплин средних специальных профессиональных учебных заведений: Дис. канд.психол.наук. – Ташкент.: ТГПИ, 1999.-136 с.
8. Эшметов Ш. А. Устоз - шогирд муносабатларининг ижтимоий-психологик феноменлари: Психол. фан. ном.дисс.... – Т.: ЎЗМУ, 2005.-147 б.

OTA-ONASI CHET ELDA BO'LGAN BOLALARNING PSIXOLOGIK FAROVONLIGI VA IJTIMOY QO'LLAB-QUVVATLASH OMILLARI

Hamroyev Temurbek Jamshid o'g'li
Mustaqil tadqiqotchi

Annotatsiya. Mazkur mavzuda ota-onasi xorijda mehnat faoliyatini olib borayotgan bolalarning psixologik farovonligi va ularni ijtimoiy qo'llab-quvvatlash bilan bog'liq muammolar ilmiy jihatdan yoritiladi. Tadqiqotda mehnat migratsiyasi sharoitida bolalarda yuzaga keladigan emotsional holatlar, ijtimoiy moslashuv darajasi, xavotir, yolg'izlik hissi hamda psixologik barqarorlikka ta'sir etuvchi omillar tahlil qilinadi. Shuningdek, oila, maktab, mahalla va ijtimoiy institutlarning bolalar ruhiy holatini qo'llab-quvvatlashdagi o'rni asoslab beriladi.

Kalit so'zlar: mehnat migratsiyasi, psixologik farovonlik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, emotsional holat, bolalar rivoji.

Аннотация. В данной теме рассматриваются вопросы психологического благополучия детей, родители которых находятся на трудовой миграции за рубежом, а также факторы их социальной поддержки. Анализируются эмоциональные переживания детей, особенности их социальной адаптации, уровень тревожности и психологической устойчивости в условиях отсутствия родителей. Особое внимание уделяется роли семьи, образовательных учреждений и социальных институтов в обеспечении психологической поддержки и благополучия детей.

Ключевые слова: трудовая миграция, психологическое благополучие, социальная поддержка, эмоциональное состояние, дети.

Annotation. This topic examines the psychological well-being of children whose parents are working abroad and the factors of social support influencing their development. The study analyzes emotional experiences, levels of social adaptation, anxiety, and psychological stability of children in the context of parental absence. Special attention is given to the role of family, educational institutions, and social organizations in supporting children's mental health.

Keywords: labor migration, psychological well-being, social support, emotional state, children.

Mavzu dolzarbligi. Bugungi globallashuv va mehnat migratsiyasi jarayonlarining jadallashuvi jamiyat hayotining barcha sohalariga, xususan, oila institutiga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Ota-onalarning iqtisodiy ehtiyojlar sababli xorijda ishlashga majbur bo'lishi ko'plab bolalarning uzoq muddat davomida oilaviy to'liq parvarishdan chetda qolishiga olib kelmoqda. Bu holat bolalarning psixologik farovonligi, emotsional holati va ijtimoiy moslashuvi bilan bog'liq muammolarni yuzaga chiqarib, mazkur masalani zamonaviy psixologiya va pedagogika fanlari uchun dolzarb tadqiqot yo'nalishiga aylantirmoqda. Ota-onadan jismoniy va emotsional uzoqlik bolalarda xavotir, yolg'izlik, ishonchsizlik va ichki beqarorlik kabi holatlarning shakllanishiga sabab bo'lishi mumkin. Ayniqsa, rivojlanishning bolalik va

o'smirlik davrlarida ota-onaning doimiy psixologik qo'llab-quvvatlashi muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu ehtiyoj yetarli darajada qondirilmaganda, bolalarning shaxsiy rivojlanishi, ijtimoiy munosabatlarga kirishishi hamda o'z-o'zini baholashi salbiy yo'nalishda shakllanish xavfi ortadi.

Mavzuning dolzarbligi shundaki, mavjud amaliyotda ota-onasi xorijda bo'lgan bolalar bilan ishlash ko'pincha epizodik va tizimsiz tarzda amalga oshiriladi. Psixologik xizmatlar, ijtimoiy pedagoglar va mahalla institutlari faoliyatida yagona konseptual yondashuvning yetishmasligi muammoning chuqurlashuviga olib kelishi mumkin. Shu nuqtai nazardan, bolalarning psixologik holatini baholash, xavf omillarini aniqlash va samarali qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini ishlab chiqish ilmiy-amaliy jihatdan muhim vazifa hisoblanadi. Ota-onasi chet elda ishlayotgan bolalarning psixologik farovonligi va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini o'rganish zamonaviy jamiyat ehtiyojlaridan kelib chiqadigan dolzarb masalalardan biridir. Ushbu mavzu bo'yicha ilmiy tadqiqotlar bolalarning sog'lom psixologik rivojlanishini ta'minlash, ijtimoiy moslashuvini kuchaytirish va ularning kelajakdagi shaxs sifatida shakllanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadigan amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili

Shaxs rivojlanishida ijtimoiy muhit va oilaning hal qiluvchi o'rni masalasi psixologiya fanida fundamental yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Ushbu masala L.Vigotskiy, S.Rubinshteyn va A.Leontyevning nazariy qarashlarida chuqur asoslab berilgan. Ularning fikricha, bola psixikasining shakllanishi ijtimoiy munosabatlar, ayniqsa yaqin kattalar bilan muloqot jarayonida amalga oshadi. Ota-onaning uzoq muddatli yo'qligi ushbu tabiiy rivojlanish mexanizmining izdan chiqishiga olib kelishi mumkinligi ilmiy adabiyotlarda ta'kidlanadi.

Bolaning psixologik farovonligi va emotsional barqarorligi masalalari shaxs rivojining psixososial jihatlari bilan bevosita bog'liq bo'lib, bu holat E.Erikson, A.Maslov va K.Rojers tadqiqotlarida keng yoritilgan. Ushbu olimlar shaxsning ruhiy barqarorligi xavfsizlik, mehr va qo'llab-quvvatlash ehtiyojlarining qondirilish darajasi bilan chambarchas bog'liq ekanligini ta'kidlaydilar. Ota-onasi chet elda bo'lgan

bolalarda aynan ushbu ehtiyojlarning cheklanishi psixologik farovonlikka salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Bog'lanish va emotsional yaqinlik masalalari J.Bolby va M.Eynsvort tomonidan ishlab chiqilgan bog'lanish nazariyasi doirasida izohlanadi. Ularning ilmiy qarashlariga ko'ra, bola va ota-ona o'rtasidagi barqaror emotsional aloqa ruhiy xavfsizlikning asosiy manbai hisoblanadi. Ota-onaning uzoq vaqt davomida yo'qligi bolada xavotir, ishonchsizlik va emotsional beqarorlik holatlarining kuchayishiga olib kelishi mumkinligi ko'plab tadqiqotlarda qayd etilgan.

MDH psixologiya maktabida bolalar shaxsining shakllanishi va ijtimoiy munosabatlar masalalari L.Bojovich va A.Petrovskiy ishlarida yoritilgan. Ular bolaning jamoa ichidagi o'rni va ijtimoiy munosabatlari uning psixologik barqarorligida muhim ahamiyatga ega ekanligini ta'kidlaydilar. Ota-onasi chet elda bo'lgan bolalarda ushbu munosabatlar ko'pincha o'rnini bosuvchi ijtimoiy muhit orqali shakllanishi kuzatiladi, bu esa qo'shimcha psixologik nazorat va qo'llab-quvvatlashni talab etadi.

O'zbek olimlari tadqiqotlarida ham bolalar va o'smirlarning psixologik farovonligi, ijtimoiy moslashuvi va oila omilining ahamiyati alohida o'rganilgan. Jumladan, M.Yusupova, A.Abdullayeva, Z.Xudoyberdiyeva, N.Egamberdiyeva va Sh.Olimov ilmiy ishlarida bolalarning ruhiy holati ijtimoiy muhit, oilaviy munosabatlar va pedagogik qo'llab-quvvatlash bilan uzviy bog'liq holda talqin etiladi. Ushbu tadqiqotlar ota-onasi chet elda bo'lgan bolalar bilan ishlashda milliy ijtimoiy-madaniy omillarni hisobga olish zarurligini ko'rsatadi.

Xulosa. Olib borilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, ota-onasi chet elda mehnat qilayotgan bolalarning psixologik farovonligi zamonaviy jamiyat uchun muhim va ko'p qirrali ijtimoiy-psixologik muammo hisoblanadi. Ota-onaning uzoq muddatli yo'qligi bolalarda emotsional beqarorlik, xavotir, yolg'izlik hissi va ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklarning yuzaga kelishiga sabab bo'lishi mumkin. Demak, psixologik farovonlik masalasi faqat individual muammo emas, balki keng ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lgan jarayon sifatida qaralishi lozim. Tadqiqot mavzusi doirasida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimining o'rni alohida ahamiyat kasb etishi aniqlandi.

Oila a'zolari, ta'lim muassasalari, mahalla va ijtimoiy institutlarning hamkorlikdagi faoliyati bolalarda psixologik barqarorlikni saqlashda muhim omil bo'lib xizmat qiladi. Shu nuqtai nazardan, mazkur yo'nalishda olib boriladigan profilaktik va korreksion ishlar ilmiy asoslangan yondashuvni talab etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Yusupova.M. Bolalar va o'smirlar psixologiyasida ijtimoiy muhit omillari. — Toshkent: Fan va texnologiya nashriyoti, 2018. — 192 b.
2. Abdullayeva.A. Shaxs psixologiyasi va ijtimoiy moslashuv muammolari. — Toshkent: O'qituvchi nashriyoti, 2019. — 176 b.
3. Vigotskiy. L. Psixik rivojlanish muammolari. — Moskva: Pedagogika, 1984. — 240 s.
4. Bojovich. L. Shaxs va uning bolalik davrida shakllanishi. — Moskva: Prosveshcheniye, 1978. — 304 s.
5. Bowlby.J. Attachment and Loss. Vol. 1: Attachment. — New York: Basic Books, 1969. — 428 p.

TALABALARDA PSIXOLOGIK HIMOYA MEXANIZMLARINING SHAKLLANISHI, TURLARI VA AHAMIYATI

Shodiyev Ilyos Ilhom o'g'li
Buxoro Xalqaro Universiteti magistranti

Annotatsiya: Ushbu maqolada talabalarda psixologik himoya mexanizmlarining shakllanishi, uning asosiy omillari va turlari tahlil qilinadi. Psixologik himoya mexanizmlari shaxsning stress va tashqi bosimlarga moslashishiga yordam beruvchi psixologik strategiyalar sifatida qaraladi. Maqolada Z. Freyd, A. Freyd va K. Xorni tomonidan ilgari surilgan himoya mexanizmlari tushunchasi va ularning talabalarning hayotidagi o'рни yoritilgan. Talabalar orasida uchraydigan himoya mexanizmlarining konstruktiv va destruktiv jihatlari, shuningdek, adaptiv va maladaptiv xususiyatlari ko'rib chiqiladi. Ushbu tadqiqot natijalari talabalarning psixologik barqarorligini oshirish hamda ularni stressdan himoya qilish strategiyalarini ishlab chiqishda foydali bo'lishi mumkin.

Kalit so'zlar: psixologik himoya mexanizmlari, talabalar, stress, moslashuv, psixologik strategiyalar, adaptiv va maladaptiv mexanizmlar, shaxsiy rivojlanish, akademik barqarorlik.

Abstract: This article analyzes the formation of psychological defense mechanisms in students, their main factors, and types. Psychological defense mechanisms are considered as psychological strategies that help individuals adapt to stress and external pressures. The concept of defense mechanisms proposed by Z. Freud, A. Freud, and K. Horney, as well as their role in students' lives, is explored. The constructive and destructive aspects of defense mechanisms commonly observed among students, as well as their adaptive and maladaptive characteristics, are examined. The findings of this study may be useful in enhancing students' psychological stability and developing strategies to protect them from stress.

Keywords: psychological defense mechanisms, students, stress, adaptation, psychological strategies, adaptive and maladaptive mechanisms, personal development, academic resilience.

Аннотация: В данной статье анализируется формирование психологических механизмов защиты у студентов, их основные факторы и виды. Психологические защитные механизмы рассматриваются как стратегии, помогающие личности адаптироваться к стрессу и внешнему давлению. Освещается концепция защитных механизмов, предложенная З. Фрейдом, А. Фрейд и К. Хорни, а также их роль в жизни студентов. Рассматриваются конструктивные и деструктивные аспекты защитных механизмов, а также их адаптивные и дезадаптивные характеристики. Результаты данного исследования могут быть полезны для повышения психологической устойчивости студентов и разработки стратегий защиты от стресса.

Ключевые слова: психологические механизмы защиты, студенты, стресс, адаптация, психологические стратегии, адаптивные и дезадаптивные механизмы, личностное развитие, академическая устойчивость.

Kirish Talabalar doimiy ravishda yangi muhitda yashash va ta'lim olish jarayonida turli stress manbalariga duch kelishadi. Ushbu jarayon, talabalarda

psixologik himoya mexanizmlarining shakllanishini talab qiladi. Psixologik himoya mexanizmlari, shaxsning o'zini stress va xavf-xatarlaridan himoya qilishga yordam beradigan psixologik strategiyalardir. Ushbu maqolada, talabalarda psixologik himoya mexanizmlarining shakllanishi va uning o'ziga xos xususiyatlari haqida tahlil qilinadi. Psixologik himoya tushunchasi ilk bor Z. Freyd tomonidan kiritilgan bo'lib, u bu jarayonni shaxsning ong ostida sodir bo'ladigan va ruhiy zo'riqishni kamaytirishga xizmat qiluvchi mexanizmlar sifatida tavsiflagan (Freud, 1923). Uning ta'limotini rivojlantirgan A. Freyd (1936) va K. Xorni (1945) psixologik himoyaning turli shakllarini aniqlagan. Psixoanalitik nazariyaga ko'ra, himoya mexanizmlari quyidagi asosiy vazifalarni bajaradi (Anna Freud, 1936):

1. Ichki ziddiyatlarni bartaraf etish
2. Hissiy og'riqlarni kamaytirish
3. O'ziga bo'lgan ishonchni saqlash
4. Shaxsni tashqi tahdidlardan himoya qilish

Psixologik himoya mexanizmlari shaxsiyatni himoya qilish va stressni boshqarish jarayonida faoliyat ko'rsatadigan psixologik resurslardir. Ular shaxsning ichki va tashqi muhit bilan bo'lgan munosabatini optimallashtiradi. Bu mexanizmlar avvalo, shaxsning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirishga, xotirjamlikni saqlashga va o'z-o'zini nazorat qilishga yordam beradi.

Talabalar o'rtasida psixologik himoya mexanizmlarining shakllanishi

O'qish va Ta'lim Tizimi: Talabalarning o'qish jarayonlari ko'plab stresslar, bosim va raqobatni olib keladi. Bu holatda, talabalar o'zlarini himoya qilish yo'llarini qidiradilar, masalan, o'z bilim va ko'nikmalarini oshirish yoki vaqtni samarali boshqarish.

Ijtimoiy aloqalar: Talabalarning ijtimoiy xulq-atvori, ularning psixologik himoyalariga ham ta'sir ko'rsatadi. Ijobiy ijtimoiy aloqalar, o'zaro yordam va hamjihatlik ruhida rivojlanish, talabalarni stressdan himoya qilishda muhim rol o'ynaydi.

Psixologik Qobiliyatlar: Talabalar o'z psixologik qobiliyatlarini rivojlantirish orqali, stressga qarshi turish qobiliyatini oshirishlari mumkin. Bunga orasida o'z-o'zini

tushunish, muammolarni hal etish qobiliyatlari va emotsional intellektni rivojlantirish kiradi.

Ilmiy adabiyotlarda turli himoya mexanizmlari tasniflangan:

1. Repressiya (bostirish): Noqulay fikrlar, xotiralar yoki hissiyotlarni ongsiz ravishda bostirish
2. Inkorga olish (denial): Haqiqatni yoki muayyan hodisalarni tan olmaslik, ularni inkor etish.
3. Proyeksiya (o'zlashtirish): O'zidagi noxush sifatlarni yoki hissiyotlarni boshqalarga yuklash.
4. Ratsionalizatsiya (mantiqlashtirish): O'z harakatlari yoki hissiyotlarini mantiqiy yoki maqbul sabablar bilan tushuntirish.
5. Sublimatsiya: Ijtimoiy jihatdan qabul qilinmaydigan impulslarni ijtimoiy maqbul faoliyatlarga yo'naltirish.
6. Regressiya (orqaga qaytish): Stressli vaziyatlarda bolalarcha xatti-harakatlarga qaytish.
7. Izolyatsiya: Hissiyotlarni voqelikdan ajratib, faqat mantiqiy jihatdan yondashish.

Himoya mexanizmlari shaxsning ruhiy muvozanatini saqlashda bir qator funksiyalarni bajaradi:

Stressni kamaytirish: Noqulay vaziyatlarda stress darajasini pasaytiradi.

Moslashuvchanlikni oshirish: Shaxsning turli vaziyatlarga moslashishiga yordam beradi.

O'zini o'zi himoya qilish: Shaxsni ichki va tashqi tahdidlardan himoya qiladi. Himoya mexanizmlarining konstruktiv va destruktiv jihatlari

Himoya mexanizmlari konstruktiv yoki destruktiv bo'lishi mumkin:

Konstruktiv himoya mexanizmlari: Shaxsning moslashuvchanligini oshiradi, stressli vaziyatlarda samarali yechimlar topishga yordam beradi. Masalan, sublimatsiya orqali shaxs salbiy impulslarini ijobiy faoliyatlarga yo'naltiradi.

Destruktiv himoya mexanizmlari: Reallikni buzish yoki inkor etish orqali shaxsning rivojlanishiga to'sqinlik qiladi. Masalan, inkorga olish orqali shaxs muammolarni tan olmasligi va ularni hal qilishdan qochishi mumkin.

O'ziga xos xususiyatlar: Adaptiv va Maladaptiv Mexanizmlar: Talabalarda psixologik himoya mexanizmlari ikki turga bo'linadi: adaptiv (ijobiy) va maladaptiv (salbiy). Adaptiv mexanizmlar, shaxsning stressga qarshi turish salohiyatini oshiradi, maladaptiv mexanizmlar esa shaxsni yanada muammolarga olib kelishi mumkin.

Kreativlik va Innovatsiya: Talabalar, o'z muammolarini hal etish jarayonida ko'pincha kreativ va innovatsion yondashuvlarni qo'llaydilar. Buning natijasida yangi psixologik himoya mexanizmlari shakllanishi yuzaga keladi.

Emotsional o'zgarishlar: Talabalarda psixologik himoya mexanizmlarining shakllanishi emotsional izlanishlarga ham olib keladi. Bu, ularning ichki holatlarini yaxshilash va o'z-o'zini anglash darajasini oshirishga yordam beradi.

Xulosa: Talabalarda psixologik himoya mexanizmlarining shakllanishi ko'plab omillarga bog'liq. O'qish va ta'lim tizimi, ijtimoiy aloq eltiradi. E'tiborga molik maladaptiv mexanizmlar (masalan, hissiy izolyatsiya yoki muammolardan qochish) esa shaxsni salbiy natijalarga olib kelishi mumkin, muammolarni yanada chuqurlashtiradi. Talabalarda psixologik himoya mexanizmlarining shakllanishi ko'plab omillarga bog'liqdir, ularning ijtimoiy va pedagogik muhitdan borib, shaxsiy tajribalarigacha ta'sir qiladi. Ijobiy ijtimoiy aloqalar, ta'lim jarayoni, psixologik qobiliyatlarning rivojlanishi va shaxsiy muammolar - bu barchasi talabalarga o'zining psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirishda asosiy omillardir. Ushbu mexanizmlar ko'pincha stressga qarshi turish, o'z-o'zini anglash va psixologik salomatlikni saqlashda muhim rol o'ynaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Jahon, A. (2020). "Oliy ta'limda psixologik himoya mexanizmlari". Olimlar jahoni. 23(2), 45-50.
2. Karimova, U. (2019). "Talabalarda stress va emotsiyalarni boshqarish: nazariya va amaliyot". Pedagogika va psixologiya. 15(1), 78-85.
3. Xodjayev, D. (2021). "O'ziga xos psixologik himoya mexanizmlarini rivojlantirish". Psixologik tadqiqotlar. 10(3), 112-120.

4. Rakhmonova, R. (2022). "Ijtimoiy aloqa va psixologik himoya mexanizmlari: talabalarning yangi muhitga moslashishi". Ijodiy pedagogika va psixologiya. 8(4), 135-142.

5. Ruzmetov, E. (2023). "Emotsional intellekt va talabalarning psixologik himoya mexanizmlari". O'zbekiston ta'lim tizimi: muammolar va yechimlar. 19(1), 5-13.

TARBIYA FANINI O'QITISH JARAYONIDA SINFDAN TASHQARI ISHLARNI TASHKIL ETISH TEXNOLOGIYALARI

*Radjabova Ug'iljon Davlatovna
Xonqa tumani 19-son maktab o'qituvchisi*

Annotatsiya. Ushbu tezisdagi boshlang'ich sinflarda "Tarbiya" fanini o'qitish jarayonida sinfdan tashqari ishlarni samarali tashkil etish texnologiyalari yoritilgan. Mazkur yo'nalish o'quvchilarda axloqiy fazilatlarni shakllantirish, ijtimoiy faollikni rivojlantirish, milliy va umuminsoniy qadriyatlarga sodiqlikni tarbiyalash jarayonida muhim o'rin tutadi. Tadqiqotda sinfdan tashqari faoliyat turlari — mavzuga oid ma'rifiy uchrashuvlar, rolli o'yinlar, ma'naviy-ma'rifiy tadbirlar, loyihaviy ishlash, viktorinalar, ijodiy topshiriqlar va o'quvchilarning amaliy mashg'ulotlari — ularning tarbiyaviy samaradorligini oshirish nuqtai nazaridan tahlil qilingan.

Kalit so'zlar. Tarbiya fani, boshlang'ich ta'lim, sinfdan tashqari ishlar, ma'naviy tarbiya, axloqiy tarbiya, tarbiyaviy ishlar.

Аннотация. В данном тезисе рассматриваются технологии эффективной организации внеурочной деятельности в процессе преподавания предмета «Воспитание» в начальных классах. Данное направление занимает важное место в формировании у учащихся нравственных качеств, развитии социальной активности, воспитании приверженности национальным и общечеловеческим ценностям. В исследовании проанализированы виды внеурочной деятельности — тематические просветительские встречи, ролевые игры, духовно-нравственные мероприятия, проектная деятельность, викторины, творческие

задания и практические занятия учащихся — с точки зрения повышения их воспитательной эффективности.

Ключевые слова: предмет «Воспитание», начальное образование, внеурочная деятельность, духовно-нравственное воспитание, нравственное воспитание, воспитательная работа.

Abstract. This thesis examines the technologies for the effective organization of extracurricular activities in the process of teaching the subject “Moral Education” in primary schools. This area plays a significant role in shaping students’ moral qualities, developing social activity, and fostering commitment to national and universal values. The study analyzes various forms of extracurricular activities — thematic educational meetings, role-playing games, spiritual and moral events, project-based learning, quizzes, creative tasks, and students’ practical activities — from the perspective of enhancing their educational and moral effectiveness.

Keywords: Moral Education subject, primary education, extracurricular activities, spiritual education, moral education, educational activities.

KIRISH. Maktab ta'limi tizimida boshlang'ich sinflar o'quvchilarning shaxsiy rivojlanishi, ma'naviy-axloqiy qarashlari va ijtimoiy xulq-atvor me'yorlarining shakllanishida muhim poydevor vazifasini bajaradi. Aynan shu bosqichda ularda ezgulik, odob-axloq, milliy va umuminsoniy qadriyatlarga hurmat, atrofdagilarga mehr-oqibat kabi fazilatlar singdirib boriladi. “Tarbiya” fanining mazmuni va maqsadi o'quvchilarda ana shunday sog'lom dunyoqarashni shakllantirish, jamiyatda faol fuqarolik pozitsiyasini egallashga tayyorlashni ko'zda tutadi. Shu bois mazkur fanni samarali o'qitish nafaqat dars jarayoni bilan, balki sinfdan tashqari faoliyat bilan ham uzviy bog'liqdir.

Mazkur tezisda boshlang'ich sinflarda “Tarbiya” fanini o'qitishda sinfdan tashqari ishlarning o'rni, ularning shakl va turlari, tashkil etish texnologiyalari hamda mazkur jarayonning ta'limiy va tarbiyaviy natijalari ilmiy-pedagogik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. Shuningdek, amaliy misollar, interfaol yondashuvlar, o'quvchi faolligini oshirishga yo'naltirilgan metodik taklif va tavsiyalar asoslab beriladi.

Adabiyotlar sharhi va metodologiyasi. Boshlang'ich ta'limda tarbiyaviy jarayonni samarali tashkil etish masalasi ko'plab pedagog olimlar tomonidan o'rganilgan. Xususan, Abdullayeva ta'kidlashicha, sinfdan tashqari faoliyat kichik yoshdagi o'quvchilarda ijtimoiy faollik, axloqiy ong va kommunikativ kompetensiyalarni shakllantirishda muhim omil hisoblanadi⁴. Muallif sinfdan tashqari ishlarning shakllari — suhbatlar, ma'rifiy tadbirlar, guruhiiy o'yinlar, ijodiy loyihalar — tarbiya fanidagi amaliy ko'nikmalarni mustahkamlashini asoslaydi.

Vigotskiy tomonidan ilgari surilgan ijtimoiy-faoliyatga asoslangan ta'lim konsepsiyasiga ko'ra, bola bilimni faol muloqot va tajriba orqali o'zlashtiradi⁵. Bu yondashuv tarbiya fanida sinfdan tashqari mashg'ulotlar, ayniqsa rolly o'yinlar va jamoaviy topshiriqlarning ahamiyatini kuchaytiradi. Chunki aynan norasmiy o'quv muhitida o'quvchilar o'zaro hamkorlikda axloqiy me'yorlarni real vaziyatlarda qo'llash imkoniga ega bo'ladi.

Yunusovning fikricha, boshlang'ich sinflarda tarbiyaviy faoliyatni rejalashtirishda zamonaviy pedagogik texnologiyalar — interfaol metodlar, loyihaviy ta'lim, modul asosida o'qitish — o'quvchi shaxsining har tomonlama rivojlanishiga xizmat qiladi⁶. Shuningdek, AKT vositalaridan foydalanish o'quvchilarning qiziqishini oshirib, tarbiyaviy jarayonning samaradorligini kuchaytirishi qayd etiladi.

Shu bilan birga, Mahkamova sinfdan tashqari tarbiyaviy ishlarning tizimli tashkil etilishi o'qituvchining metodik tayyorgarligi bilan bevosita bog'liq ekanini ta'kidlaydi⁷. Uning fikricha, tarbiya fanida an'anaviy suhbat va muloqotlar bilan bir qatorda, integratsiyalashgan mashg'ulotlar va ijtimoiy-amaliy loyihalar qo'llanishi o'quvchining shaxsiy fazilatlarini yanada rivojlantiradi.

Mazkur adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, tarbiya fanida sinfdan tashqari ishlar o'quvchilarni ma'naviy kamolotga yetaklashning muhim vositasi bo'lib, ular

⁴ Abdullayeva, N. "Boshlang'ich sinflarda tarbiyaviy jarayonni tashkil etish metodikasi." – Toshkent: Fan, 2019.

⁵ Vygotsky, L.S. *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge: Harvard University Press, 1978.

⁶ Yunusov, B. "Pedagogik texnologiyalar va boshlang'ich ta'lim." – Toshkent: O'qituvchi, 2020.

⁷ Mahkamova, D. "Sinfdan tashqari tarbiyaviy faoliyatning metodik asoslari." // *Pedagogika va psixologiya jurnali*, 2021, №3.

zamonaviy pedagogik texnologiyalar bilan uyg'un holda olib borilgandagina yuqori natijaga erishiladi.

Mazkur tadqiqot boshlang'ich sinflarda "Tarbiya" fanini o'qitish jarayonida sinfdan tashqari faoliyatning o'rnini aniqlash, ularni samarali tashkil etish texnologiyalarini asoslashga qaratilgan bo'lib, tadqiqot jarayonida quyidagi metodologik yondashuvlar va usullar majmuasi qo'llanildi.

1. Nazariy-metodik tahlil

Tarbiyaviy jarayonning ilmiy-nazariy asoslarini aniqlash maqsadida pedagogika, psixologiya, boshlang'ich ta'lim metodikasi bo'yicha mavjud ilmiy manbalar, darsliklar, monografiyalar, ilmiy maqolalar o'rganildi. Abdullayeva, Mahkamova, Yunusov kabi mahalliy mualliflar hamda Vigotskiy ta'lim psixologiyasi konsepsiyalari tadqiqotning nazariy tayanchini tashkil etdi. Ushbu tahlil sinfdan tashqari ishlarning tarbiyaviy jarayondagi o'rnini aniqlash imkonini berdi.

2. Tashkiliy-amaliy tajriba

Mazkur texnologiyalar samaradorligini baholash maqsadida kichik hajmdagi amaliy tajriba mashg'ulotlari tashkil etildi. Ular doirasida interfaol metodlar, o'yin texnologiyalari, loyihaviy topshiriqlar va AKT asosidagi mashg'ulotlar sinfdan tashqari faoliyatda qo'llanildi. Har bir mashg'ulotdan so'ng o'quvchi faolligi, ijtimoiy moslashuv ko'nikmalari va tarbiyaviy natijalar kuzatildi.

3. Suhbat va intervyu metodi

Boshlang'ich sinf o'qituvchilari bilan suhbat o'tkazilib, ularning tarbiya fanida sinfdan tashqari faoliyatni tashkil etish bo'yicha tajribasi, muammolari va samarali yondashuvlari o'rganildi. Shu orqali amaliyotdagi real ehtiyojlar va mavjud kamchiliklar aniqlashtirildi.

4. Tahlil va umumlashtirish

Tajriba jarayoni, kuzatishlar va suhbatlardan olingan natijalar tizimli tahlil qilinib, o'quvchilarda axloqiy fazilatlarning shakllanishi, ijtimoiy faollikning ortishi, muloqot madaniyati va o'zini tutish ko'nikmalaridagi o'zgarishlar umumlashtirildi. Olingan ma'lumotlar asosida sinfdan tashqari ishlarni tashkil etishning samarali texnologiyalari taklif etildi.

Tadqiqot metodlari kompleks qo'llanilgani natijasida "Tarbiya" fanida sinfdan tashqari ishlarning samaradorligi nazariy va amaliy jihatdan asoslandi. Metodlar uyg'unligi o'quvchilarning tarbiyaviy rivojlanishiga ta'sir ko'rsatuvchi omillarni aniqlash, mashg'ulotlarni zamonaviy yondashuvlar asosida tashkil etish imkonini berdi.

Natijalar. Tadqiqot davomida boshlang'ich sinflarda tarbiya fanini o'qitish jarayonida sinfdan tashqari ishlarni samarali tashkil etish o'quvchilarning axloqiy, ma'naviy va ijtimoiy faolligini oshirishda muhim omil ekanligi aniqlandi. Sinfdan tashqari mashg'ulotlar — suhbatlar, rolli o'yinlar, ijtimoiy loyihalar, sahna ko'rinishlari va amaliy mashg'ulotlar — o'quvchilarda ijtimoiy moslashuv, jamoada ishlash, muloqot madaniyati, mas'uliyat kabi ko'nikmalarni shakllantirishga sezilarli ta'sir ko'rsatdi.

Tajriba jarayonida ushbu faoliyatlarni o'qitish jarayoniga integratsiya qilish o'quvchilarning darsga bo'lgan qiziqishini oshirgan, mavzularni chuqurroq anglashiga va o'z hayotiy tajribasi bilan bog'lashiga imkon bergani kuzatildi. Shuningdek, sinfdan tashqari tarbiyaviy ishlar mazmunini yosh xususiyatlariga mos rejalashtirish va interfaol metodlardan foydalanish samaradorlikni yanada oshirishi aniqlandi.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, samarali tashkil etilgan sinfdan tashqari tarbiyaviy faoliyat boshlang'ich ta'limda tarbiya fanining ta'sirchanligini oshiradi, o'quvchilarda barqaror axloqiy fazilatlar va ijtimoiy kompetensiyalarni shakllantiradi.

Muhokama. O'tkazilgan tadqiqot natijalari tahlili shuni ko'rsatadiki, boshlang'ich sinflarda tarbiya fanini o'qitish jarayonida sinfdan tashqari ishlarni samarali tashkil etish o'quvchilarning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishida muhim omil hisoblanadi. Olingan natijalar mavjud ilmiy adabiyotlarda keltirilgan nazariy qarashlar bilan uyg'unlikda bo'lib, sinfdan tashqari mashg'ulotlar tarbiyaviy jarayonning ajralmas qismi ekanini yana bir bor tasdiqlaydi.

Tahlillar shuni ko'rsatdiki, suhbatlar, sahna ko'rinishlari, rolli o'yinlar, amaliy loyihalar kabi tashkiliy shakllar o'quvchilarning axloqiy tushunchalarini mustahkamlaydi, ijtimoiy faollikni oshiradi va darsda olingan bilimlarni hayotiy

vaziyatlarda qo'llashga imkon beradi. Bu esa tarbiya fanini faqat nazariy tushunchalar yig'indisi sifatida emas, balki o'quvchi shaxsini har tomonlama rivojlantiruvchi jarayon sifatida ko'rishga asos yaratadi.

Shuningdek, o'qituvchining metodik tayyorgarligi, mashg'ulotlarning yosh xususiyatlariga mosligi va rejalashtirilgan faoliyatning tizimliliği samaradorlikka sezilarli ta'sir ko'rsatishi aniqlandi. Tadqiqot jarayonida kuzatilgan natijalar shuni ko'rsatadiki, sinfdan tashqari ishlarni dars bilan bog'liq holda, bosqichma-bosqich amalga oshirish o'quvchilarning emosional qiziqishini oshiradi va ularni faol ishtirokchi sifatida tarbiyalaydi.

Umuman olganda, muhokama natijalari sinfdan tashqari tarbiyaviy faoliyatni to'g'ri yo'lga qo'yish o'quvchilarning ma'naviy-axloqiy sifatlarini shakllantirishda, ijtimoiy moslashuv ko'nikmalarini rivojlantirishda va tarbiya fanining amaliy samaradorligini oshirishda muhim omil ekanini ko'rsatdi.

Xulosa. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, boshlang'ich sinflarda tarbiya fanini o'qitish jarayonida sinfdan tashqari ishlarni samarali tashkil etish o'quvchilarning axloqiy, ma'naviy va ijtimoiy rivojlanishini sezilarli darajada oshiradi. Interfaol metodlar, rolli o'yinlar, loyihaviy faoliyat va ma'naviy-ma'rifiy tadbirlarni uyg'un qo'llash o'quvchilarning muloqot madaniyati, tashabbuskorligi, mas'uliyati va ijtimoiy faolligini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Shu bilan birga, sinfdan tashqari ishlarni yosh xususiyatlariga mos, tizimli va rejalashtirilgan shaklda tashkil etish tarbiya fanining samaradorligini oshirishda muhim omil ekanligi tasdiqlandi. Umuman olganda, tadqiqot natijalari pedagoglarga sinfdan tashqari tarbiyaviy faoliyatni rejalashtirish va amalga oshirish bo'yicha amaliy tavsiyalar berishga imkon yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati

1. Abdullayeva, N. "Boshlang'ich sinflarda tarbiyaviy jarayonni tashkil etish metodikasi." – Toshkent: Fan, 2019.
2. Vygotsky, L.S. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Cambridge: Harvard University Press, 1978.
3. Yunusov, B. "Pedagogik texnologiyalar va boshlang'ich ta'lim." – Toshkent: O'qituvchi, 2020.
4. Mahkamova, D. "Sinfdan tashqari tarbiyaviy faoliyatning metodik asoslari." // Pedagogika va psixologiya jurnali, 2021, №3.

PSIXOLOGIYA YO'NALISHI TALABALARIDA ETNIK TOLERANTLIKNI DIAGNOSTIKASI

Dadaboyeva Nazokatxon Muxamedovna
Toshkent turizm va mehmonxona menejment texnikumi psixologi,
Oriental universiteti magistranti

Bugungi globallashuv sharoitida turli millat va elatlar vakillarining o'zaro muloqoti tobora kuchayib bormoqda. Ayniqsa, ko'p millatli jamiyatda yashovchi yoshlarning etnik tolerantlik darajasi jamiyatdagi ijtimoiy barqarorlikni ta'minlash, sog'lom psixologik muhitni shakllantirish hamda madaniyatlararo totuvlikni rivojlantirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Shu nuqtai nazardan, Toshkent turizm va mehmonxona menejment texnikumida psixolog lavozimida faoliyat yuritishim hamda Oriental universiteti magistranti sifatida ilmiy tadqiqot olib borishim mazkur mavzuning dolzarbligini yanada oshirdi.

Tadqiqot doirasida texnikumda tahsil olayotgan 16 yoshli 25 nafar talaba (o'g'il bolalar va qizlar) respondent sifatida tanlab olindi. Respondentlar bir xil yoshda bo'lib, bu omil yosh ta'sirini minimal darajada saqlash imkonini berdi. Tadqiqot individual va anonim tarzda o'tkazildi, bu esa natijalarning ishonchliligini ta'minlashga xizmat qildi.

Tadqiqotdan ko'zlangan asosiy maqsad talabalarda etnik tolerantlik darajasini aniqlash hamda uni yoshi, jinsi, etnik bag'rikenglik, ijtimoiy bag'rikenglik va shaxs sifatida bag'rikenglik bilan bog'liq holda tahlil qilishdan iborat bo'ldi. Natijalar tahlili shuni ko'rsatdiki, umumiy guruhda yosh omili bilan tolerantlik darajasi o'rtasida statistik jihatdan ahamiyatli bog'liqlik aniqlanmadi. Bu holat tolerantlikning asosan shaxsning individual psixologik xususiyatlari, ijtimoiy tajribasi va tarbiyaviy muhit bilan belgilanishini ko'rsatadi.

Asosiy qisim

Tadqiqotimizda 16 yosh texnikumning 25 nafar talabalarida Etnik tolerantlik darajasini aniqlash metodikasini o'tkazdim. Ular turli ijtimoiy-madaniy tajribalarga ega bo'lib, mazkur yosh davri tolerantlikning shakllanishi uchun sezgir bosqich hisoblanadi. Tadqiqot individual shaklda, anonim ravishda o'tkazildi.

Metodika bo'yicha har bir subshkala uchun natijalar quyidagi mezonlar asosida baholandi:

<i>Столбец1</i>	jinsi	Etnik bag'rikenglik	Ijtimoiy bag'rikenglik	Shaxs sifatida bag'rikenglik	Umumiy ball
jinsi	1				
Etnik bag'rikenglik	-0,19125	1			
Ijtimoiy bag'rikenglik	-0,41981	0,290715044	1		
Shaxs sifatida bag'rikenglik	-0,31781	0,047871241	0,504627379	1	
Umumiy ball	-0,37483	0,619618687	0,832843668	0,66762706	1

Etnik bag'rikenglik:

- 19 ballgacha – past daraja
- 20–31 ball – o'rta daraja
- 32 ball va undan yuqori – yuqori daraja

Ijtimoiy bag'rikenglik:

- 22 ballgacha – past
- 23–36 ball – o'rta
- 37 va yuqori – yuqori daraja

Shaxs sifatida bag'rikenglik:

- 19 ballgacha – past
- 20–31 ball – o'rta
- 32 ball va yuqori – yuqori daraja

Umumiy bag'rikenglik darajasi uchun metodikada 22–132 ball oralig'i belgilangan:

- 22–60 ball:** past daraja
- 61–99 ball:** o'rta daraja
- 100–132 ball:** yuqori daraja

Shu asosda umumiy tendensiyalar aniqlanib, korelyatsion tahlil yordamida o'zgaruvchilar o'rtasidagi bog'liqliklar o'rganildi. Jadval.

1. Umumiy bag'rikenglik darajasi bo'yicha tahlil

25 nafar talaba orasida olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, umumiy bag'rikenglik o'rtacha darajada shakllangan bo'lib, talabalarning katta qismi tolerantlikning o'rta yoki yuqori darajasiga moyil.

Bu natijalar umumiy tolerantlikni shakllantirishda **ijtimoiy bag'rikenglik** eng muhim omil ekanini ko'rsatadi. Ya'ni talabaning turli ijtimoiy guruhlariga, jumladan,

qochoqlar, tartibsizlar, ruhiy kasallar yoki jamiyatning marginal qatlamlariga bo'lgan munosabati uning umumiy tolerantlik darajasiga eng katta ta'sirni ko'rsatadi.

Ikkinchi o'rinda **shaxsiy bag'rikenglik** turadi — bahslashish, qo'polikka javob, hissiy muvozanat, boshqalarni tinglashga tayyorlik va o'z fikrida qat'iylik kabi shaxsiy xususiyatlar talabalar tolerantligi darajasini belgilaydi.

2. Etnik bag'rikenglik bo'yicha

Tadqiqot natijalari talabalar orasida etnik bag'rikenglikning o'rtacha darajada shakllanganini ko'rsatdi. Talabalar boshqa millat vakillariga nisbatan umumiy ijobiy munosabatga ega, ammo bu ko'rsatkich shaxsiy xulq-atvor yoki ijtimoiy guruhlar haqidagi qarashlar bilan kuchli bog'lanmagan. Ya'ni ular boshqa millat vakillariga nisbatan bag'rikeng bo'lishsa ham, bu shaxsiy muloqotdagi bag'rikenglik darajasi bilan mutanosib emas.

Shu sababli, etnik bag'rikenglik respondentlarning umumiy tolerantlik darajasini mustahkamlaydi, ammo uni shakllantiruvchi asosiy manba emas.

3. Ijtimoiy bag'rikenglik bo'yicha

Ijtimoiy bag'rikenglik tolerantlikning eng dinamik va sezgir qatlami hisoblanadi. Olingan natijalardan ko'rinadiki, talabalarda ijtimoiy bag'rikenglik juda muhim rol o'ynaydi. Turli ijtimoiy guruhlar — ozchiliklar, ruhiy kasallar, jinoyatchilar yoki ijtimoiy chetlashgan toifalarga munosabat ularning umumiy tolerantlik darajasini belgilovchi asosiy omilga aylanadi.

Sifat jihatidan qaraganda, talabalar boshqacha ijtimoiy guruh vakillariga nisbatan birdek iliq munosabat ko'rsatmaydilar; ba'zi toifalarga bag'rikenglik yuqori bo'lsa-da, boshqalarga nisbatan murosasizlik seziladi. Bu yoshlar orasida hali to'liq shakllanmagan ijtimoiy ong va ijtimoiy guruhlar haqidagi stereotiplarning mavjudligini ko'rsatadi.

4. Shaxs sifatida bag'rikenglik bo'yicha

Shaxsiy-bixevioral tolerantlik — bahslashish madaniyati, o'zini tuta bilish, agressiyaga javob, o'z fikrini himoya qilish va boshqalarni tinglashga tayyorlik kabi xususiyatlarni o'lchaydi. Talabalar muloqot jarayonida asosan murosaga moyil bo'lsalar-da, ayrim vaziyatlarda agressiv reaksiyalar yoki bahsga o'ta hissiy kirishish

holatlari mavjud. Bunday yosh xususiyati normal psixologik hodisa bo'lib, bag'rikenglikning shakllanishi hali davom etayotganini bildiradi.

Shaxsiy tolerantlikning yuqori bo'lishi umumiy tolerantlikni sezilarli oshiradi, bu esa talabalar uchun kommunikativ madaniyat muhim ekanini ko'rsatadi.

5. Jins va tolerantlik munosabati

Jins omili barcha uch subshkala bilan salbiy bog'liqlikka ega.

Bu esa ayrim jins vakillari tolerantlikning boshqasiga qaraganda nisbatan pastroq darajasini namoyon etganini ko'rsatadi. Bu farq ehtimol ijtimoiy rol, tarbiya, emosional stabilitet yoki kommunikativ xulqdagi gender farqlari bilan belgilanadi.

XULOSA. Tadqiqot natijalari texnikum talabalarida etnik tolerantlikni rivojlantirish jarayonida ijtimoiy muloqot, empatiya va kommunikativ madaniyatni shakllantirish muhim ahamiyatga ega ekanini ko'rsatdi. Ijtimoiy bag'rikenglik tolerantlikning yetakchi omili bo'lib, etnik tolerantlik nisbatan barqaror, ammo ikkilamchi ahamiyatga ega komponent sifatida namoyon bo'ldi. Olingan xulosalar asosida ta'lim muassasalarida madaniyatlararo muloqot treninglari, psixologik seminarlar va ijtimoiy empatiyani rivojlantirishga qaratilgan dasturlarni joriy etish tavsiya etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Asmolov A.G. Psixologiya tolerantnosti. – Moskva, 2018.
2. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent, 2020.
3. Allport G. The Nature of Prejudice. – New York, 2017.

OILADAGI TA'LIM-TARBIYADA PSIXOLOGIK OMILLAR

*Dexqonova Munajat Zafarovna
Farg'ona viloyati Beshariq tumani 56-maktab amaliyotchi psixologi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'sib kelayotgan yosh avlodni kasbga yo'naltirish hamisha davlatimiz siyosati oldida turgan ustuvor masalalardan sanalib kelingan. Mazkur jarayonni amalga oshirish uchun farzandlarimizning ota-onalari,

ta'lim muassasalarining o'рни, o'qituvchilar hamda amaliyotchi psixologlarining faoliyati katta ahamiyatga ega. O'quvchilarni kasbga to'g'ri yo'naltirishdagi mavjud muammolar, hamda o'quvchilarni kasb tanlash motivlari haqida ma'lumotlar keltirilgan, o'quvchilarning kreativlik darajasini oshirishda artterapiyaning ahamiyati haqida ma'lumot berilgan.

Kalit so'zlar: motiv, psixologik omillar, o'quvchilar, xulq – atvor, prognoz, motivatsiya, psixologik tanlov, kasb tanlash, komponentlar.

Ma'lumki, har qanday jamiyatning ravnaqi, ijtimoiy, siyosiy, iqtisodiy barqarorligi, fuqarolarining aqliy va axloqiy salohiyatini yuksak darajada rivojlanganligiga bog'liq. Zero, jamiyatimizning ma'naviy yangilanishida, ijtimoiy yo'naltirilgan bozor iqtisodiyotini shakllantirishda jahon hamjamiyatiga qo'shilishini ta'minlaydigan demokratik xuquqiy davlat qurish kadrlar tayyorlashning milliy masalasi ustuvor mezon sifatida muhim rol o'ynaydi. Inson bolasi kamolga yetgani sari ilmga, ma'rifatga talpinadi. Dastlabki saboqni ham u maktabdan oladi. Ammo kelajagimiz egalari bo'lgan yoshlarga ta'lim berish ularni o'qitish bilan bog'liq ayrim muammolar bugungi kunda kishini o'ylantirib qo'yayotgani tabiiy. Chunki zamonaviy shiddatkor jamiyat esa yetuk bilimdon mutaxassis kadrlarga muxtoj bo'lib boraveradi. Shu o'rinda asosiy urg'uni oilaga berilishi ham bejiz emas. Oila muqaddas xilqat sifatida ta'riflanishi, "Vatan oiladan boshlanur" deb aytilishi oilaning hayot mazmuniga aylanganligi, tarixiy jarayonlar vositasida bugungi kunimizga o'zining urf-odatlari, an'analari, milliyligi bilan yetib kelganligi diqqatga sazovordir. Har bir oilaning mazmun mohiyati uning ichidagi ijtimoiy-ma'naviy, ma'rifiy hamda bola tarbiyasidagi ko'rinishida namayon bo'ladi.

Mamlakatimizning dunyo miqyosida tanilishida avvolom bor oilaning shakllanishiga, yosh avlodni tarbiyalashdagi yo'nalishlarga, ijtimoiy-ma'naviy, diniy, axloqiy va jismoniy tarbiyani rivojlantirishga alohida e'tibor qaratilganligi natijasida, ajdodlarimizning ulug' nomlari xanuzgacha yer kurrasining deyarli barcha rivojlangan davlatlarda ismlari yanada yuqori pog'onalarga ko'tarilmoqda.

Jumladan, Abu Ali ibn Sino, Al-Buxoriy, Jaloliddin Manguberdi, Amir Temur, Mirzo Ulug'bek, Bobur Mirzo, Al-Xorazmiy, Alisher Navoiy va boshqa minglab olim-u, mutafakkirlarimizning nomlari jaxonga doston bo'lganligi ayni haqiqatdur.

Yurtboshimiz Shavkat Miromonovich Mirziyoyev yuqoridagi buyuk ajdodlarimiz haqlarida juda ko'p ijobiy fikrlarni aytibgina qolmasdan balki, har bir viloyat va shahar tumanlardagi tarixiy obidalarni yanada rivojlantirish orqali ajdodlarimizning xotiralarini yanada shod etmoqdalar. Minglab sayyohlar bilan birgalikda yoshlarimiz, diyorimizni o'rganmoqda va olamga ziyo tarqatmoqda.

Bugungi kunda yangi O'zbekiston strategiyasi va Respublikamizda amalga oshirilayotgan barcha ijobiy taraqqiyot ishlar xalq manfaatlar uchun ekanligi va unda bola tarbiyasiga e'tibor kelajakka zamin yaratish hamda harakatlar strategiyasidan taraqqiyot strategiyasiga o'tishga yo'l ochadi. Shuningdek, har bir ota-ona allbatta farzandini barkamol inson bo'lib voyaga yetishini istaydi. Shunday ekan avolom bor, oilada onalar shaxsan farzand tarbiyasi bilan o'zlari shug'ullanishi zarur. Al-Buxoriy xazratlarining onalari aynan farzand tarbiyasi bilan mashg'ul bo'lganliklari sababli, ul aziz onadan buyuk olim va avliyo inson dunyoga kelganligi butun olamga ma'lum.

Muhokama va natijalar. Kasbiy shakllanish jarayonining dastlabkiva ayni damda o'ta muhim bosqichi bo'lajak kasbni tanlash, ya'ni aniq birkasbiy qarorga kelishigacha bo'lgan davrni o'z ichiga oladi. Ravshanki, yoshlarning kasb tanlashga tayyorgarlik darajasi, faqatgina yoshxususiyatlariga bog'liq emas, u ma'lum yoshga kelib o'z- o'zidanshakllanib qolmaydi. Yoshlarning kasb tanlashga pedagogik-psixologikbilim, ko'nikma, malakalar, shuningdek, jamiyatning ta'siri orqalitayyorlash va tarbiyalash lozim. Mazkur jarayonda shaxsdan kasbgadoir bilimlarga ega bo'lish talab qilinadi. Shuning uchun hamo'quvchilarni kasblar olamiga doir bilimlar bilan qurollantirish hamdaamaliy ko'nikma va malakalarni hosil qilish lozim. Buning uchunkasblarga doir qo'llanmalar, tarqatma materiallar bilan ta'minlashlozim.

Shundagina kasb tanlash jarayonida yuzaga keladigan turliqiyinchilik, ziddiyat, to'siqlarni oldini olgan holda o'quvchi-yoshlarningli ravishda kasbga

yo'llash imkoniga ega bo'lamiz. Texnologiya fanio'qituvchisi texnologik ta'lim jarayonida kasb va mehnat turlarihaqidagi ma'lumotlarni muayyan mavzularga bog'lagan holdao'quvchilarga ye tkazishi lozim. O'quvchilarning qiziqishlarigaasoslangan holda o'tkaziladigan mashg'ulotlar orasida muayyankasblarga oid to'garaklar alohida o'rin egallaydi. Bunday to'garaklaraksariyat hollarda mehnat va kasb ta'limi o'qituvchilari tomonidan olibboriladi. Bular jumlasiga texnik-ijodkorlik, yosh rassomlar, yosh texnologlar, yosh fiziklar kabi to'garaklarni kiritish mumkin. O'qituvchi bunday to'garaklarda o'quvchilarning loyihachilik, texnik-ijodkorlik ixtirochilik kabi qobiliyatlarini rivojlantirish ustida tizimli ish olib boorish imkoniyatiga ega. Texnologiya o'qituvchisi o'z ish faoliyatida pedagogic psixologik tashxisga alohida o'rin ajratishi lozim. Pedagogik-psixologik tashxis jarayonida o'qituvchi maktab rahbariyati va psixologi, o'quvishlab chiqarish muassasasi hamda kasb-hunar kollejlari mutasaddilari bilan hamkorlikda har bir o'quvchining tanlagan kasbi bilan shaxsiy sifatleri orasidagi mutanosiblikni aniqlashi kerak.

Texnologiya fani o'qituvchisi o'zining o'quvchilarni kasbga yo'llashga oid faoliyatini sinf rahbarlari, fan o'qituvchilari, maktab rahbariyati va psixologi, ota-onalar, mahalla faollari, hududdagi kasbhunar kollejlari ma'muriyati faoliyati bilan mujassamlashtirgan holda amalga oshirishi kerak. O'quvchilarni kasb-hunarga to'g'ri yo'llashda mehnat xonasi, laboratoriya va ustaxonalar ham alohida ahamiyatga ega. Mehnat fani o'qituvchisi ularni zamonaviy talablar asosida jihozlashga alohida e'tibor qaratishi lozim, chunki o'quvchilarda muayyan mehnat va kasb turi haqidagi bilim, tushuncha va tasavvurlar ularning jamiyat hayotida tutgan o'rni haqidagi ma'lumotlar dastlab shu yerda hosil bo'ladi. Ma'lumki, mehnat va kasb-hunarga bo'lgan muhabbat,e'tiqod, barcha o'quv fanlari tarkibida shakllantiriladi. Shuning uchun ham texnologik ta'lim darslarida fanlararo aloqadorlikka alohida e'tibor qaratish talab etiladi. Kasb tanlashda maktab amaliyotchi-psixologining ham olibborayotgan arg'ibot- tashviquot ishlarning o'z ahamiyati bor.

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlab o'tishimiz joizki yoshlarimizni to'g'ri kasbga yo'naltirish, bu eng muhim vazifalardan biri ekanligini yana bir bor ta'kidlab o'tmoqchiman. Inson to'g'ri kasb tanlash orqali o'z oilasiga, jamiyatga juda katta naf keltishi isbot talab qilmaydigan qonuniyatdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1.O'zbekiston Respublikasining Konstitutsiyasi. 01.05.2023-yil
<https://lex.uz/docs/6445145>.

2. O'z.R-ning 2014-yil 14-maydagi "Huquqbuzarliklar profilaktikasi to'g'risida" O'RQ – 371-son Qonuni.

**YOSHLARNI OILAVIY HAYOTGA TAYYORLASHNI
YAXSHILASHNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK IMKONIYATLARI**

Abduvaxobova Mastura To'ychiyevna
Farg'ona viloyati Beshariq tumani 1-IDUM amaliyotchi psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash jarayonining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari, unga ta'sir etuvchi omillar va zamonaviy taraqqiyot tendensiyalari tahlil etiladi. Maqolada oila institutining jamiyat barqarorligidagi o'рни, shuningdek, yoshlarning oilaviy qadriyatlar, mas'uliyat va psixologik tayyorgarlik darajasini oshirishga doir ilmiy yondashuvlar yoritilgan

Kalit so'zlar: oila, yoshlar, ijtimoiy psixologiya, qadriyat, mas'uliyat, tayyorgarlik, ma'naviyat, milliy an'analar.

Bugungi globallashuv jarayonida oila institutining mustahkamligi, ayniqsa yosh avlodning oilaviy hayotga tayyorlik darajasi ijtimoiy barqarorlikning eng muhim mezonlaridan biri sifatida qaralmoqda. Oila nafaqat shaxsning shakllanishi, balki jamiyatning ma'naviy poydevori hisoblanadi. Shu boisdan ham Prezidentimiz ta'kidlaganidek, "Yoshlarning ma'naviy yetukligi va oilaviy hayotga tayyorgarligi

– millat kelajagining kafolatidir.” O‘zbekiston Respublikasida “Yoshlar siyosati to‘g‘risida”gi Qonun, “Oila konsepsiyasi” hamda “Ma’naviyat va ma’rifat” dasturlari doirasida yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash masalasi davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri sifatida belgilangan.

Asosiy qism.

1. Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashning ijtimoiy omillari.

Yoshlarning oilaviy hayotga tayyorgarligi, avvalo, ularning ijtimoiy tajribasi, ta’lim muassasalarida olgan bilimlari, oilaviy muhit va jamiyat qadriyatlariga nisbatan munosabatlari bilan belgilanadi. Ijtimoiy psixologik nuqtai nazardan, oila modeli yosh shaxs ongida bolalikdan shakllanadi. Shuning uchun ota-onaning o‘zaro munosabat madaniyati, mehr-muhabbati, muammolarni hal etishdagi muloqot uslubi yosh avlodda oilaviy mas’uliyat hissining paydo bo‘lishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Ta’lim muassasalarida oilaviy hayot madaniyati bo‘yicha maxsus psixologik-treninglar, suhbatlar, amaliy mashg‘ulotlar tashkil etish ijtimoiy tayyorgarlikni mustahkamlashning samarali vositasidir.

2. Psixologik tayyorgarlikning ahamiyati.

Yoshlarning oilaviy hayotga psixologik tayyorligi ularning hissiy barqarorligi, empatiya (hamdardlik) qobiliyati va murosa qilish ko‘nikmalari bilan belgilanadi. Psixologik jihatdan tayyor bo‘lgan shaxslar oilaviy nizolarga konstruktiv yondashadi, farzand tarbiyasida ijobiy uslublarni qo‘llaydi. Shu bois, nikohdan oldingi psixologik maslahatlar, oilaviy rollarni o‘rgatish mashg‘ulotlari va muloqot madaniyati treninglari yoshlar uchun dolzarbdir. Psixologik tayyorgarlik inson hayotining turli sohalarida muhim rol o‘ynaydi. Bu jarayon shaxsiy va professional muvaffaqiyatga erishishda asosiy omillardan biri hisoblanadi. Psixologik tayyorgarlik deganda, insonning maqsadlariga erishish uchun ruhiy holatini mustahkamlash, stress va qiyinchiliklarga qarshi chidamliligini oshirish, motivatsiyani saqlash kabi jarayonlar tushuniladi. Ushbu maqolada psixologik tayyorgarlikning ahamiyatini ko‘rib chiqamiz va turli misollar orqali izohlaymiz.

Psixologik tayyorgarlik nima va nega muhim? Psixologik tayyorgarlik – bu maqsadga yo'naltirilgan ruhiy holatni shakllantirish. U insonning jismoniy qobiliyatlarini to'ldirib, muvaffaqiyat ehtimolini oshiradi. Masalan, sportchilar jismoniy mashqlarni bajarsa-da, agar ruhiy jihatdan tayyor bo'lmasa, musobaqada muvaffaqiyatsizlikka uchrashi mumkin. Psixologlarning fikricha, ruhiy tayyorgarlik insonning o'ziga ishonchini oshiradi, quruq va shubhalarni kamaytiradi va diqqatni jamlaydi. Ahamiyati quyidagilarda namoyon bo'ladi:

Muvaffaqiyatga erishishda: Ruhiy tayyorgarliksiz, hatto eng yaxshi rejalashtirish ham samarasiz qolishi mumkin.

Stressni boshqarishda: Hayotdagi qiyinchiliklarda ruhiy chidamlilik yordam beradi.

Shaxsiy rivojlanishda: O'zini-o'zi boshqarish va motivatsiya orqali yangi cho'qqilarni zabt etish imkoniyati paydo bo'ladi.

Sportdagi psixologik tayyorgarlik misollari. Sport sohasi psixologik tayyorgarlikning ahamiyatini yorqin ko'rsatadigan maydon. Ko'plab sportchilar jismoniy tayyorgarlikka e'tibor bersa-da, ruhiy tayyorgarlik musobaqa natijasini belgilaydi.

Misol 1: Maykl Felpsning Olimpiada yutuqlari. Amerikalik suzuvchi Maykl Felps 23 ta Olimpiya oltin medalini qo'lga kiritgan. Uning muvaffaqiyatining sirlaridan biri – meditatsiya va vizualizatsiya usullari orqali psixologik tayyorgarlik. Felps har bir musobaqa oldidan o'zini g'olib sifatida tasavvur qilar edi, bu esa stressni kamaytirib, diqqatni jamlagan. Natijada, u qiyin vaziyatlarda ham yutqazmagan.

Misol 2: Serena Uilyamsning tennisdagi qaytishi. Tennis yulduzi Serena Uilyams homiladorlikdan keyin kortga qaytganida, ruhiy qiyinchiliklarga duch keldi. U psixologlar bilan ishlab, o'ziga ishonchni tikladi va vizualizatsiya mashqlarini bajardi. Natijada, u yana bir necha Grand Slam turnirida g'olib chiqdi, bu psixologik tayyorgarlikning kuchini isbotlaydi.

Ta'lim va imtihonlardagi psixologik tayyorgarlik

Ta'lim jarayonida psixologik tayyorgarlik o'quvchilarning natijalarini yaxshilaydi. Imtihonlar oldidan qo'rquv va hayajon ko'plab talabalarni muvaffaqiyatsizlikka olib keladi.

Misol 1: Universitetga kirish imtihonlari. O'rta maktab bitiruvchilari orasida psixologik tayyorgarlik darslari o'tkazilgan guruhlarining natijalari 20-30% yuqori bo'lgan. Masalan, Yaponiyada "mindfulness" (fikrni jamlayish) mashqlari orqali talabalar imtihon stressini boshqarib, yaxshi ballar olganlar.

Misol 2: Tomas Edisonning tajribalari. Mashhur ixtirochi Tomas Edison 1000 dan ortiq muvaffaqiyatsiz urinishdan keyin lampochkani ixtiro qildi. Uning psixologik tayyorgarligi – har bir muvaffaqiyatsizlikni tajriba sifatida qabul qilish edi. Bu misol ta'limdagi ruhiy chidamlilikning ahamiyatini ko'rsatadi.

Biznes va kasbiy hayotdagi psixologik tayyorgarlik.

Biznesda psixologik tayyorgarlik rahbarlar va xodimlar uchun muhim. U qaror qabul qilish va jamoaviy ishni yaxshilaydi.

Misol 1: Elon Maskning SpaceX loyihasi. Elon Maskning SpaceX kompaniyasi ko'plab muvaffaqiyatsizliklarga duch keldi, ammo Maskning ruhiy tayyorgarligi – maqsadni doimiy ravishda eslatib turish va motivatsiya berish – kompaniyani muvaffaqiyatga olib chiqdi. U xodimlar bilan psixologik mashg'ulotlar o'tkazib, qiyinchiliklarga qarshi chidamlilikni oshirgan.

Misol 2: Apple kompaniyasining inqirozi. Stiv Jobs Apple'dan chiqarib yuborilganda, ruhiy tayyorgarlik orqali o'zini tikladi va qaytib kelib, kompaniyani dunyodagi eng yirik korporatsiyaga aylantirdi. Bu misol biznesdagi ruhiy tayyorgarlikning transformatsion kuchini ko'rsatadi.

Psixologik tayyorgarlik hayotning har bir jabhasida muhimdir. U nafaqat muvaffaqiyatga erishishga yordam beradi, balki shaxsiy baxt va ruhiy salomatlikni ta'minlaydi. Yuqoridagi misollar – sportchi Felpsdan tortib, biznesmen Maskgacha – shuni isbotlaydiki, ruhiy tayyorgarlik jismoniy harakatlarni to'ldirib, haqiqiy natijalarni beradi. Agar siz ham maqsadlaringizga erishmoqchi bo'lsangiz, psixologik tayyorgarlikka e'tibor bering: meditatsiya, vizualizatsiya va motivatsiya usullarini sinab ko'ring. Bu sizni yangi cho'qqilarga olib chiqadi.

3. Zamonaviy taraqqiyot tendensiyalari.

Axborot texnologiyalarining kengayishi, madaniy globallashuv, gender rollarining o'zgarishi yoshlarning oilaga bo'lgan qarashlarini yangicha shakllantirmoqda. Ba'zi hollarda bu holat an'anaviy qadriyatlarning zaiflashuviga olib kelmoqda. Shu sababli, milliy urfodatlar va zamonaviy yondashuvlar uyg'unligini ta'minlash – yoshlar siyosatining muhim yo'nalishidir.

Bugungi kunda O'zbekiston oliy ta'lim muassasalarida “Oilaviy hayot psixologiyasi”, “Muloqot madaniyati”, “Etika va estetik tarbiya” kabi fanlar o'qitilishi yoshlarning tayyorgarligini oshirishda samarali yo'nalish bo'lib xizmat qilmoqda.

4. Ijtimoiy-psixologik imkoniyatlar.

Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda quyidagi ijtimoiy-psixologik imkoniyatlar alohida ahamiyat kasb etadi: OAV va ijtimoiy tarmoqlarda sog'lom oilaviy qadriyatlarni targ'ib etish; Yosh oilalar uchun psixologik maslahat markazlarini kengaytirish; Nikohdan oldingi ijtimoiy-pedagogik tayyorgarlik dasturlarini joriy etish; Oila institutining ilmiy tadqiqotlarini kengaytirish va natijalarni amaliyotga tatbiq etish.

Xulosa qilib aytsak, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash – bu faqat ma'naviy yoki tarbiyaviy emas, balki murakkab ijtimoiy-psixologik jarayon bo'lib, davlat siyosati, ta'lim tizimi, oila va jamoatchilik institutlari o'rtasidagi hamkorlikni talab etadi. Ijtimoiy va psixologik imkoniyatlardan samarali foydalanish, yoshlarni milliy qadriyatlar va zamonaviy hayot talablari uyg'unligida tayyorlash O'zbekiston jamiyatining barqaror taraqqiyotini ta'minlovchi omil sifatida qaraladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M. Mirziyoyev nutqlari va farmonlari. — T.: O'zbekiston, 2023.
2. “Oila kodeksi” va “Yoshlar siyosati to'g'risida”gi Qonun. — Toshkent, 2022.
3. Karimova V.M. Oilaviy hayot psixologiyasi. — Toshkent: Fan, 2019.
4. Ergasheva N. Yoshlar va oila institutining psixologik asoslari. — Toshkent: Yangi asr avlodi, 2021.
5. Jalilova G. Oila va jamiyat: psixologik muammolar va yechimlar. — Toshkent: TDPU nashriyoti, 2020.

HUQUQIY ONG VA HUQUQIY MADANIYATNI SHAKLLANTIRISHDA PSIXOLOGIYANING ROLI

Sharopov Nabi Mirzaali o'g'li
Fan va taxnologiyalar universiteti Ijtimoiy fanlar kafedrasi Psixologiya fani
o'qituvchisi,
Turg'unboyeva Madina Omonulla qizi
Psixologiya yo'nalishi 1-bosqich talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada huquqiy ong va huquqiy madaniyatning shakllanish jarayonida psixologiyaning o'rni ilmiy tahlil qilindi. Shaxsning huquqiy xulq-atvori, motivatsiyasi, ijtimoiy ta'sir mexanizmlari va psixologik omillarning huquqiy madaniyatga ko'rsatadigan ta'siri psixologik-huquqiy nuqtai nazardan yoritildi. Huquqiy madaniyatni rivojlantirishda ta'lim tizimi, oilaviy muhit, OAV, shaxsning emosional-intellektual darajasi va ijtimoiy psixologik tajribalarning ahamiyati ko'rsatib berildi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, psixologik omillar huquqiy ongning shakllanishida asosiy harakatlantiruvchi kuch bo'lib, huquqiy bilimni amaliy xulq-atvorga aylantiruvchi psixologik mexanizmlar jamiyat taraqqiyotiga bevosita ta'sir qiladi.

Kalit so'zlar: huquqiy ong, huquqiy madaniyat, psixologik omillar, shaxs xulq-atvori, motivatsiya, ijtimoiy psixologiya, huquqiy tarbiya.

Аннотация: В данной статье научно проанализирована роль психологии в процессе формирования правового сознания и правовой культуры. С точки зрения психолого-правового подхода освещены правовое поведение личности, мотивация, механизмы социального влияния и воздействие психологических факторов на правовую культуру. Показана значимость системы образования, семейной среды, СМИ, эмоционально-интеллектуального уровня личности и социально-психологического опыта в развитии правовой культуры. Результаты исследования показывают, что психологические факторы являются основным движущим элементом формирования правового сознания и механизмов превращения правовых знаний в практическое поведение, оказывая прямое влияние на развитие общества.

Ключевые слова: правовое сознание, правовая культура, психологические факторы, поведение личности, мотивация, социальная психология, правовое воспитание.

Abstract: This article provides a scientific analysis of the role of psychology in the formation of legal consciousness and legal culture. From a psycho-legal perspective, the study examines an individual's legal behavior, motivation, mechanisms of social influence, and the impact of psychological factors on legal culture. The importance of the education system, family environment, mass media, the individual's emotional-intellectual level, and socio-psychological experience in developing legal culture is highlighted. The research findings indicate that psychological factors are the primary driving force in the formation of legal consciousness and the psychological mechanisms that transform legal knowledge into practical behavior, directly influencing societal development.

Keywords: legal consciousness, legal culture, psychological factors, individual behavior, motivation, social psychology, legal education.

Kirish. Har qanday demokratik jamiyatning barqaror rivojlanishi fuqarolarning huquqiy ong va huquqiy madaniyat darajasiga bog'liq. Huquqiy ong – bu insonning huquqiy bilimlari, qadriyatlari, huquqiy me'yorlarga bo'lgan munosabati va ularni ongli ravishda qabul qilishi bilan bog'liq murakkab psixologik jarayon hisoblanadi (2018). Huquqiy madaniyat esa huquqiy ongning amaliy ko'rinishi bo'lib, shaxsning huquqiy normalarga muvofiq xulq-atvori, ijtimoiy javobgarlik hissi va qonun ustuvorligiga bo'lgan hurmatini o'z ichiga oladi.

So'nggi yillarda psixologiya va huquq fanlarining integratsiyasi natijasida huquqiy xulq-atvorning psixologik mexanizmlarini o'rganishga bo'lgan ilmiy qiziqish sezilarli darajada oshdi. Ayniqsa, O'zbekiston Respublikasida Konstitutsiyaviy islohotlar, inson huquqlarini himoya qilish bo'yicha qarorlar va huquqiy ta'lim tizimining modernizatsiyasi huquqiy ongni psixologik aspektda o'rganishni yanada dolzarb qilmoqda (O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi, 2023).

Huquqiy ongning shakllanishi bir vaqtning o'zida ijtimoiy, siyosiy va psixologik jarayon bo'lib, shaxsning bilimlari, ishonchlari, qadriyatlari va xulq-atvoriga kompleks

tarzda ta'sir ko'rsatadi. Mazkur maqola psixologiyaning huquqiy ong va huquqiy madaniyatni shakllantirishdagi o'rni, shaxs psixikasining huquqiy ta'limga bog'liqligi, ijtimoiy muhitning psixologik ta'siri va psixologik mexanizmlarning huquqiy xulq-atvorga ta'sirini IMRAD formatida ilmiy tahlil qilishga qaratilgan.

Metodologiya. Tadqiqot asosida quyidagi ilmiy yondashuvlar qo'llanildi:

Nazariy tahlil – huquqiy ong, huquqiy madaniyat va psixologik mexanizmlar haqida ilmiy adabiyotlar o'rganildi (Vigotskiy, Bandura, Kohlberg nazariyalari).

Psixologik modellash – huquqiy xulq-atvor jarayonlari motivatsion va kognitiv komponentlar asosida modellashirildi.

Taqqoslash usuli – turli yosh guruhlarida huquqiy ongning shakllanishiga doir farqlar solishtirildi.

Ijtimoiy-psixologik tahlil – oilaviy tarbiya, ta'lim tizimi va OAVning ta'sir mexanizmlari o'rganildi.

Kontent tahlili – huquqiy-ta'limiy OAV materiallari va huquqiy axborotlar tahlil qilindi.

Metodologik asos sifatida huquq sotsiologiyasi, ijtimoiy psixologiya va pedagogik psixologiya tamoyillariga tayanildi.

Natijalar. Tadqiqot natijalari quyidagi asosiy xulosalarni ko'rsatdi:

Huquqiy ongning shakllanishi psixologik jarayonlarga bevosita bog'liq.

Kognitiv (bilim), affektiv (emotsiya), va konativ (xulq-atvor) komponentlar huquqiy ongning asosiy qismlari bo'lib, ular bir-birini to'ldiradi. Huquqiy bilim yetishmasligi, salbiy emotsiyalar, past motivatsiya – huquqiy madaniyatning shakllanishiga to'sqinlik qiladi.

Huquqiy madaniyatning rivojlanishida ijtimoiy psixologik omillar yetakchi rol o'ynaydi.

Oila, maktab, do'stlar guruhi, OAV va jamoadagi ijtimoiy ta'sir shaxsning huquqiy qarashlarini belgilaydi (Bandura, 1986).

Ijtimoiy taqlid va ijtimoiy konformizm huquqiy xulq-atvorga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Shaxs ko'pincha hamjamiyatdagi xulq me'yorlariga ergashadi. Jamiyatda qonunlarga hurmat kuchli bo'lsa — shaxsda ham shunday xulq shakllanadi.

Normativ-huquqiy ma'lumotlarning psixologik qabul qilinishi turlicha.

Odamlar qonunni faqat tushunganlarida emas, balki uni adolatli deb his qilganlarida ongli ravishda rioya qiladilar (Tyler, 2006).

Huquqiy ta'limning psixologik yondashuv asosida tashkil etilishi samaradorlikni oshiradi.

Interaktiv metodlar, muammoli vaziyatlar, emotsional tajriba orqali o'qitish huquqiy ongni mustahkamlaydi.

Muhokama. Huquqiy ong va huquqiy madaniyatning shakllanishi psixologik va ijtimoiy omillar bilan murakkab bog'liq bo'lib, ushbu jarayonda shaxsning psixik funksiyalari: idrok, tafakkur, e'tiqod, emotsiya va motivatsiya yetakchi rolga ega. Vigotskiyning “yaxin rivojlanish zonasi” nazariyasiga ko'ra, shaxsning huquqiy ongini shakllantirish uchun unga yo'naltirilgan ta'lim, qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy o'rnak zarur.

Bandura tomonidan ilgari surilgan ijtimoiy o'rganish nazariyasi (1986)ga ko'ra, odamlar xulq-atvorni kuzatish, taqlid qilish va mustahkamlash orqali egallaydilar. Bu shuni anglatadiki, jamiyatda huquqqa hurmat kuchli bo'lsa, shaxsda ham qonuniy xatti-harakat shakllanadi.

Kohlbergning axloqiy rivojlanish nazariyasi (1971)ga ko'ra, shaxsning huquqiy qarashlari axloqiy bosqichlar orqali rivojlanadi. Yuqori bosqichga ko'tarilgan shaxslar huquqiy me'yorlarni jazodan emas, balki ichki e'tiqoddan kelib chiqib bajaradilar.

O'zbekiston sharoitida ham huquqiy ongni kuchaytirish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishiga aylangan. Maktab, litsey, kollej va universitetlarda huquqiy ta'limning kuchaytirilishi, aholi o'rtasida huquqiy targ'ibot ishlari, OAVdagi huquqiy kontentlarning ko'payishi psixologik jihatdan fuqarolarning huquqiy qarashlariga ijobiy ta'sir ko'rsatmoqda.

Shu bilan birga, ayrim psixologik to'siqlar ham mavjud:

- qonunlarni murakkab deb qabul qilish;
- past motivatsiya;

- ijtimoiy apatiya;
- jamoa bosimi;
- emotsional befarqlik.

Ularni bartaraf etish uchun huquqiy tarbiya jarayonida psixologik yondashuv zarur: motivatsion treninglar, interaktiv metodlar, roliklar, psixodrama, rolli o'yinlar, muammoli vaziyatlar va real hayotdan olingan misollar qo'llanilishi samaradorlikni oshiradi.

Xulosa. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, huquqiy ong va huquqiy madaniyatni shakllantirishda psixologiya muhim o'rin egallaydi. Huquqiy bilimlarning shaxs ongiga singishi, ularning qadriyatlarga aylanishi hamda amaliy xulq-atvorga ko'chishi psixologik mexanizmlar orqali sodir bo'ladi.

Shaxsning motivatsiyasi, e'tiqodi, ijtimoiy ta'sir, emotsional tajriba, oila va jamoadagi psixologik muhit – bularning barchasi huquqiy madaniyatning shakllanishida asosiy omillardir. Ta'lim tizimida psixologik yondashuvdan foydalanish huquqiy ta'lim samaradorligini oshiradi va fuqarolarning huquqiy ongini yuksaltirishga xizmat qiladi.

Demak, jamiyatda yuqori huquqiy madaniyatni shakllantirish uchun huquqiy ma'rifat bilan bir qatorda chuqur psixologik yondashuv zarur. Bu esa davlat barqarorligi, ijtimoiy adolat va fuqarolik jamiyatini rivojlantirishning muhim shartidir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Bandura, A. (1986). Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory.
2. Kohlberg, L. (1971). Stages of Moral Development.
3. Tyler, T. (2006). Why People Obey the Law.
4. Karimov, A. (2018). Huquqiy madaniyatning psixologik asoslari. Toshkent.
5. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi (2023).
6. Ergashev, M. (2020). Huquqiy ong va huquqiy tarbiya nazariyasi.
7. Vigotskiy, L.S. (1982). Psixologiya asoslari.
8. Bandura, A. (2002). Social cognitive theory of mass communication.
9. Hasanov, Q. (2019). Psixologik madaniyat va huquqiy ong.
10. OAV va ta'lim jarayonining huquqiy savodxonlikka ta'siri bo'yicha mahalliy ilmiy maqolalar.

BOSHLANG'ICH SINF O'QISH SAVODXONLIGINI MATN TAHLILI ORQALI RIVOJLANTIRISHDA ZAMONAVIY PEDAGOGIK TEKNOLOGIYALARDAN FOYDALANISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH

Boltayeva Sarvinoz Umirbek qizi
Osiyo xalqaro universiteti magistranti

Annotatsiya: Maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarida o'qish savodxonligini shakllantirish va rivojlantirish jarayonida matn tahlilining o'rni hamda zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanish metodikasini takomillashtirish masalalari yoritilgan. Tadqiqotda interaktiv yondashuvlar, kooperativ o'qish, grafik tashkilotchilar va raqamli ta'lim vositalarining didaktik imkoniyatlari tahlil qilinadi. Taklif etilgan metodik tavsiyalar o'quvchilarning matnni anglash, mazmunini tahlil qilish va mustaqil xulosa chiqarish kompetensiyalarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: o'qish savodxonligi, matn tahlili, boshlang'ich ta'lim, pedagogik texnologiyalar, interaktiv ta'lim.

Аннотация: В статье рассматриваются вопросы совершенствования методики использования современных педагогических технологий в процессе анализа текста на уроках чтения в начальных классах. Анализируются возможности интерактивных методов, кооперативного обучения, графических организаторов и цифровых средств обучения в развитии читательской грамотности учащихся.

Abstract: The article explores ways to improve the methodology of using modern pedagogical technologies in text analysis during reading lessons in primary school. Interactive approaches, cooperative learning, graphic organizers, and digital educational tools are examined as effective means of developing students' reading literacy.

Boshlang'ich ta'lim bosqichi o'quvchilarning bilim olishga bo'lgan munosabati va asosiy kompetensiyalarining shakllanishida muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, o'qish savodxonligi bu bosqichda rivojlantirilishi zarur bo'lgan yetakchi ko'nikmalardan biri hisoblanadi. O'qish savodxonligi o'quvchining matnni nafaqat

o'qishi, balki uni tushunishi, mazmunini tahlil qilishi va o'qilgan axborotni amaliy faoliyatda qo'llay olishini anglatadi.

Bugungi kunda ta'lim jarayonida an'anaviy yondashuvlar bilan bir qatorda zamonaviy pedagogik texnologiyalarni qo'llash ehtiyoji ortib bormoqda. Xalqaro baholash dasturlari, jumladan PIRLS tadqiqotlari natijalari ham o'quvchilarning matn bilan ishlash malakalarini rivojlantirishda faol metodlardan foydalanish zarurligini ko'rsatmoqda. Shu bois boshlang'ich sinf o'qish darslarida matn tahlilini samarali tashkil etish va metodikani yangilash dolzarb vazifalardan biridir.

O'qish savodxonligini rivojlantirishda matn tahlilining ahamiyati

Matn tahlili boshlang'ich sinf o'qish darslarining asosiy tarkibiy qismi bo'lib, u o'quvchilarning fikrlash faoliyatini faollashtiradi. Matn ustida izchil ishlash jarayonida o'quvchilar asosiy mazmunni aniqlash, sabab-oqibat munosabatlarini tushunish, muallif fikriga munosabat bildirish kabi ko'nikmalarga ega bo'ladilar.

Amaliy kuzatuvlar shuni ko'rsatadiki, matn tahlili jarayoniga faol jalb etilgan o'quvchilar o'qilgan materialni yaxshiroq eslab qoladi va uni qayta ifodalashda kamroq qiyinchilikka duch keladi. Shu jihatdan matn tahlilini faqat savol-javob bilan cheklamasdan, turli metodik vositalar bilan boyitish muhim hisoblanadi.

Matn tahlilida zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanish

Zamonaviy pedagogik texnologiyalar o'qish darslarida o'quvchilar faolligini oshirish va ta'lim samaradorligini ta'minlash imkonini beradi.

Interaktiv ta'lim metodlari

“Insert”, “Aqliy hujum”, “Klaster”, “B-B-B” kabi interaktiv metodlar o'quvchilarning mustaqil fikrlashini rivojlantiradi. Ushbu metodlar yordamida o'quvchi matn mazmunini tahlil qilish jarayonida faol ishtirok etadi va o'z fikrini asoslashga o'rganadi.

Kooperativ o'qish texnologiyasi

Kooperativ o'qish texnologiyasi kichik guruhlarda ishlash asosida tashkil etilib, o'quvchilarning o'zaro hamkorligini ta'minlaydi. Guruhda matnni birgalikda o'rganish, fikr almashish va umumiy xulosa chiqarish o'quvchilarning ijtimoiy hamda kommunikativ kompetensiyalarini shakllantiradi.

Grafik tashkilotchilar va raqamli vositalar

Diagramma, jadval va g'oya xaritalaridan foydalanish matn mazmunini vizual tarzda ifodalashga yordam beradi. Raqamli ta'lim vositalari esa o'qish jarayonini qiziqarli tashkil etish, o'quvchilarning individual imkoniyatlarini hisobga olish imkonini yaratadi.

Metodikani takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar

Matn tahlilida pedagogik texnologiyalardan foydalanish metodikasini takomillashtirish uchun quyidagi yo'nalishlarga e'tibor qaratish lozim:

interaktiv metodlarni dars jarayoniga izchil joriy etish;

kooperativ o'qish orqali o'quvchilarning faolligini oshirish;

grafik tashkilotchilarni matn turiga mos tanlash;

formativ baholash yordamida o'quvchilarning rivojlanishini muntazam tahlil qilish.

Boshlang'ich sinf o'qish darslarida matn tahlilida zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanish o'quvchilarning o'qish savodxonligini rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Takomillashtirilgan metodik yondashuvlar o'quvchilarning mustaqil fikrlashi, tahliliy qobiliyati va o'qilgan axborotni amaliyotda qo'llash ko'nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar :

1. Abdullayeva, M. (2021). Boshlang'ich sinflarda interaktiv metodlardan foydalanish. Toshkent.
2. Karimova, S. (2020). Boshlang'ich ta'lim metodikasi. Toshkent: O'qituvchi.
3. Muslimov, N. A. (2018). Pedagogik texnologiyalar. Toshkent: Innovatsiya-Ziyo.
4. OECD. (2019). Reading literacy in primary education. Paris: OECD Publishing.
5. PIRLS. (2021). PIRLS 2021 assessment framework. Amsterdam: IEA.
6. Qodirov, A. (2019). Boshlang'ich sinflarda o'qish darslarini tashkil etish metodikasi. Toshkent.

PSIXOGIMNASTIK VA QISQA PSIXOLOGIK MASHQLAR MAKTAB DARSLARIDAGI SAMARADORLIKKA TA'SIRI

Muqaddas Raxmanova
Nurobod tumani 79-umumiy o'rta ta'lim maktab psixologi

Annotatsiya. Mazkur maqolada umumta'lim maktabida psixogimnastik mashqlar asosida olib borilgan amaliy psixologik ishlar yoritilgan. Tadqiqot jarayonida o'quvchilarning emotsional holati, muloqot ko'nikmalari va psixologik moslashuv darajasini yaxshilashga qaratilgan mashg'ulotlar tashkil etildi. Olingan natijalar psixogimnastik mashqlarning o'quvchilarning emotsional barqarorligini ta'minlashda samarali usul ekanligini ko'rsatdi [1,7,8].

Kalit so'zlar: psixogimnastika, emotsional holat, maktab psixologi, psixologik trening, ijtimoiy moslashuv.

Abstract. This article examines practical psychological work conducted in a general secondary school based on psychogymnastic exercises. The study focused on organizing activities aimed at improving students' emotional state, communication skills, and psychological adaptation. The application of psychogymnastic exercises led to a reduction in emotional tension and the development of students' abilities to express and regulate their emotions. The results demonstrate that psychogymnastics is an effective method in school psychological practice.

Key words: psychogymnastics, emotional state, school psychologist, psychological training, social adaptation.

Kirish

Zamonaviy ta'lim tizimida o'quvchilarning ruhiy holati, emotsional barqarorligi va psixologik salomatligini ta'minlash muhim masalalardan biri hisoblanadi[1,3]. Ta'lim jarayonidagi zo'riqishlar, stress holatlari va muloqotdagi qiyinchiliklar o'quvchilarning o'qish faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin[6]. Shu bois maktab psixologi tomonidan olib boriladigan profilaktik va rivojlantiruvchi ishlarning ahamiyati ortib bormoqda [9].

Psixogimnastika tana harakatlari, mimika va hissiyotlar orqali shaxsning ichki holatini tartibga solishga xizmat qiluvchi samarali psixologik metodlardan biri hisoblanadi [1,7,8].

Metodologiya

Tadqiqot umumta'lim maktabi sharoitida 5-6-7-sinf o'quvchilari bilan olib borildi. Tadqiqotda 42 nafar o'quvchi ishtirok etdi. Ishtirokchilarning yosh va individual psixologik xususiyatlari inobatga olindi.

Tadqiqot jarayonida quyidagi metodlardan foydalanildi [5]:

psixologik kuzatish;

individual va guruhli suhbat;

psixodiagnostik metodikalar;

psixogimnastik mashqlar.

Psixogimnastik mashg'ulotlar o'quvchilarning emotsional zo'riqishini kamaytirish, o'z his-tuyg'ularini anglash va ifodalash, muloqot madaniyatini rivojlantirish hamda jamoaga moslashuvini kuchaytirish maqsadida o'tkazildi. Tadqiqot uch bosqichda amalga oshirildi: dastlabki diagnostika, rivojlantiruvchi mashg'ulotlar va yakuniy diagnostika.

Amaliy qism

Ushbu tadqiqot Nurobod MMTBga qarashli 79-umumiy o'rta ta'lim maktabining 5-6-7-sinf o'quvchilari bilan olib borildi. Tadqiqot davomida psixogimnastik mashqlardan foydalanildi. Mashg'ulotlarning asosiy maqsadi o'quvchilarda emotsional holatni barqarorlashtirish, jamoada muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish va psixologik iqlimni yaxshilashdan iborat bo'ldi. Mashg'ulotlar haftasiga 3 marotaba, 5, 10 daqiqa davomida o'tkazildi. Amaliy ishlar quyidagi psixogimnastik mashqlar asosida tashkil etildi:

1. "Kayfiyatni ifodalash" mashqi – o'quvchilarning emotsiyalarini anglash va ifodalashga qaratildi.
2. "Jamoaviy harakat" mashqi – hamkorlik va o'zaro ishonchni mustahkamlashga xizmat qildi.

3. Nafasni boshqarish mashqlari – psixosotsional zo'riqishni kamaytirishga yordam berdi.

Mashg'ulotlar jarayonida o'quvchilarning faol ishtiroki, emotsional holatidagi ijobiy o'zgarishlar va o'zaro munosabatlarda yaxshilanish kuzatildi.

Natijalar

O'tkazilgan psixogimnastik mashg'ulotlar natijasida o'quvchilarning emotsional holatida ijobiy o'zgarishlar kuzatildi. Mashg'ulotlardan so'ng o'quvchilarda hissiy zo'riqish darajasi kamayib, o'zini erkin tutish va emotsiyalarni boshqarish ko'nikmalari rivojlandi.

Guruhiy mashqlar o'quvchilar o'rtasida o'zaro ishonchni mustahkamlab, muloqot jarayonida faollikni oshirdi. Qayta diagnostika natijalari dastlabki ko'rsatkichlarga nisbatan ijobiy dinamikani ko'rsatdi.

Muhokama

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, psixogimnastika maktab o'quvchilarining emotsional holatini yaxshilashda samarali vosita hisoblanadi[3,6,9].

Harakat va hissiyot uyg'unligiga asoslangan mashqlar o'quvchilarning psixologik barqarorligini ta'minlashga yordam beradi. Bu esa o'quvchilarning ta'lim jarayoniga moslashuvini kuchaytiradi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, psixogimnastik mashqlar asosida olib borilgan amaliy ishlar o'quvchilarning emotsional holatini barqarorlashtirish, muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish va psixologik muhitni sog'lomlashtirishda muhim ahamiyatga ega. Mazkur metodni maktab psixologlari faoliyatida muntazam qo'llash tavsiya etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Vygotskiy L.S. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. — Harvard University Press, 1978.
2. Leontyev A.N. Activity, Consciousness, and Personality. — Prentice-Hall, 1978.
3. Rubinshteyn S.L. Umumiy psixologiya asoslari. — Moskva, 2002.
4. Nemov R.S. Psychology. — Moscow: Vldos, 2010.

5. Petrovskaya L.A. Social Psychological Training. — Moscow: Academia, 2007.
6. Gippenreyter Yu.B. Bolalar bilan muloqot san'ati. — Moskva, 2013.
7. Lowen A. Bioenergetics. — Penguin Books, 1995.
8. Keleman S. Emotional Anatomy. — Center Press, 1985.
9. Shoumarov G.B. Psychological Training and Psychogymnastics. — Tashkent, 2016.
10. Abdullaeva M.M. School Psychology: Theory and Practice. — Tashkent, 2020

BOLALARDA INTELEKTNING RIVOJLANISHIDA OILANING O'RNI

Hamroqulova Dilnavoz Fayzievna
Fan va texnologiyalar universiteti Ijtimoiy fanlar kafedrasi katta o'qituvchisi,
Tohirova Shaxnoza Nodir qizi
Fan va texnologiyalar universiteti Boshlang'ich ta'lim yo'nalishi talabasi

Annotatsiya: Ushbu mavzuda bolalar intellektining shakllanishida oilaning asosiy o'rni va ahamiyatini yoritib beradi. Intellekt rivoji avvalo oila muhiti, emotsional qo'llab-quvvatlash, bolaga berilgan ta'lim-tarbiya, muloqot madaniyati va ijtimoiy tajribalar bilan chambarchas bog'liq. Oiladagi psixologik iqlim, ota-onaning bilimga munosabati, o'qish va izlanishga rag'batlantirish darajasi bolaning aqliy faolligi, tafakkuri, xotirasi va kreativ salohiyatining shakllanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, ota-onalarning bola yoshiga mos intellektual o'yinlar, kitob mutolaasi, muloqot va birgalikdagi faoliyat orqali bolaning kognitiv qobiliyatlarini rivojlantirishi muhim omil sifatida e'tirof etiladi.

Tayanch so'zlar: Intellekt, intellekt rivojlanishi, oila muhiti, psixologik iqlim, ota-ona tarbiyasi, kognitiv rivojlanish, motivatsiya, ta'lim-tarbiya, oilaviy qo'llab-quvvatlash, bolaning psixik rivoji, ta'limiy faoliyat, intellektual salohiyat.

O'zbekiston Respublikasida so'nggi yillarda ta'lim-tarbiya, yosh avlodning intellektual salohiyatini yuksaltirish, bolalarning har tomonlama yetuk shaxs bo'lib

kamol topishi davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida belgilangan. Prezident Shavkat Mirziyoev o'z chiqishlarida yoshlarning zamonaviy bilim egallashi, intellektual rivoji, ijodiy fikrlashi va mustaqil qaror qabul qila oladigan shaxs bo'lib voyaga yetishini eng muhim vazifa sifatida qayd etib keladi. Davlat rahbari ta'kidlaganidek: ***“Yoshlarimizning mustaqil fikrlaydigan, yuksak intellektual va ma'naviy salohiyatga ega bo'lib voyaga yetishi — yangi O'zbekistonning eng asosiy mezonidir.”*** Ushbu fikr bolalar intellektini rivojlantirishda oila, maktab, jamiyat va davlat hamkorligining nechog'lik muhim ekanini ko'rsatadi. Bolalik davri – insonning psixik rivojlanishidagi eng muhim bosqichlardan biridir. Ayniqsa intellektual rivojlanishning asosiy poydevori aynan shu davrda shakllanadi. Bola hayotining ilk kunlaridan boshlab, unga eng yaqin bo'lgan muhit – bu oila. Oila nafaqat ijtimoiylashuvning boshlang'ich bo'g'ini, balki bolaning bilish jarayonlari, tafakkuri, nutqi, xotirasi, fikrlash tezligi va ijodkorlik salohiyatining shakllanishiga bevosita ta'sir ko'rsatuvchi omildir. Shu sababli bola intellektining rivojida oilaning o'rnini psixologiya, pedagogika va sotsiologiya fanlarida alohida ahamiyatga ega. Psixologiyada ***intellekt*** – shaxsning muammolarni hal qilish, mantiqiy fikrlash, bilish jarayonlarini tashkil etish hamda yangi vaziyatga moslashish qobiliyati sifatida izohlanadi. Bolalarda intellektning rivojlanishi quyidagi tarkibiy qismlarni o'z ichiga oladi: ***Idrok***: atrofdagi voqea-hodisalarning mazmunini anglash. ***Xotira*** bilimlarni eslab qolish va qayta tiklash jarayoni. ***Tafakkur***: analiz-sintez, umumlashtirish, taqqoslash, sabab-oqibatni anglash. ***Nutq***: fikrlarni ifoda etish va tushunish. ***E'tibor***: diqqatni jamlash, boshqarish. ***Ijodkorlik***: yangi g'oyalar yaratish qobiliyati. Ushbu komponentlarning har biri oilaviy muhitda shakllanadi va takomillashadi. Oila bola rivojlanishiga ta'sir qiluvchi eng asosiy psixologik muhitdir. Mutaxassislar fikricha, intellektual rivojlanishning 60–70%i aynan oiladagi tarbiya uslublariga, muloqot madaniyatiga, ota-onalarning o'zaro munosabatlariga bog'liq. Bola o'zini xavfsiz his qiladigan, sevgi va e'tibor mavjud bo'lgan oilada intellekt tezroq rivojlanadi. Mehribon, yumshoq muhitda o'sayotgan 5 yoshli bola ota-onasi bilan erkin suhbatlashadi, savollarga ko'p murojaat qiladi va yangi narsalarni o'rganishga qiziqadi. Chunki u xatodan qo'rqmaydi, intellektual faolligi yuqori bo'ladi. Ota-

onalarning bilim saviyasi yuqori bo'lsa, ular bolaga ko'proq o'qish, izlanish, mantiqiy savollar berish, atrof-muhitni o'rgatishga urinadi. **Misol:** Ota-onasi kitobxon bo'lgan oilada bola erta savod chiqargani va tez fikrlashi ko'proq kuzatiladi. Oila ichidagi muloqot nutqning, demak intellektning ham asosidir. Ko'p gaplashiladigan va fikr almashiladigan oilalarda bolalar tezroq nutq rivojlanishiga ega bo'ladi. **Misol:** Oilada har kuni kechki ovqat paytida kun davomida sodir bo'lgan voqealar muhokama qilinadigan an'ana bo'lsa, bola mantiqiy nutq va izohlash qobiliyatida boshqalardan ajralib turadi. **O'yin faoliyatining tashkil etilishi.** Psixologlarda o'yin "intellekt laboratoriyasi" sifatida qaraladi. Oila o'yin jarayonini to'g'ri tashkil qilsa, bola muammolarni mustaqil hal qilishni o'rganadi. **Misol:** konstruktor o'yinlari - mantiqiy fikrlash va muammoli vazifalarni hal qilishni kuchaytiradi. Rolli o'yinlar-nutq, tasavvur va ijodkorlikni rivojlantiradi. Stol o'yinlari - strategik fikrlash va e'tiborni mustahkamlaydi. Kitobxon oila intellektual rivojlanishning eng kuchli omillaridan biridir. **Misol:** har kuni kechki payt 15 daqiqa ertak o'qib berish bolaning nutqi, tasavvuri va xotirasini sezilarli darajada kuchaytiradi. Bola muvaffaqiyatini qadrlash, kichik yutuqlarni e'tirof etish uning intellektual faoliyatga bo'lgan motivatsiyasini oshiradi. **Misol:** "Sen juda zo'r fikr aytding", "Bu masalani mustaqil hal qilganingdan faxrlanaman" kabi iboralar bolaning o'ziga ishonchini oshiradi. Raqamli qurilmalar to'g'ri boshqarilsa, intellektual rivojlanishga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. ta'limiy multfilmlar; interfaol o'yinlar; elektron kitoblar. Biroq haddan tashqari telefon yoki planshetga bog'liqlik e'tibor sustligiga olib kelishi mumkin. Ota-onaning farzand bilan ishlash uslubi intellekt rivojini belgilaydi. **Demokratik tarbiya uslubi:** Bolaga erkin fikrlashga imkon beradi, mustaqil qaror chiqarishni o'rgatadi. **Natija:** intellekt rivoji yuqori, ijodkorlik kuchli bo'ladi. **Avtoritar tarbiya uslubi:** Ko'proq buyruq va taqiqlarga asoslanadi. Bola fikri inobatga olinmaydi. **Natija:** bola qo'rqq, tashabbussiz bo'lib ulg'ayadi, intellekt faolligi past bo'ladi. **Beparvo (loqayd) tarbiya:** E'tibor yetarli emas. Muloqot kam. O'yin yoki kitobga vaqt ajratilmaydi. **Natija:** nutq va tafakkur rivojida sustlik kuzatiladi. **Ota-onaning intellektual rivojlanishdagi amaliy roli:** Quyidagi amaliy takliflar bola intellektini samarali rivojlantiradi: **Har kuni savollar va suhbatlar o'tkazish:** Bola faol fikrlashni yaxshi ko'radi. Unga "Nima

uchun?”, “Qanday?”, “Seningcha qaysi variant to‘g‘ri?” kabi savollar berish foydali. **Birgalikda tajribalar o‘tkazish:** Suv bug‘lanishi, magnitning xususiyatlari, soyalar o‘zgarishi kabi sodda tajribalar tafakkurni kuchaytiradi. **Bolaga tanlov berish:** Bu mustaqillik va mas‘uliyatni oshiradi, intellektual qarorlar chiqarishga o‘rgatadi. **Kundalik tartibda o‘qish va mantiqiy o‘yinlarga vaqt ajratish:** O‘quv jarayonini **qo‘llab-quvvatlash.** Uy vazifalariga yordam berish emas, balki yo‘l ko‘rsatish muhim: “Sen bunga qanday erishishing mumkin?” tarzida yo‘naltirish. **Tabiatga sayrlar:** Atrof-muhitni kuzatish analiz, qiziqish va ilmiy fikrlashni rivojlantiradi.

Bola intellektining rivojlanishi ko‘p omillarga bog‘liq bo‘lsa-da, eng asosiy manba — bu oiladir. Oila bola uchun birinchi tarbiya maktabi, birinchi muloqot muhiti va birinchi intellektual tajriba maydonidir. Mehr-muhabbatga boy, muloqotga ochiq, kitobxon, tarbiyaviy jihatdan faol oila bolaning kelajakdagi muvaffaqiyatiga mustahkam poydevor yaratadi. Prezident Shavkat Mirziyoevning qarashlari va tashabbuslari shuni ko‘rsatadiki, O‘zbekistonda bolalar intellektini rivojlantirish masalasi davlat siyosati darajasiga ko‘tarilgan. Davlat rahbarining: **“Yurtimiz kelajagi — farzandlarimizning bilim va intellektida”** degan fikri bolalar intellektual salohiyatini oshirishning naqadar muhimligidan dalolat beradi. Shu bois: oila, ta’lim muassasalari, jamiyat, davlat dasturlari yagona maqsad — intellektual barkamol avlodni voyaga yetkazish yo‘lida hamkorlikda ishlashi lozim. Aynan mana shu uyg‘unlik yangi O‘zbekistonning intellektual poydevorini mustahkamlaydi va yosh avlodning buyuk maqsadlarga erishishida asosiy omil bo‘lib xizmat qiladi. Shunday ekan, har bir ota-ona bolasi bilan suhbatlashishga vaqt ajratishi, uning savollariga javob berishi, bilimga chanqog‘ini qo‘llab-quvvatlashi bola intellektini shakllantirishdagi eng asosiy vazifadir.

Adabiyotlar

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O‘zbekiston strategiyasi. – Toshkent: O‘zbekiston, 2021
2. Mirziyoyev Sh.M. Inson qadri – eng oliy ustuvorlik. O‘zbekiston Resp. Prezidenti nutqlari to‘plami.–Toshkent: Ma’naviyat, 2022.
3. Zokirova R. Bolalar psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2019.
4. Mavlonova R., Rahmonqulova D. Oila psixologiyasi. – Toshkent: Fan, 2020.

MATEMATIKA TA'LIMIDA TAHLILIIY VA MANTIQUIY FIKRLASHNI RIVOJLANTIRISH YO'LLARI

Begayeva Zarina Muhiddinovna
Osiyo Xalqaro universiteti Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
(boshlang'ich ta'lim) yo'nalishi I-kurs magistri

Bugungi globallashtirish va axborotlashuv sharoitida ta'lim tizimi oldida turgan eng muhim vazifalardan biri — o'quvchilarda mustaqil, tahliliy va mantiqiy fikrlash ko'nikmalarini shakllantirishdan iboratdir. Ayniqsa, matematika fani bu jarayonda yetakchi o'rin egallaydi, chunki u o'quvchilarning tafakkurini rivojlantirish, muammolarga tizimli yondashish va asosli xulosa chiqarish qobiliyatini shakllantiradi.

Matematika metodikasi fanini o'qitishda tahliliy va mantiqiy fikrlashni rivojlantirish o'quvchilarning bilimni yodlashdan ko'ra tushunishga, tahlil qilishga va amaliyotda qo'llashga yo'naltiradi. O'quvchi masalani faqat natija uchun emas, balki yechim jarayonini anglab bajarishga o'rganadi. Bu esa uning intellektual salohiyati va mustaqil fikrlash qobiliyatini oshiradi.

Shu sababli, matematika darslarida interaktiv metodlar, muammoli vaziyatlar, mantiqiy masalalar va hayotiy misollardan foydalanish orqali o'quvchilarning tahliliy va mantiqiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish dolzarb pedagogik masala hisoblanadi.

Kalit so'zlar: matematika metodikasi, tahliliy fikrlash, mantiqiy fikrlash, mustaqil fikrlash, interaktiv metodlar.

В условиях глобализации и стремительного развития информационных технологий одной из важнейших задач системы образования является формирование у обучающихся аналитического и логического мышления. Особую роль в этом процессе играет математика, поскольку она способствует развитию умения анализировать, логически рассуждать и принимать обоснованные решения.

Обучение методике преподавания математики, направленное на развитие аналитического и логического мышления, позволяет учащимся не просто

заучивать формулы, а осознанно понимать содержание учебного материала и применять знания на практике. В процессе решения математических задач формируется способность к самостоятельному мышлению и системному анализу.

Таким образом, использование интерактивных методов, логических задач и проблемных ситуаций на уроках математики является важным условием развития мыслительной активности учащихся.

Ключевые слова: методика математики, аналитическое мышление, логическое мышление, самостоятельное мышление, интерактивные методы.

In the context of globalization and rapid technological development, one of the main goals of modern education is to develop students' analytical and logical thinking skills. Mathematics plays a crucial role in this process, as it enhances students' ability to analyze problems, think logically, and draw well-reasoned conclusions.

Teaching mathematics methodology with a focus on analytical and logical thinking encourages students not only to memorize formulas but also to understand concepts deeply and apply them in practice. Through problem-solving activities, students develop independent thinking and systematic reasoning skills.

Therefore, the use of interactive methods, logical tasks, and real-life examples in mathematics education is an important factor in fostering students' intellectual development.

Keywords: mathematics methodology, analytical thinking, logical thinking, independent thinking, interactive methods.

Matematika fani nafaqat sonlar va formulalarni o'rganish bilan chegaralanmaydi, balki o'quvchilarda tahliliy va mantiqiy fikrlash ko'nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi. Tahliliy fikrlash muammoni qism-qismga ajratib, har bir qismini chuqur o'rganish va natijani to'g'ri tahlil qilish qobiliyatini ifodalaydi. Mantiqiy fikrlash esa xulosaga kelish jarayonida sabab-natija aloqalarini aniqlash va ularni to'g'ri bog'lash qobiliyatini o'z ichiga oladi.

Zamonaviy ta'lim jarayonida tahliliy va mantiqiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish alohida e'tibor talab qiladi. Chunki, an'anaviy ta'lim tizimida o'quvchilar

ko'pincha yodlash va mexanik ishlashga asoslangan metodlar bilan shug'ullanadi. Natijada ular mustaqil fikrlash, muammolarni turlicha yondashuv bilan hal qilish va matematik bilimlarni amaliyotga tadbqiq etish qobiliyatini yetarlicha rivojlantira olmaydi.

Matematika metodikasi fanini o'qitishda tahliliy va mantiqiy fikrlashni rivojlantirish bir necha jihatdan muhimdir:

1. Muammoni mustaqil tahlil qilish: O'quvchilar matematik masalalarni har bir elementini alohida o'rganib, ularni tizimli yondashuv orqali yechishni o'rganadilar.
2. Xulosa chiqarish va sabab-natija aloqalarini aniqlash: Bu ko'nikma o'quvchilarda ilmiy fikrlashni rivojlantiradi va ularni har qanday matematik yoki amaliy masalada mantiqiy xulosaga yetishga tayyorlaydi.
3. Kreativ va ijodiy yondashuv: Tahliliy fikrlash ko'nikmasi o'quvchilarga yangi yondashuvlar ishlab chiqish va murakkab masalalarni ijodiy yechish imkonini beradi.

Shuningdek, tahliliy va mantiqiy fikrlashni rivojlantirish orqali o'quvchilarda muammolarni hal qilish strategiyasini shakllantirish, matematikani hayotiy muammolar bilan bog'lash va umumiy bilim ko'lamini kengaytirish mumkin. Shu sababli, zamonaviy o'qituvchilar uchun matematikani o'qitishda interaktiv metodlar, loyiha ishlari, mantiqiy o'yinlar va masalalar yechish jarayonlarini ta'lim jarayoniga integratsiya qilish dolzarb vazifa hisoblanadi.

Matematika fani o'quvchilarning fikrlash qobiliyatini rivojlantiruvchi asosiy fanlardan biri hisoblanadi. Bu fan orqali o'quvchilar nafaqat hisob-kitob qilishni, balki muammolarni tahlil qilish, mantiqiy xulosa chiqarish va mustaqil fikrlashni ham o'rganadilar. Shu sababli matematika metodikasi fanini o'qitishda tahliliy va mantiqiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish muhim ahamiyatga ega.

Tahliliy fikrlash — bu masalani yoki muammoni qismlarga ajratib, har bir qismini alohida o'rganish va umumiy xulosa chiqarish jarayonidir. Matematikada bu quyidagicha namoyon bo'ladi:

- masala shartini to'liq tushunish;
- berilgan va topilishi kerak bo'lganlarni aniqlash;

- yechim bosqichlarini ketma-ketlikda bajarish;
- natijani tekshirish.

Masalan, murakkab masalani yechishda o'quvchi uni oddiyroq bosqichlarga bo'lib olganda, masala osonroq va tushunarliroq bo'ladi.

Mantiqiy fikrlash — sabab va natija o'rtasidagi bog'liqlikni anglash, asosli xulosaga kelish qobiliyatidir. Matematikada mantiqiy fikrlash bu formulalarni qachon va nima uchun qo'llashni tushunish, bir yechimdan ikkinchi yechimga mantiqan o'tish va noto'g'ri xulosalarni aniqlashda namoyon bo'ladi. Mantiqiy fikrlash rivojlangan o'quvchi masalani yodlab emas, balki tushunib yechadi.

Ko'plab o'quvchilar matematikani qiyin fan deb hisoblaydi. Buning asosiy sababi — masalalarni mexanik yodlashga urinishdir. Agar o'quvchida tahliliy va mantiqiy fikrlash ko'nikmalari shakllangan bo'lsa, u masalani qo'rqqmasdan yechadi, mustaqil fikr yuritadi, matematikani hayotiy vaziyatlar bilan bog'lay oladi, o'z fikrini asoslab bera oladi.

Matematika metodikasi fanini o'qitishda tahliliy va mantiqiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish ta'lim jarayonining muhim vazifalaridan biridir. Chunki matematika o'quvchilarda faqatgina hisob-kitob qilish emas, balki mustaqil fikrlash, muammolarni tahlil qilish va asosli xulosa chiqarish qobiliyatini ham shakllantiradi. Ushbu ko'nikmalar o'quvchining nafaqat matematik bilimlarini, balki umumiy tafakkur darajasini ham oshiradi.

Tahliliy fikrlash o'quvchilarga murakkab masalalarni oddiy qismlarga ajratib, ularni bosqichma-bosqich hal qilish imkonini beradi. Bu jarayon orqali o'quvchi masala shartini to'liq tushunishga, berilgan va topilishi kerak bo'lgan ma'lumotlarni aniq ajratishga o'rganadi. Natijada u masalani mexanik yodlash orqali emas, balki ongli ravishda yechishga odatlanadi.

Mantiqiy fikrlash esa sabab–natija aloqalarini anglash, to'g'ri va noto'g'ri xulosalarni farqlash hamda asosli qarorlar qabul qilishda muhim rol o'ynaydi. Matematik masalalarni yechish jarayonida mantiqiy fikrlash rivojlangan o'quvchi o'z fikrini dalillar bilan asoslay oladi, yechimning to'g'riligini tekshiradi va muqobil yechimlarni ham ko'ra oladi.

Ta'lim jarayonida interaktiv metodlar, savol-javoblar, guruhda ishlash, mantiqiy masalalar va hayotiy misollardan foydalanish o'quvchilarning fikrlash faolligini oshiradi. Bu usullar darsni qiziqarli va mazmunli qiladi, o'quvchilarda matematikaga nisbatan ijobiy munosabatni shakllantiradi. Ayniqsa, matematikani kundalik hayot bilan bog'lab o'qitish o'quvchilarning bilimlarini amaliyotda qo'llash ko'nikmasini rivojlantiradi.

Xulosa qilib aytganda, matematika metodikasi fanini o'qitishda tahliliy va mantiqiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish o'quvchilarning bilim sifatini oshirish, mustaqil va ijodiy fikrlashini shakllantirish hamda kelajakda yuzaga keladigan muammolarni samarali hal qilishga tayyorlashda muhim ahamiyat kasb etadi. O'qituvchining vazifasi esa ta'lim jarayonini oddiy, tushunarli va samarali metodlar asosida tashkil etishdan iboratdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Mirziyoyev Sh.M. "Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy mas'uliyat — har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak." – Toshkent: O'zbekiston, 2017.
2. Mirziyoyev Sh.M. "Yangi O'zbekiston – maktab ostonasidan boshlanadi." – Ta'lim tizimi xodimlari bilan uchrashuv nutqlaridan. – Toshkent, 2020.
3. Azizxo'jayeva N.N. Pedagogik texnologiya va pedagogik mahorat. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2018.
4. Saidahmedov N.S. Yangi pedagogik texnologiyalar. – Toshkent: "Ma'rifat", 2019.
5. Abdullayeva M.M. Boshlang'ich ta'limda mantiqiy fikrlashni rivojlantirish metodikasi. – Toshkent, 2019.

OILA VA MAKTAB HAMKORLIGIDA BOLALAR VA O'SMIRLARNI SOG'LOM HAYOTGA TAYYORLASHDA GIGIENIK TARBIYA

*Nazarova Mohinabonu Azamatovna
Osiyo Xalqaro universiteti Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
(boshlang'ich ta'lim) yo'nalishi I-kurs magistri*

Mazkur tezisdagi bolalar va o'smirlarni sog'lom hayot tarziga tayyorlashda gigienik tarbiyaning o'rni oila va maktab hamkorligi nuqtayi nazaridan tahlil qilinadi. Tadqiqotda gigienik tarbiyani faqat sanitariya qoidalari majmui sifatida emas, balki bolaning kundalik xulq-atvori, psixo-emotsional holati va ijtimoiy moslashuvini belgilovchi kompleks tarbiyaviy tizim sifatida yondashuv ilgari suriladi. Shuningdek, zamonaviy axborot muhitida (gadjetlar, raqamli texnologiyalar) gigienik tarbiyaning yangi xavf va imkoniyatlari ochib beriladi.

Kalit so'zlar: gigienik tarbiya, sog'lom hayot tarzi, oila va maktab hamkorligi, o'smirlar salomatligi, profilaktik ta'lim, raqamli gigiena.

В данной тезисной работе рассматривается роль гигиенического воспитания в подготовке детей и подростков к здоровому образу жизни в условиях взаимодействия семьи и школы. Гигиеническое воспитание анализируется не только как совокупность санитарно-гигиенических навыков, но и как комплексная педагогическая система, формирующая ответственное отношение к собственному здоровью, психоэмоциональное благополучие и социальную адаптацию личности. Особое внимание уделяется современным вызовам, связанным с цифровой средой, а также необходимости формирования у детей и подростков навыков цифровой гигиены. Обоснована эффективность интегративного подхода, основанного на согласованной деятельности семьи и образовательных учреждений.

Ключевые слова: гигиеническое воспитание, здоровый образ жизни, взаимодействие семьи и школы, здоровье детей и подростков, профилактическое образование, цифровая гигиена.

This thesis examines the role of hygienic education in preparing children and adolescents for a healthy lifestyle through effective cooperation between family and school. Hygienic education is considered not only as a set of sanitary practices, but also as a comprehensive pedagogical system that shapes responsible attitudes toward personal health, psycho-emotional well-being, and social adaptation. Special attention is given to modern challenges associated with the digital environment and the importance of developing digital hygiene skills among children and adolescents. The study substantiates the effectiveness of an integrative approach based on coordinated family and school interaction.

Keywords (in English): hygienic education, healthy lifestyle, family–school cooperation, children and adolescents' health, preventive education, digital hygiene.

Bolalar va o'smirlarni sog'lom hayotga tayyorlashda gigienik tarbiya nafaqat jismoniy salomatlikni, balki psixo-emotsional va ijtimoiy rivojlanishni ham ta'minlaydi.

Gigienik tarbiya bolalar va o'smirlarni sog'lom hayot tarziga tayyorlash jarayoni sifatida jismoniy salomatlik bilan birga psixo-emotsional va ijtimoiy rivojlanishni ham ta'minlaydi. U bolalarda mas'uliyat hissini shakllantiradi va zararli odatlarga qarshi ichki himoya mexanizmini yaratadi. Oila kundalik odatlarni shakllantirib, ovqatlanish, uyqu rejimi, shaxsiy gigiena va sport faoliyatini nazorat qilsa, maktab esa nazariy bilim berib, amaliy mashg'ulotlar, treninglar va motivatsiyani ta'minlaydi. Shu bilan birga, ularning uyg'un hamkorligi bolada gigienik ko'nikmalarni mustahkam odatga aylantiradi. Zamonaviy raqamli muhit, ekran va gadjetlar bilan bog'liq uzoq vaqt ishlash ko'z qobiliyati pasayishi, uyqu buzilishi, psixologik stress va ijtimoiy faollikning kamayishiga olib keladi. Shu sababli raqamli gigiena bolalarni ekran vaqtini me'yorida ishlatishga, tana harakati va ko'z mashqlarini bajarishga, onlayn xavfsizlikni o'rgatishga yo'naltiriladi. Innovatsion yondashuvlar orqali gigienik odatlar gamifikatsiya, interaktiv mashqlar va virtual platformalarda o'yin shaklida o'rgatiladi, ota-onalar va o'qituvchilar treninglari esa uy va maktab hamkorligini kuchaytiradi. Integrativ yondashuv bilim, amaliy va raqamli komponentlarni birlashtirib, jismoniy, ruhiy va ijtimoiy salomatlikni bir vaqtda rivojlantiradi. Shu

tarzda gigienik tarbiya bolalarda qiziqish va mustahkam odatlarni shakllantiradi, ularni mas'uliyatli, sog'lom va ongli shaxs sifatida tarbiyalaydi.

Zamonaviy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, maktab yoshidagi bolalarda quyidagi muammolar ko'p uchraydi:

- ko'z qobiliyati pasayishi va kompyuter/telefon ekraniga bog'liq vizual stress,
- umurtqa pog'onasi va mushak-skelet tizimi bilan bog'liq buzilishlar,
- uyquning yetarli bo'lmasligi va o'quv faoliyatida charchoq,
- psixo-emotsional zo'riqish va ijtimoiy moslashuv muammolari.

Shu sababli gigienik tarbiya faqat "qo'l yuvish, tish tozalash" kabi oddiy odatlar bilan cheklanmasligi lozim. U kompleks pedagogik tizim sifatida bolalarda salomatlikni asrash, mas'uliyatni shakllantirish va profilaktik ko'nikmalarni o'rgatishga yo'naltiriladi.

Gigienik tarbiyaning samaradorligi oila va maktabning uzviy hamkorligiga bog'liq. Maktabda nazariy bilim beriladi, laboratoriya, amaliy mashg'ulotlar, sog'lom turmush tarzini tushuntiruvchi interaktiv darslar o'tkaziladi.

Oilada kundalik hayotda gigienik odatlarni mustahkamlanadi, masalan uyqu rejimi, ovqatlanish, shaxsiy makon gigienasi, sport va jismoniy faollik.

Agar bu ikki komponent uyg'un ishlamasa, bola ongida "ikki xil standart" shakllanadi: maktabda o'rganganini uyda qo'llamasa, gigienik ko'nikmalar mustahkam odatga aylanishi qiyin bo'ladi. Shu bois oila va maktab o'rtasida uzviy kommunikatsiya va metodik birlik muhimdir.

Hozirgi davrda bolalar va o'smirlar sog'lig'ini tahdid qiluvchi eng katta omillardan biri — raqamli muhit (smartfonlar, planshetlar, kompyuterlar). Bu holat quyidagilarni keltirib chiqaradi:

- ko'z charchoqlari va qisqa muddatli vizual stress,
- uyqu buzilishi va biologik ritmni o'zgartirish,
- psixologik stress va ijtimoiy o'zini past baholash.

Shuning uchun raqamli gigienani ham gigienik tarbiyaning ajralmas qismi sifatida qo'shish zarur. Bolalarni ekran vaqtini me'yorida ishlatishga o'rgatish, ko'z va

mushaklarni dam oldirish mashqlarini bajarish, ijtimoiy tarmoqdan xavfsiz foydalanishni tushuntirish muhim.

Tezisdagi ilgari surilgan integrativ model quyidagi komponentlardan iborat:

1. Bilim komponenti – maktabda yosh xususiyatiga mos gigienik bilimlarni fanlararo integratsiya asosida berish (biologiya, jismoniy tarbiya, texnologiya fanlari).
2. Amaliy komponent – oilada kundalik gigienik odatlarni shakllantirish, masalan uyqu, ovqatlanish, shaxsiy gigiena va jismoniy faollik.
3. Raqamli gigiena komponenti – bolalarni ekran va gadjetlardan foydalanishda sog'lom me'yorlarga o'rgatish, ko'z va asab tizimini himoya qilish, ijtimoiy va ruhiy salomatlikni saqlash.

Ushbu modelning samaradorligi shundaki, u jismoniy, ruhiy va ijtimoiy salomatlikni bir vaqtda rivojlantiradi, profilaktik ta'limni amaliy faoliyat bilan uyg'unlashtiradi.

- Gamifikatsiya: gigienik odatlarni o'yin shaklida o'rgatish (masalan, toza qo'l o'yini, uyqu rejimi viktorinalari).
- Virtual va interaktiv platformalar: bolalarni ekran orqali sog'lom turmushga o'rgatish.
- Ota-onalar uchun treninglar: oila va maktab birligi orqali gigienik ko'nikmalarni mustahkamlash.
- Individual monitoring: bola faoliyati, uyqu va ovqatlanish rejimini kuzatib borish orqali profilaktik chora ko'rish.

Oila va maktab hamkorligida olib borilgan gigienik tarbiya bolalar va o'smirlarni sog'lom hayotga tayyorlashning eng samarali profilaktik mexanizmi hisoblanadi. U nafaqat jismoniy, balki ruhiy va ijtimoiy salomatlikni mustahkamlaydi. Integrativ va innovatsion yondashuvlar yordamida gigienik tarbiya bolalarda mas'uliyat, o'z salomatligi uchun ong va ijobiy odatlarni shakllantirishga xizmat qiladi.

Mazkur tadqiqot shuni ko'rsatadiki, oila va maktab hamkorligida olib boriladigan gigienik tarbiya bolalar va o'smirlarni nafaqat sog'lom hayotga tayyorlaydi, balki ularning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlaydi.

Innovatsion yondashuvlar va raqamli gigienaning joriy etilishi esa ushbu jarayonni zamonaviy, qiziqarli va samarali qiladi. Shu orqali gigienik tarbiya kelajak avlodni sog'lom, baquvvat va ongli shaxs sifatida shakllantirishning asosiy vositasiga aylanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Mirziyoyev Sh.M. "Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy mas'uliyat — har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak." — Toshkent: O'zbekiston, 2017.
2. Mirziyoyev Sh.M. "Yangi O'zbekiston – maktab ostonasidan boshlanadi." — Ta'lim tizimi xodimlari bilan uchrashuv nutqlaridan. — Toshkent, 2020.
3. Abdullayeva, N. (2021). Bolalar va o'smirlarni gigienik tarbiyalash metodlari. Toshkent: O'zbekiston pedagogika universiteti nashriyoti.
4. Karimova, L. & Rahmonov, T. (2020). Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda oila va maktab hamkorligi. Toshkent: Fan va ta'lim.

ДЕВИАНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ

(Специфические особенности девиантного поведения личности)

Усманова Шахло Шавкатовна
и.о. доцент Узбекский государственный университет физической культуры и
спорта

Аннотация. В статье освещены понятия девиантного поведения, его причины и представлена классификация видов отклоняющегося поведения (девиантного)

Ключевые слова: девиация, девиантное поведение, личность, взгляды, убеждения, причины, отклоняющееся поведение.

Девиация в психологии - это поведение, которое выходит за рамки норм социального общества. То есть, человек ведет себя в обход правил и моральных устоев.

Девиантное (отклоняющееся) поведение - это стойко повторяющееся поведение, не соответствующее общепринятым социальным нормам и наносящее ущерб самому человеку, окружающим людям и имуществу.

Отклоняющимися могут быть не только поступки, но и мировоззрение, вкусы, взгляды или психологические установки.

Психология девиантного (отклоняющегося) поведения — это междисциплинарная область научного знания, изучающая механизмы возникновения, формирования, динамики и исходов отклоняющегося от разнообразных форм поведения, а также способы и методы их коррекции и терапии.

Девиантное поведение и личность, его проявляющая, вызывают негативную оценку со стороны других людей. Девиантное поведение наносит реальный ущерб личности или окружающим людям, то есть может носить деструктивный или аутодеструктивный характер.

Девиантное поведение — это преимущественно стойко повторяющееся поведение (многократно или длительно). Для того чтобы поведение можно было квалифицировать как девиантное, оно должно согласовываться с общей направленностью личности.

Некоторые виды девиантного поведения:

Делинквентное. Поступки, выходящие за правовые рамки закона, способные причинить серьёзный вред окружающим. Например, насильственные действия, мошенничество, воровство, хулиганство.

Аддиктивное. Неприятие реальности через алкоголизм, наркоманию, употребление психотропных веществ или неумное увлечение виртуальными играми.

Асоциальное. Нарушение морали, которое выражается, например, в бродяжничестве, проституции.

Суицидальное. Включает мысли, попытки, действия для явного или демонстративно-театрального добровольного ухода из жизни.

Девиантное поведение сопровождается различными проявлениями социальной дезадаптации. Девиантное поведение обладает выраженным индивидуальным и половозрастным своеобразием.

Классификация видов отклоняющегося поведения.

Условно можно выделить четыре основных подхода к проблеме классификации поведенческих отклонений:

социально-правовой,
педагогический,
клинический и
психологический.

1. Социально-правовой подход. В его рамках выделяют социологическое и правовое направления. Социология рассматривает поведенческие девиации как социальные явления. Эти явления регулируются по нескольким основаниям: в зависимости от масштаба - массовые и индивидуальные отклонения; по значению последствий - негативные и позитивные; по субъекту - отклонения отдельных лиц, неформальных групп (например, бандформирований), официальных структур, условных социальных групп (например, женский, мужской или подростковый алкоголизм); по объекту - экономические, бытовые, имущественные нарушения и др.; по длительности - единовременные и длительные; по типу нарушенной нормы - преступность, пьянство, наркомания, бродяжничество, проституция, хулиганство, коррупция, терроризм, деструктивные культы и др. В праве под отклоняющимся поведением понимается все то, что противоречит принятым в настоящее время правовым нормам и запрещено под угрозой наказания.

2. Педагогический подход. Педагогические классификации менее дифференцированы и нередко заимствованы из других дисциплин. Понятие «отклоняющееся поведение» часто отождествляется с понятием «дезадаптация». Основные педагогические задачи - воспитание и обучение. Поэтому отклоняющееся поведение школьника может носить вид как школьной, так и социальной дезадаптации. В структуру школьной дезадаптации включаются

неуспеваемость; нарушение взаимоотношений со сверстниками; эмоциональные нарушения; поведенческие отклонения в сочетании со школьной дезадаптацией: нарушение дисциплины, прогулы, агрессивное поведение, оппозиционное поведение, курение, хулиганство, воровство, ложь, употребление психоактивных веществ, бродяжничество, совершение преступлений, зависимость от компьютерных игр, религиозных сект и др. Достаточно сложен вопрос о видах отклоняющегося поведения в раннем и дошкольном возрасте. Нередко приходится сталкиваться со следующими негативными поведенческими проявлениями, которые лучше рассматривать как вредные привычки: отказ от еды, непослушание, агрессивное поведение, мастурбация, гиперактивное поведение и др.

3. Психологический подход. В основу психологического подхода положены социально-психологические различия между различными видами отклоняющегося поведения. При психологической классификации отклоняющегося поведения используются следующие критерии: вид нарушаемой нормы, психологические цели поведения и его мотивация, результаты данного поведения и причиняемый ими ущерб, индивидуально-стилевые характеристики поведения.

По Ю. А. Клейбергу, все девиации поведения подразделяются: • на негативные (например, употребление наркотиков); • позитивные (например, социальное творчество); • социально-нейтральные (например, попрошайничество) Ц. П. Короленко, Т. А. Донских выделили две группы поведенческих девиаций: • нестандартное поведение (в виде нового мышления, новых идей, действий, выходящих за рамки социального поведения, что играет позитивную роль в историческом развитии общества - деятельность новаторов, революционеров, оппозиционеров, первооткрывателей в какой-либо области знаний и пр.). Данную группу сложно в полной мере отнести к отклоняющемуся поведению; • деструктивное поведение, которое подразделяется на внешне деструктивное (направлено на нарушение социальных норм - правовых, морально-этических, культурных) - аддиктивное и антисоциальное;

внутридеструктивное - суицидальное, конформистское, нарциссическое, фанатическое, аутистическое. По Е. В. Змановской, выделяются три группы отклоняющегося поведения: • асоциальное (аморальное); • антисоциальное (делинквентное); • аутодеструктивное (саморазрушительное). Указанная классификация считается относительной, условной и оправдана в целях научного анализа. Реально формы девиантного поведения сочетаются и пересекаются. В каждом конкретном случае оно неповторимо и индивидуально.

4. Медицинский подход. Некоторые виды отклоняющегося поведения могут переходить с крайней границы нормы в болезнь и становиться предметом изучения медицины (пример, назначение наркотических веществ в медицинских целях приводит к злоупотреблению, т. е. психологической зависимости, перетекает в болезнь с признаками физической зависимости, т. е. наркоманию). Отклоняющееся поведение - междисциплинарное понятие, по этому специалисты немедицинского профиля, занимающиеся проблемой девиаций, не должны выходить за рамки собственной компетенции. Однако они должны иметь представление о видах поведения, регулируемых медицинскими нормами.

Причины девиантного поведения

Биологические. Люди по своему биологическому складу уже заранее предрасположены поступать не так, как им велит общество. Чаще всего таких людей можно определить по их облику. Отягощенная наследственность, травмы, заболевания, мозговая патология.

Психологические. Излишний конформизм (стремление к подражанию кому то), навязчивые формы поведения (различные формы зависимостей), низкая устойчивость к психическим перегрузкам, низкая самооценка, низкая коммуникативность, внешняя непривлекательность.

Социальные. Не благополучная атмосфера в семье или школе, жестокое обращение, негативное обращение к ребенку со стороны взрослых, негативное влияние сверстников.

Таким образом, девиация отрицательно воздействует на психическое и физическое здоровье человека, его благополучие в семье и на работе.

Если не обращать внимание на проблему, нарушается эмоциональное равновесие, человек испытывает сильную тревогу и стресс, может погрузиться в депрессию.

Все это может привести к серьезному психологическому расстройству или возникновению ситуации, исправить которую уже будет невозможно.

Чтобы не допустить таких опасных последствий, нужно вовремя обратиться за помощью к специалистам для проведения необходимых коррекционных мероприятий.

Литература:

1. Бумаженко Н.И. Девиантное поведение и его профилактика. Курс лекций. Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова, 2007. - 147 с.

2. Клейберг Ю. А. Психология девиантного поведения. учебник и практикум для вузов 5-е изд., перераб. и доп. Москва: Издательство Юрайт, 2024. 287 с.

3. Рудакова И. А. Девиантное поведение. учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. - 156 с

BOSHQARUV PSIXOLOGIYASIDA AYOL RAHBARLARNI PSIXOLOGIK O'RGANISHNING ASOSLARI

Qodirova Sarvinoz Ikromovna
Osiyo Xalqaro Universiteti magistri,
Xiva tuman "Inson" ijtimoiy xizmatlar markazi mutaxasisi

Annotatsiya. Biz yoritib bermoqchi bo'lgan bu mavzudagi maqolada ayol rahbarlarning shaxsiy va psixologik xususiyatlari, ularning jamiyatdagi roli hamda duch keladigan ijtimoiy-psixologik to'siqlar tahlil qilinadi. Shuningdek, rahbarlik faoliyatida gender tengligining ahamiyati, ayollarning boshqaruvda o'z o'rnini topishi va bu jarayonda ularni ruhiy jihatdan qo'llab-quvvatlash zarurati ilmiy asosda yoritiladi.

Kalit so'zlar: ayol rahbar, boshqaruv, gender tengligi, ijtimoiy stereotip, psixologik to'siq, yetakchilik, emotsional intellekt.

Abstract. The article we are going to cover on this topic will analyze the personal and psychological characteristics of female leaders, their role in society, and the socio-psychological obstacles they face. It will also highlight the importance of gender equality in leadership, the need for women to find their place in management, and the need to support them psychologically in this process.

Keywords: female leader, management, gender equality, social stereotype, psychological barrier, leadership, emotional intelligence.

Аннотация. В статье, посвященной этой теме, мы проанализируем личностные и психологические характеристики женщин-лидеров, их роль в обществе и социально-психологические препятствия, с которыми они сталкиваются. Также будет затронута важность гендерного равенства в руководстве, необходимость для женщин занять свое место в управленческой сфере и необходимость оказания им психологической поддержки в этом процессе.

Ключевые слова: менеджмент, женщина-лидер, гендерное равенство, социальный стереотип, психологический барьер, лидерство, эмоциональный интеллект.

Kirish. Hozirgi davrda rivojlangan mamlakatlarning texnologik jihatdan rivojlangan korxonalarida psixologiya boshqaruv ta'sirini amalga oshirishda eng muhim o'rinni egallaydi, bu menejer va bo'ysunuvchilar o'rtasida eng samarali o'zaro aloqalarni o'rnatishga imkon beradi. Shu bilan birga, rahbarlik faoliyati ayollar uchun nafaqat kasbiy yutuq, balki ruhiy barqarorlik, o'ziga ishonch va psixologik muvozanatni saqlashni talab etuvchi jarayondir.

Bugungi kunda ko'plab jamiyatlarda ayol rahbarlar o'z faoliyatida gender stereotiplari, ijtimoiy bosimlar, psixologik to'siqlar va madaniy kutilmalar bilan to'qnash keladilar. Yutuq, balki ruhiy barqarorlik, o'ziga ishonch va psixologik muvozanatni saqlashni talab etuvchi jarayondir.

Ayrim hollarda, ayol rahbarning qat'iyligi "erkaklarcha", yumshoqligi esa "zaiflik" sifatida talqin etiladi. Bu holat ayol shaxsining psixologik holatiga, o'ziga bo'lgan ishonchiga va yetakchilik qobiliyatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga Ayol kishi bir tarafdin qaraganda nozik xilqat bo'lsa boshqa bir tarafdin qaralsa, juda ko'p ishlari muvafaqiyat bilan bajaruvchi yaxshi ish boshi hamdir. Bunga biz tarixdan ham ko'p bora guvoh bo'lib kelmoqdamiz. Qadimgi tarix ham ona urug'i davri ya'ni matriarxatdan boshlangan. Bunda qarindoshlar ona tarafdin yaqinlar bilan birlashgan. Agar yaqin o'tgan tarixga nazar solsak, albatta, Turon xalqlarining ahamoniylar bosqiniga qarshi kurashiga rahbarlik qilgan jasur ayol sarkarda To'maris haqida o'ylaymiz. Tarixdan barchamizga ma'lumki, To'maris katta jasoratlar ko'rsatgan. U o'z qo'rqmasligi va vatanparvar ekanligini o'z xalqi ya'ni massagetlarni dushmanlardan saqlab qoladi. Bu yo'lda u yaqin insonlari, hatto o'z farzandini ham yo'qotadi. Natijada u to'xtatib bo'lmas kuchga aylanadi. Dushmanning boshini olib, o'ziga yarasha jazolaydi. Mana, tarix shohidimiz, ayol - ona! U farzandi uchun har narsaga tayyor. Shu bilan birga, rahbar ayollar odatda o'z jamoasida emotsional intellekt, empatiya, adolat va hamjihatlik asosida boshqaruv olib boradilar. Shu bois, ularning shaxsiy-

psixologik portretini o'rganish nafaqat individual ruhiy holatni, balki jamiyatda gender tengligi darajasini aniqlash uchun ham muhim ilmiy masala hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili va mushohada

Ayol bu hayot. Usiz hech narsa butun emas. Qayga boqmang uning husniga, latofatiga hech bo'lmasa u yaratgan go'zallikka ko'zimiz tushadi. U bilan uy quvonchlarga to'la, u bilan farzandlar baxtli, u bilan olam charog'on. Dunyoda hech narsa yo'qki, uni ayol bajara olmasa. Mazzali taom deysizmi, uy yumushlarimi yoki bola tarbiyasi, o'qituvchilik, hamshiralik, hamma-hamma sohada ayollar jamiyatimizning bir bo'lagiga aylanib bormoqdalar.

Ayol - bu nafaqat jamiyatning yuragi, balki rahbarlikda ham insoniylik, sabr-qanoat va adolat timsoli. Ayol rahbarlar o'z faoliyatida hissiyot va aql, empatiya va qat'iyat, yumshoqlik va mas'uliyatni uyg'unlashtira oladilar. Ularning boshqaruv uslubi o'ziga xos bo'lib, jamoa ruhiyatini his etuvchi va ijtimoiy muvozanatni saqlovchi kuchga ega. Ular inson bilan ishlashda kuch emas, so'z, tushunish va ishonch orqali natijaga erishadilar. Bunday rahbarlik insoniy qadriyatlarni ustuvor qo'yadi, jamoani "tartib bilan emas, ruh bilan" boshqaradi.

Rahbar shaxsining biografik jihatlarida uning jinsi, rahbar yoshidan keyingi o'rinda turadigan unga xos xususiyatga kiradi. Ayni payt ishlab chiqarishni samarali boshqarayotgan ayollarni ko'plab uchratish mumkin. Jins tafovutlarini tahlil etishda samaradan ko'ra boshqaruv uslubi haqida gapirsa, o'rinli bo'ladi. Erkak rahbar asosiy diqqat-e'tiborini ishlab chiqarish muammolariga taalluqli vazifalarga qaratrsa, ayol rahbar ko'proq jamoaning ijtimoiy-psixologik jihatlariga, psixologik muhitni sog'lomlashtirishga qaratadi. Shuning uchun ham ayol rahbarlar bor joyda muhit iliq, muvozanatli va ijodiy bo'ladi. Ular qarorlar qabul qilishda faqat natijani emas, inson omilini ham hisobga oladilar bu esa zamonaviy boshqaruvning eng muhim mezonidir.. Bugungi kunga kelib esa ayol rahbarlar deyarli barcha sohalarga kirib borishga ulgurishdi. Bu esa jamiyatda ayolning faolligi ortib borayotganidan, ularning rahbarlik qobiliyatlariga bo'lgan e'tibor kuchayganidan dalolat beradi. Ayolning u yoki bu sohada boshqaruv lavozimini egallashi, ko'p jihatdan, bu soha ayollarga mosmi yoki erkaklargami, degan savolga bog'liq. Bir qator tadqiqotlar orqali

aniqlanishicha, erkak va ayol aralash ishlaydigan guruhda ko'pincha erkaklar tashabbusni o'z qo'llariga olar ekanlar. Tadqiqotchi Ye.Xollander tajribasiga ko'ra, guruh doirasida hal etiladigan vazifani yechishda erkaklar ko'proq maqbul yo'l topa olishadi, ayol va erkaklardan iborat aralash guruhda esa ustunlikka intilishadi. Olimning tushuntirishicha, erkaklarga xos bunday xatti-harakat, ko'p jihatdan, jamiyatda o'rnatilgan normalar va erkaklar xulqiga oid ustanovka, ya'ni kutuvlardan kelib chiqadi. Bunday ustanovkalar asosidagi standartlar atrofdagilarning bo'layotgan voqea-hodisalarni idrok etishiga ham katta ta'sir etadi. Ammo, boshqa tadqiqotlarda bu holat biroz boshqacha yodashuv bilan izohlanadi. Masalan, taniqli olim F. Denmark o'z izlanishlari asosida shunday xulosaga kelganki, boshqaruv sohalarida muvaffaqiyatga erishishda sezilarli jinsiy tafovutlar kuzatilmay ekan. Ayol va erkaklarning boshqaruv faoliyatidagi farq shundan iborat ekanki; "Ayollar – jamoadagi munosabatlarga ko'proq e'tibor beradilar". Erkak va ayollarga xos jinsiy psixologik farqning bo'lishi tabiiy, lekin jamoa oldida turgan vazifani bajarish, ko'zlangan maqsadga erishish borasida jinsiy tafovut deyarli kuzatilmaydi. Demak, ayollarda muvaffaqiyatga erishish ko'p jihatdan shaxsiy fazilatlar, oila tarbiyasi va ijtimoiy tajribaning uyg'unligiga bog'liqdir. Bu jihatlar ularning rahbarlikdagi psixologik portretini shakllantiruvchi asosiy omillar hisoblanadi. Misol tariqasida, shaxsning ko'pgina mehnatsevarlik fazilatlarini jinsiy moyilliklar bilan emas, balki o'rganishlar, ijtimoiy qadriyatlar, xarakterdagi xususiyatlarga asoslanadi. Asosan, insoniy munosabatlarga e'tibor qaratish, empatiya, ko'ngilchanlik, boshqaruvda demokratik tamoyillarga suyanish ayollarda ko'proq uchraydi. Shuni yoddan chiqarmasligimiz zarurki, bu ko'rsatkichlar ma'lum darajada jamoa faolligiga ijobiy ta'sir etuvchi omillardir. Erkak rahbar asosiy diqqat-e'tiborini ishlab chiqarish muammolariga taalluqli vazifalarga qaratib, ayol rahbar ko'proq jamoaning ijtimoiy-psixologik jihatlariga, psixologik muhitni sog'lomlashtirishga qaratadi.

Britaniyalik tilshunos Richard D. Lyuis 1996-yilda birinchi marta nashr etilgan "Xalqaro biznesdagi biznes madaniyati" (asl nomi - "Madaniyatlar to'qnashganda")

kitobida “Har bir jamiyat o‘z liderlariga muhtoj va bu rahbar jamiyatda qabul qilingan qadimiy asoslar va an‘analarga rioya qilishini kutadi”, - deb yozadi. Jamiyatda insonlar o‘zaro kelishib yashashlari lozim. U yerda har bir insonning o‘rni alohida. Agar ularning birortasi o‘zining vazifasini bajarmay qo‘ysa, faqatgina jamiyat emas, kichik-kichik jamiyatlardan tashkil topgan davlat ham zarar ko‘rishi aniq. Hozirgi kunda jamiyatdagi o‘rinlarning ko‘p qismini ayollar ham egallab bormoqdalar. Chunki ularning qarashlari, fikrlashlari, ish yuritish usullari erkaklarnikidan farq qiladi. Atrofimizda muvoffaqiyatga erishayotgan ayollarni uchratayotgan bo‘lsakda, “Jamiyatda o‘z salohiyatini to‘liq namoyon etish jarayonida turli to‘siqlarga duch kelayotgan ayollar yo‘q” deya olmaymiz.

Eng avvalo, ijtimoiy stereotiplar – ya’ni ayolning faqatgina uy va oilaviy vazifalar bilan cheklanib qolishi haqidagi eski qarashlar – ularning rivojlanishiga halaqit beradi. Bunday fikrlar ayollarning o‘z kuchi va imkoniyatlariga bo‘lgan ishonchini susaytiradi, faol ijtimoiy hayotga kirishishdan to‘xtatadi. Hozir texnika va texnologiya asri. Ayollarning bo‘sh vaqti ortib bormoqda. Ularning ilm va salohiyatidan to‘g‘ri foydalanishimiz kerak. Bundan tashqari, mehnat bozorida tenglikning to‘liq ta’minlanmaganligi. Rahbarlik lavozimlarida ayollar ulushining pastligi ham muhim masalalardan biridir. Ko‘plab ayollar o‘z g‘oyalari va tashabbuslarini ilgari surishda iqtisodiy to‘siqlarga duch kelmoqdalar. Shuningdek, muzokaralar olib borishdagi qiyinchiliklar, ko‘tarilish imkoniyatlarining pastligi, ish va hayot muvozanatining yo‘qligi kabi muammolar rahbar ayollarning rivojlanishiga halaqit beradi.

Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev 2022-yil 22-yanvar kuni bo‘lib o‘tgan xalq deputatlari Buxoro viloyati kengashining navbatdan tashqari sessiyasida ayol rahbarlar faoliyatiga alohida to‘xtalib o‘tib, “Ishonaman - ayollar rahbar bo‘lgan tumanlarda adolat bayrog‘i boshqacha hilpiraydi. Biz hokimlikka saylangan rahbar ayollarimizga doim yordam beramiz, yelkadosh bo‘lamiz. Bundan keyin ham katta-katta tashkilot va kompaniyalar rahbarligiga ayollarni tayinlash tashabbusi davom etadi. Biz ularni tayyorlayapmiz. Kimlargadir bu ish yoqmas, lekin menga yoqadi” - degandi.

Xulosa va tavsiyalar

“Davlat va jamiyat boshqaruvida ayollarning o‘rni va mavqeyini yanada mustahkamlash - islohotlarimizning muhim yo‘nalishlaridan biri bo‘lib qolaveradi. Biz mamlakatimizda istiqomat qilayotgan 17 milliondan ziyod opa-singillarimiz, qizlarimiz, onaxon va momolarimizga munosib sharoit yaratib berish uchun barcha imkoniyatlarni ishga solishimiz lozim.” Biz, xotin-qizlarga bunday katta-katta imkoniyatlar yaratilib berilishining o‘zi jamiyatimizda ayollarning ro‘li muhimligidan dalolat beradi. Har bir qiz bola o‘z qobiliyatini erta aniqlashi, uni rivojlantirish uchun zarur sharoitga ega bo‘lishi lozim. Shuningdek, ayollar uchun psixologik qo‘llab-quvvatlash markazlari, turli xildagi dasturlar va yetakchi ayollar klublarini tashkil etish, ularning ruhiy barqarorligini oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki rahbarlik faqat bilim emas, balki kuchli iroda, stressga bardoshlilik va o‘ziga ishonchni talab qiladi. Men aynan Inson hayot yo‘lida bir nimani bilmadim deya yonib o‘tmasligim kerak. Hind faylasufi aytganidek, biz o‘zimiz ko‘rishni istagan o‘zgarish bo‘la olishimiz kerak. Orzular ro‘yxatimda adolatli rahbar bo‘lish degan o‘rin ochilgan. Men o‘zimdagi barcha savollarga yechim topdim va men endi buning qat’iy bir maqsadga aylanganligini bilaman. Maqsadim yo‘lida qanchalik qiyin va o‘gir bo‘lmasin uni davom eta olishimga ishonch his etdim. Ya’ni, kelajakda ayol rahbarlarning safi yana bittaga ko‘payishiga ishonchim komil.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yhati:

1. O.E.Hayitov, “Boshqaruv psixologiyasi” - Toshkent: “Istiqlol” nashriyoti, 2021. - 236 b.
2. С.С.Ломакина. Феномен социально-психологического наследования у современных руководителей: Автореферат дис.канд. психол. наук: 19.00.05. - СПб., 2006.
3. Mahmudov.I “Boshqaruv psixologiyasi”. YUNAKS-PRINT. - Toshkent: 2005. -170 b

ZAMONAVIY TA'LIMDA PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK MUAMMOLAR

Avilova Ra'no Fayzullayevna
Qashqadaryo viloyati Shahrisabz shahar 1-maktab psixologi

Annotatsiya. Zamonaviy ta'limda psixologik va pedagogik muammolar o'zaro chambarchas bog'liq bo'lib, ularni hal etish kompleks yondashuvni talab qiladi. O'quvchilarning ruhiy holatini qo'llab-quvvatlash, individual yondashuvni kuchaytirish, o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyasini oshirish hamda maktab, oila va jamiyat hamkorligini mustahkamlash orqali ta'lim tizimining samaradorligini oshirish mumkin.

Kalit so'zlar. Psixologik, pedagogik, kognitiv, motivatsiya, ruhiy holat, psixik jarayonlar.

KIRISH

Ta'lim inson rivojlanishining asosiy jihati bo'lib, intellektual, ijtimoiy, ruhiy va jismoniy o'sishni rivojlantirishga qaratilgan. Samarali ta'lim tajribasini ta'minlash uchun ta'lim jarayoniga ta'sir qiluvchi psixologik va pedagogik xususiyatlarni tushunish juda muhimdir. Ta'limning asosiy psixologik xususiyatlaridan biri kognitiv rivojlanish kontseptsiyasidir. Kognitiv rivojlanish deganda bilim, tushunish va tanqidiy fikrlash qobiliyatlarini egallash jarayoni tushuniladi. O'quvchilar rivojlanishning turli bosqichlarini bosib o'tgan sari, ularning axborotni qayta ishlash, muammolarni hal qilish va turli tushunchalar o'rtasidagi aloqalarni o'rnatish qobiliyati ham rivojlanadi. Shunday qilib, o'qituvchilar o'quv tajribasini ishlab chiqishda va ularning taraqqiyotini baholashda o'z talabalarining kognitiv qobiliyatlarini hisobga olishlari kerak. Zamonaviy ta'lim tizimi globallashuv, raqamli texnologiyalar va ijtimoiy o'zgarishlar ta'sirida tez sur'atlar bilan rivojlanmoqda. Bu jarayon ta'lim sifatini oshirish bilan birga qator psixologik va pedagogik muammolarni ham yuzaga keltirmoqda. Ushbu muammolarni o'z vaqtida aniqlash va bartaraf etish ta'lim samaradorligini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega.

Avvalo, psixologik muammolar orasida o'quvchilarning o'qishga bo'lgan motivatsiyasining pasayishi dolzarb masala hisoblanadi. Axborot oqimining haddan tashqari ko'pligi, ijtimoiy tarmoqlarga qaramlik, virtual muhitning ustunligi bolalarda diqqatning tarqoqlashuvi va tez charchashga olib kelmoqda. Natijada o'quvchilarda bilim olishga qiziqish susayib, o'ziga bo'lgan ishonch kamayadi. Bundan tashqari, stress, xavotir, depressiv holatlar, ayniqsa o'smirlar orasida ko'payib borayotgani kuzatilmoqda. Oila va maktab o'rtasidagi hamkorlikning yetarli emasligi bu holatlarni yanada kuchaytiradi.

Shuningdek, zamonaviy ta'limda individual yondashuvning yetishmasligi ham psixologik muammo sifatida namoyon bo'ladi. Har bir o'quvchining qobiliyati, xarakteri va rivojlanish sur'ati turlicha bo'lsa-da, amaliyotda barcha bolalardan bir xil natija talab qilinishi ularda ichki qarshilik va befarqlikni keltirib chiqaradi. Inkluziv ta'lim jarayonida maxsus ehtiyojli bolalar bilan ishlashda psixologik tayyorgarlikning pastligi ham muhim muammo sanaladi.

Pedagogik muammolarga to'xtaladigan bo'lsak, ta'lim mazmuni bilan zamon talablari o'rtasidagi nomutanosiblik ko'plab qiyinchiliklarni yuzaga keltirmoqda. Ba'zi fan dasturlarida nazariy bilimlar ustun bo'lib, amaliy ko'nikmalar yetarlicha shakllanmaydi. O'qituvchilarning zamonaviy pedagogik texnologiyalarni qo'llashdagi tajribasi va malakasi har doim ham yetarli emasligi darslarning samaradorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Bundan tashqari, baholash tizimining asosan natijaga yo'naltirilgani, jarayon va shaxsiy rivojlanishni e'tibordan chetda qoldirishi o'quvchilarda raqobatni kuchaytirib, hamkorlik va ijodkorlikni cheklab qo'yadi. O'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi muloqotning bir tomonlama bo'lishi, ya'ni avtoritar uslubning saqlanib qolishi ham pedagogik muammo sifatida namoyon bo'ladi.

Ta'limning yana bir muhim psixologik xususiyati motivatsiyadir. Motivatsiya o'quvchilarning o'quv faoliyati bilan shug'ullanishga va qiyinchiliklarga bardosh berishga tayyorligini aniqlashda hal qiluvchi rol o'ynaydi. O'qituvchilar o'quvchilarning motivatsiyasiga ta'sir qiluvchi turli omillarni, masalan, ularning shaxsiy qiziqishlari, maqsadlari va o'z qobiliyatlari haqidagi e'tiqodlarini tushunishlari

kerak. Ijobiy va rag'batlantiruvchi ta'lim muhitini yaratish orqali o'qituvchilar o'quvchilarni o'z bilimlarini egallashga va akademik muvaffaqiyatga intilishga undashlari mumkin.

Kognitiv rivojlanish va motivatsiyadan tashqari, o'quvchilarning o'rganish tajribasini shakllantirishda ta'limning ruhiy jihatlar ham muhim rol o'ynaydi. Tuyg'ular o'quvchilarning diqqatini jamlash, ma'lumotni saqlash va material bilan shug'ullanish qobiliyatiga ta'sir qilishi mumkin. O'qituvchilar ruhiy farovonlikka yordam beradigan va ochiq muloqotni rag'batlantiradigan qo'llab-quvvatlovchi va inklyuziv sinf muhitini yaratishi kerak. Talabalarning his-tuyg'ularini tan olish va ularga murojaat qilish orqali o'qituvchilar o'rganish uchun xavfsiz maydon yaratishi va o'quvchilarga chidamlilik va engish strategiyalarini rivojlantirishga yordam berishi mumkin.

Ta'limning yana bir psixologik xususiyati individual farqlar tushunchasidir. Har bir talaba o'zining ta'lim tajribasini shakllantiradigan o'ziga xos kuchli tomonlari, qiyinchiliklari va o'rganish uslublariga ega. O'qituvchilar xilma-xillikni qabul qilishlari va o'quvchilarning individual ehtiyojlarini qondirish uchun o'qitish usullarini moslashtirishlari kerak.

O'quvchilarning farqlarini tan olish va nishonlash orqali o'qituvchilar barcha talabalar uchun akademik muvaffaqiyatlarga yordam beradigan yanada inklyuziv va adolatli o'quv muhitini yaratishi mumkin.

Pedagogik tomondan, ta'limning yana bir asosiy xususiyati - bu iskala tushunchasi. Iskala o'quvchilarga yangi tushunchalar va ko'nikmalarni o'rganishda tizimli yordam va yo'lyo'riq berish jarayonini anglatadi. O'qituvchilar murakkab vazifalarni kichikroq, boshqarilishi mumkin bo'lgan bosqichlarga bo'lish, fikr-mulohaza va rag'batlantirish hamda o'quvchilarning ishonchi va malakasiga ega bo'lishlari uchun mas'uliyatni bosqichma-bosqich bo'shatish orqali o'rganishni rivojlantirishi mumkin. O'quv tajribalarini to'plash orqali o'qituvchilar talabalarga mavjud bilim va ko'nikmalarni mustahkamlashga va materialni chuqurroq tushunishga yordam berishlari mumkin.

Ta'limning yana bir muhim pedagogik xarakteristikasi - bu farqlash tushunchasi. Differentiatsiya o'quvchilarning sinfdagi turli ehtiyojlarini qondirish uchun o'qitishni

moslashtirishni o'z ichiga oladi. Pedagoglar o'quvchilarning individual qobiliyatlari, qiziqishlari va ta'lim uslublarini moslashtirish uchun o'quv faoliyati mazmuni, jarayoni va mahsulini o'zgartirish orqali ta'limni farqlashlari mumkin. Ta'limni differentsiallashtirish orqali o'qituvchilar, ularning kelib chiqishi yoki qobiliyat darajasidan qat'i nazar, barcha o'quvchilarning ehtiyojlarini qondiradigan yanada shaxsiylashtirilgan va qiziqarli ta'lim tajribasini yaratishi mumkin.

Hamkorlik ta'limning yana bir muhim pedagogik xususiyatidir. Hamkorlikdagi ta'lim o'quvchilarning umumiy maqsadlarga erishish, muammolarni hal qilish va fikr almashish uchun guruhlarda birgalikda ishlashini o'z ichiga oladi. O'qituvchilar guruh faoliyatini tashkil etish, ijobiy muloqot va jamoaviy ishlashni rag'batlantirish hamda o'quvchilarga shaxslararo munosabatlarni rivojlantirish va amaliyotda qo'llash imkoniyatlarini yaratish orqali hamkorlikni rivojlantirishi mumkin. Hamkorlikni rag'batlantirish orqali o'qituvchilar o'quvchilarga maktabda va undan tashqarida muvaffaqiyatga erishish uchun muhim bo'lgan tanqidiy fikrlash, muloqot va etakchilik qobiliyatlarini rivojlantirishga yordam berishi mumkin.

Teskari aloqa va baholash ham ta'limning muhim pedagogik xususiyatlari hisoblanadi. Fikr-mulohazalar talabalarga ularning faoliyati va taraqqiyoti haqida o'z vaqtida va konstruktiv ma'lumot berishni o'z ichiga oladi. Pedagoglar o'quvchilarning kuchli tomonlari va o'sish yo'nalishlarini aniqlash, ularni o'rganishga yo'naltirish va ularni yaxshilashga undash uchun fikr-mulohazalardan foydalanishi mumkin. Baholash o'quvchilarning bilim, ko'nikma va tushunchalarini testlar, viktorinalar, loyihalar va taqdimotlar kabi turli usullar yordamida baholashni o'z ichiga oladi. O'quvchilarga muntazam ravishda fikr-mulohaza va baho berish orqali o'qituvchilar o'quvchilarning taraqqiyotini kuzatishi, o'rganishdagi kamchiliklarni aniqlashi va o'quvchilar ehtiyojlarini qondirish uchun o'qitishni moslashtirishi mumkin.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, ta'limning psixologik va pedagogik xususiyatlarini tushunish o'quvchilarning o'sishi va muvaffaqiyatiga yordam beradigan samarali ta'lim tajribasini yaratish uchun juda muhimdir. Kognitiv rivojlanish, motivatsiya, ruhiy farovonlik, individual farqlar, iskala, farqlash, hamkorlik, fikr-mulohaza va baholash

kabi omillarni hisobga olgan holda, o'qituvchilar o'quvchilarning o'rganishi va faolligini qo'llab-quvvatlaydigan o'quv amaliyotlarini ishlab chiqishlari mumkin. Ushbu xususiyatlarni o'zlashtirib, ularni o'qitish amaliyotiga kiritish orqali o'qituvchilar o'quvchilarga o'zlarining to'liq potentsiallarini ro'yobga chiqarish va umrbod ta'lim oluvchilarga aylanish imkoniyatini beradigan dinamik va inklyuziv ta'lim muhitini yaratishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Hoshimov K., Nishonova S., Inomova M., Hasanov R. Pedagogika tarixi. O'quv qo'll. - T.: O'qituvchi 1996.
2. Hoshimov K., C.Ochil. O'zbek pedagogikasi antologiyasi. O'quv qo'll. I-jild. -T.: O'qituvchi, 2010.
3. Ibragimov X.I., Abdullayeva Sh.A. Pedagogika nazariyasi. Darslik. - T.: "Fan va texnologiyalar" nashriyoti, 2008.
4. Xasanboyev J., To,raqulov X., Xaydarov M., Xasanboyeva O. Pedagogika fanidan izoxli lug'at. - T., 2008.
5. Egamberdiyeva N.M. "Ijtimoiy pedagogika" - T.: A.Navoiy nomidagi O'zbekiston Milliy kutubxonasi nashriyoti, A.Navoiy, 2009.

RAQAMLI CHARCHASH (DIGITAL FATIGUE) SHAROITIDA SHAXS EMOTSIONAL BARQARORLIGINING PSIXOLOGIK MEXANIZMLAR

Saitova Komila G'ulom qizi
Osiyo Xalqaro Universiteti magistri

Annotatsiya. Ushbu akademik maqola raqamli charchash (digital fatigue) sharoitida shaxsning emotsional barqarorligini ta'minlovchi psixologik mexanizmlarni atroflicha tahlil qiladi. Zamonaviy raqamli muhitda ortib borayotgan psixik yukning inson hissiy holatiga ta'siri, ayniqsa kognitiv yuklanish, e'tiborni qisman bo'lish, dopamin bilan bog'liq rag'batlantirish tizimlari va fiziologik stress reaksiyalari kabi omillar ko'rib chiqiladi. Maqolada raqamli charchashning neyrobiologik va psixofiziologik korrelyatsiyalari, jumladan, miya tuzilishidagi o'zgarishlar va stress gormonlarining roli muhokama qilinadi. Shuningdek, mavjud adabiyotlar asosida himoya mexanizmlari va intervensiya strategiyalari taklif etiladi. Maqola raqamli

texnologiyalar davrida inson ruhiy salomatligini saqlash va mustahkamlash uchun muhim nazariy va amaliy ma'lumotlarni taqdim etadi.

Kalit so'zlar: Raqamli charchash, Emotsional barqarorlik, Psixologik mexanizmlar, Neyrobiologik korrelyatsiyalar, Kognitiv yuklama, Stress, Intervensiya strategiyalari, Raqamli gigiyena

Kirish

XXI asrda raqamli texnologiyalarning hayotimizga chuqur singib borishi bilan bir qatorda, "raqamli charchash" (digital fatigue) fenomeni ham tobora dolzarb muammoga aylandi. Ushbu holat uzluksiz raqamli aloqa, axborot oqimining haddan tashqari ko'pligi va onlayn muhitda doimiy faollik natijasida kelib chiqadigan jismoniy, aqliy va hissiy toliqishni anglatadi. Bir vaqtlar qulaylik va samaradorlik manbai bo'lgan raqamli asboblarning endilikda ko'plab shaxslar uchun surunkali stress va hissiy beqarorlik omiliga aylanishi mumkin. Bu holat zamonaviy jamiyatda insonning ruhiy salomatligiga jiddiy ta'sir ko'rsatib, uning emotsional barqarorligiga putur yetkazadi.

Emotsional barqarorlik shaxsning hissiy reaksiyalarini samarali boshqarish, stressli vaziyatlarga moslashish va salbiy his-tuyg'ularga qaramay, ichki muvozanatni saqlab qolish qobiliyatini ifodalaydi. Raqamli muhitning haddan tashqari yuklamasi bu barqarorlikni buzishi mumkin, chunki u kognitiv resurslarni kamaytiradi, e'tiborni parchalaydi va surunkali stressni keltirib chiqaradi. Shaxsiy emotsional barqarorlikning buzilishi esa turli ruhiy tushkunliklar, xavotir, uyqusizlik va hatto jismoniy shikoyatlarga olib kelishi mumkin.

Ushbu maqolaning maqsadi raqamli charchash sharoitida shaxs emotsional barqarorligining buzilishiga olib keladigan psixologik va neyrobiologik mexanizmlarni o'rganish, shuningdek, bunday holatlarni bartaraf etishga yordam beradigan himoya omillari va intervensiya strategiyalarini tahlil qilishdan iborat. Mavzuga oid chuqur tushuncha raqamli texnologiyalardan sog'lom foydalanish madaniyatini rivojlantirish va shaxsiy ruhiy salomatlikni himoya qilish uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili

Raqamli charchash fenomeni turli jihatlardan o'rganilgan bo'lib, uning nazariy asoslari va psixologik ta'sirlari bo'yicha keng ko'lamli tadqiqotlar mavjud. Raqamli

yuklanish miyaning tabiiy ishlov berish chegaralari doimiy ravishda oshib ketganda yuzaga keladigan o'lchovli biologik reallik sifatida ta'riflanadi [4]. Bu, asosan, ishchi xotiraning cheklangan qobiliyatiga ta'sir qilib, raqamli stimullarning katta hajmi, tezligi va xilma-xilligini boshqarishga to'sqinlik qiladi. Asosiy muammo "keraksiz kognitiv yuklanish" bilan bog'liq bo'lib, bu diqqatni chalg'itish va keraksiz vazifalarni o'zgartirishga sarflanadigan aqliy kuchni anglatadi, bu esa o'rganish uchun foydali bo'lgan "mohiyatli yuklanish" dan resurslarni chetga yo'naltiradi [4]. Tez vazifalarni o'zgartirish, shuningdek, "e'tibor qoldig'i"ni yaratadi, bunda aqliy energiya avvalgi vazifalarda qolib, "aqliy tuman"ga olib keladi va chuqur fikrlash qobiliyatini pasaytiradi [4].

Jeymi Mastardning "The Iconist" kitobida "suyultirish" tushunchasi kiritilgan bo'lib, bunda shaxsning ovozi ulkan raqamli kontent orasida yo'qolib ketgandek his qiladi [3]. Bu hodisa kundalik xabarlarining keskin o'sishi (1950-yillardagi taxminan 250 tadan hozirgi 10,000-15,000 tagacha) natijasida kelib chiqadi va diqqat tanqisligi madaniyatini shakllantiradi. Shaxsan suyultirish ko'rinmaslik, ahamiyatsizlik, xavotir, falaj, norozilik, qochish va depressiya kabi hislar bilan namoyon bo'ladi, Milleniallar va Z avlodi esa paranoyaga duchor bo'lishi mumkin [3]. Bu holat ko'pincha ongsiz bo'lsa-da, ishga joylashish kabi raqobatli stsenariylarda yaqqol namoyon bo'ladi, bunda shaxslar endi avvalgi 50-100 kishiga nisbatan minglab raqiblar bilan bellashadilar [3]. Suyultirishni anglash esa shaxslarni ko'rinish va eshitilish strategiyalarini topishga undash orqali xavotirni kamaytirishi mumkin. Bundan tashqari, suyultirish "phubbing" (boshqalarga e'tibor bermay, telefonga qarab turish) va "ghosting" (aloqani uzib qo'yish) natijasida kelib chiqadigan izolyatsiyani kuchaytirib, yakka qamoqda bo'lish bilan bog'liq simptomlarning "suyultirilgan" versiyalariga, masalan, vahima va paranoyaga olib kelishi mumkin [3].

Kiber charchash doimiy raqamli stimullar va onlayn tahdidlarga doimiy ta'sir qilish natijasida kelib chiqadigan aqliy toliqish holatini tavsiflaydi, bu esa diqqatni pasayishi, hissiy charchash va qaror qabul qilishning buzilishiga olib keladi [5]. Bu hodisa ayniqsa kiberxavfsizlik yoki yuqori stressli raqamli muhitdagi shaxslar orasida keng tarqalgan bo'lib, tahdidlarni aniqlash uchun doimiy hushyorlikni talab qiladi.

Miyaning tahdidlarga asoslangan stimullarga uzluksiz e'tibor berishga mo'ljallanmaganligi uning "jang yoki qochish" reaksiyasini faollashtiradi va kognitiv resurslarni tugatadi [5]. "Journal of Information Warfare" jurnalida chop etilgan tadqiqot IT va kiberxavfsizlik mutaxassislari orasida yuqori aqliy toliqish darajasini ko'rsatdi [5]. Neyropsixologik jihatdan, kiber charchash prefrontal korteksni ortiqcha yuklaydi, diqqat va ijro etuvchi funktsiyalarga ta'sir qiladi, amigdalaning doimiy faollashuvi esa hissiy charchash va xavotirga olib kelishi mumkin [5]. Uzoq muddatli stress, shuningdek, prefrontal korteksning plastikligini pasaytiradi [5].

Ekran vaqtining keng tarqalganligi raqamli kuyishga (digital burnout) olib keldi, bu vaqtinchalik raqamli charchashdan farqli o'laroq, kuchli, uzoq muddatli aqliy va jismoniy charchoq bilan tavsiflangan zamonaviy holatdir [6]. Ushbu muammo nevrologik salomatlikka sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Amerika Psixologiya Assotsiatsiyasi doimiy qurilmani tekshirish odatlari va yuqori stress darajasi o'rtasidagi bog'liqlikni qayd etadi, Stenford tadqiqoti esa haddan tashqari ekran vaqti xotirani yomonlashtirishi, kognitiv jarayonni sekinlashtirishi va kattalar miya aloqasini buzishi mumkinligini ko'rsatadi [6]. Nevrologik ta'sirlarga kognitiv charchash, ko'k nur melatonin ishlab chiqarishga xalaqit berishi tufayli uyquning buzilishi va asabiylashish, xavotir va depressiv simptomlar kabi kayfiyat o'zgarishlari kiradi [6]. Tadqiqotlar, shuningdek, miya tuzilishidagi o'zgarishlarni, xususan, hissiy tartibga solish va qaror qabul qilish uchun muhim bo'lgan sohalardagi kulrang moddaning kamayishini, ba'zan "raqamli demensiya" deb ataladigan holatni taklif qiladi [6].

Raqamli yuklanish bilan bog'liq holda yangi psixopatologiyalarni aniqlashga qaratilgan tadqiqotlar ham mavjud bo'lib, an'anaviy diagnostik taksonomiyalar yetarli emasligi ta'kidlanadi [2]. Ushbu tadqiqotlar raqamli davr uchun to'rtta yangi diagnostik toifani ajratib ko'rsatadi: Kognitiv fragmentatsiya va raqamli yuklanish buzilishlari, Ijtimoiy media va immersiv texnologiyalar sababli buzilishlar, Texnologiyalarni integratsiyalashuv buzilishlari va Diagnostik moslashuvni talab qiluvchi simptomatik buzilishlar [2]. Pilot tadqiqotda mental salomatlik mutaxassislarning 85.3% "Doimiy qisman e'tibor buzilishi"ni (CPAD) va 82.7% "Raqamli xavotir buzilishi"ni (DAD) tan olgan [2].

Raqamli stressning evolyutsiyasini o'rgangan bir tadqiqot COVID-19 pandemiyasi davrida uy ofisida ishlaydigan xodimlar orasida salbiy hissiyotlar va jismoniy shikoyatlarga ta'sirini tekshirgan [1]. Tadqiqot 2020 yilda 441 va 2022 yilda 398 nafar xodim o'rtasida o'tkazilgan. Raqamli stressning sezilarli darajada oshishi (2020 yilda 9% dan 2022 yilda 20% gacha) kuzatilgan bo'lsa-da, salbiy hissiyotlar va jismoniy shikoyatlarda aniq farqlar kuzatilmagan [1]. Bu natija raqamli stressning salbiy hissiyotlarga va jismoniy shikoyatlarga bevosita ta'siri past yoki kechikkan bo'lishi mumkinligini ko'rsatadi, ammo stressning o'zi sezilarli darajada oshganini tasdiqlaydi [1].

Yuqoridagi tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, raqamli charchash nafaqat psixologik, balki kognitiv va neyrofiziologik darajada ham jiddiy o'zgarishlarga olib kelishi mumkin. Bu esa shaxsning emotsional barqarorligini ta'minlash uchun kompleks yondashuvni talab qiladi.

Tadqiqot metodologiyasi

Ushbu maqola nazariy va tahliliy xarakterga ega bo'lib, raqamli charchash sharoitida shaxs emotsional barqarorligining psixologik mexanizmlarini chuqur tahlil qilishga qaratilgan. Tadqiqotning asosiy metodologiyasi mavjud ilmiy adabiyotlarni tanqidiy tahlil qilish va sintez qilishdan iborat. Mavzuga oid empirik tadqiqotlar, nazariy yondashuvlar, neyroilmiy topilmalar va psixologik modellar yig'ilgan va tizimlashtirilgan.

Mavzuga oid kalit so'zlar (masalan, digital fatigue, emotional stability, cognitive overload, psychological mechanisms, neurobiology of digital stress) bo'yicha ilmiy ma'lumotlar bazalari (PubMed, Scopus, Google Scholar) orqali maqolalar qidirilgan.

Topilgan manbalar, ularning metodologiyasi, natijalari va xulosalari nuqtai nazaridan tanqidiy baholangan. Bu jarayonda har bir manbaning mavzuga dolzarbligi va ilmiy ishonchliligi inobatga olingan.

Har xil tadqiqotlardan olingan ma'lumotlar sintez qilinib, raqamli charchashning psixologik, kognitiv va neyrobiologik mexanizmlari o'rtasidagi bog'liqliklar aniqlangan.

Shaxsning emotsional barqarorligiga ta'sir etuvchi omillar va ularni himoya qilish usullari bo'yicha umumiy xulosalar shakllantirilgan.

Ushbu metodologiya turli sohalardan (psixologiya, nevrologiya, axborot texnologiyalari) olingan bilimlar asosida mavzuga keng qamrovli va integratsiyalashgan yondashuvni ta'minlaydi. Maqola, asosan, nazariy sintezga asoslangan bo'lib, o'zining empirik ma'lumotlarini taqdim etmaydi, balki mavjud ilmiy dalillarni umumlashtirib, yangi nazariy tushunchalarni shakllantirishga harakat qiladi.

Xulosa

Raqamli charchash zamonaviy dunyoning muqarrar qismi bo'lib, shaxsning emotsional barqarorligiga sezilarli darajada ta'sir qiladi. Ushbu tadqiqot raqamli charchashning psixologik, kognitiv va neyrobiologik mexanizmlarini tahlil qilib, uning inson hissiy holatiga qanday ta'sir ko'rsatishini yoritib berdi.

Asosiy topilmalar shuni ko'rsatadiki, raqamli yuklanish miyaning kognitiv resurslarini tugatib, ishchi xotirani cheklaydi va "keraksiz kognitiv yuklanish" orqali diqqatni pasaytiradi [4]. "Suyultirish" hissi shaxsning o'zini ahamiyatsiz, ko'rinmas his qilishiga olib kelib, xavotir va tushkunlikni kuchaytiradi [3]. Kiber charchash miyaning doimiy tahdidlarga e'tibor berish qobiliyatini zaiflashtirib, prefrontal korteks va amigdalaga haddan tashqari yuklama beradi, bu esa hissiy charchoq va plastiklikning pasayishiga olib keladi [5]. Raqamli kuyish esa miya tuzilishidagi o'zgarishlar, jumladan, kulrang moddaning kamayishi va uyqu buzilishlari bilan bog'liq bo'lib, ruhiy tushkunlik va xavotirni keltirib chiqaradi [6]. Dopamin bilan bog'liq rag'batlantirish tizimlari va HPA o'qining doimiy faollashuvi surunkali stress holatini saqlab turadi [4]. Tadqiqotlar shuningdek, raqamli muhit bilan bog'liq yangi psixopatologiyalarning paydo bo'lishini ta'kidlaydi, bu esa diagnostika doiralarini rivojlantirish zaruratini ko'rsatadi [2].

Ushbu holatlarga qarshi turish va emotsional barqarorlikni oshirish uchun bir qator himoya omillari va intervensiya strategiyalari taklif etiladi. Eng muhimi, bu muammoning mavjudligini anglash va uni shaxsiy kamchilik emas, balki biologik va kognitiv yuklanish natijasi sifatida qabul qilishdir [3, 4]. Amaliy strategiyalar qatoriga quyidagilar kiradi:

Raqamli qurilmalardan muntazam tanaffus qilish va ulardan foydalanishni cheklash [5, 6].

Uyquga yotishdan oldin va uyg'ongandan so'ng ekranlardan foydalanishdan qochish [6].

Haqiqiy dunyodagi faoliyatlar va aloqalarga ustuvorlik berish [6].

"20-20-20 qoidasi" kabi usullarni qo'llash (har 20 daqiqada 20 soniya davomida 20 fut uzoqlikdagi narsaga qarash) [6].

Emotsional tartibga solish ko'nikmalarini rivojlantirish va stressni boshqarish usullarini o'rganish.

Zarur hollarda, ruhiy salomatlik mutaxassislari bilan maslahatlashish, ayniqsa "raqamli demensiya" kabi doimiy simptomlar kuzatilganda [6].

Texnologiya-induktsiyalangan ruhiy salomatlik buzilishlarini baholash va davolash uchun standartlashtirilgan vositalar va kontekstga sezgir terapiya usullarini ishlab chiqish [2].

Cheklovlar va kelajakdagi tadqiqot yo'nalishlari: Ushbu maqola mavjud adabiyotlarni sintez qilishga asoslangan bo'lib, barcha mavjud tadqiqotlarni qamrab olmasligi mumkin. Ba'zi tadqiqotlar (masalan, [1]) raqamli stressning salbiy hissiyotlarga to'g'ridan-to'g'ri ta'siri vaqt o'tishi bilan sezilarli darajada o'zgarmaganini ko'rsatsa-da, bu stressning o'sishi va uning potentsial uzoq muddatli oqibatlari muhimligini kamaytirmaydi. Kelajakdagi tadqiqotlar ko'proq uzunlamas tadqiqotlar o'tkazish, turli madaniy kontekstlardagi aholi guruhlarini o'rganish va raqamli farovonlik dasturlarining samaradorligini baholashga qaratilishi kerak. Shuningdek, raqamli stress va psixosomatik aloqalar o'rtasidagi murakkab munosabatlarni chuqurroq o'rganish zarur.

Xulosa qilib aytganda, raqamli charchashga qarshi kurashish va emotsional barqarorlikni saqlash nafaqat shaxsiy javobgarlik, balki raqamli gigiyena va texnologiya dizayniga tizimli yondashuvni ham talab qiladi. Raqamli dunyoda yashashga majbur bo'lganimizda, o'zimizning ruhiy salomatligimizni himoya qilish uchun bilimli va faol choralar ko'rish juda muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Carr, Nicholas G. Sayozliklar: Internet miyalarimizga nima qilmoqda. New York: W. W. Norton & Company, 2010.
2. Gazzaley, A., & Rosen, L. D. Chalg'igan Aql: Raqamli Dunyoda Qadimiy Donolik. Cambridge, MA: MIT Press, 2016.
3. Köffer, E., Backes, S., Bücker, J., & Krings, F. "Texnostress va ruhiy salomatlik: tizimli tahlil va meta-tahlil." *Affektiv Kasalliklar Jurnal*, vol. 288, 2021, pp. 116-126.
4. Cao, J., Li, X., Chen, Z., & Ren, R. "Raqamli yuklamaning xodimlarning hissiy charchoqlari va farovonligiga ta'siri: Kognitiv kamayishning vositachilik roli." *Xalqaro Axborot Boshqaruvi Jurnal*, vol. 59, 2021, pp. 102377.
5. Tarafdar, M., Ragu-Nathan, R. S., Ragu-Nathan, T. S., & Tu, Q. "Texnostress va uning sabablari va oqibatlari: Meta-analitik sharh." *Menejment Axborot Tizimlari Jurnal*, vol. 28, no. 3, 2011, pp. 303-339.

JAHON TA'LIM VA ILMIY MUASSASALARDA INNOVATSION FAOLIYATGA INDIVIDUAL TAYYORGARLIKNI SHAKLLANTIRISH VA RIVOJLANTIRISH VAZIFALARI

Qurbonov Ixtiyor Xikmatovich
Abu Ali ibn Sino nomidagi Buxoro davlat tibbiyot instituti

Annotatsiya: Ushbu maqolada innovatsion faoliyatda shaxsni psixologik tayyorgarligini shakllantirish usullari, vositalari va asosiy vazifalari yoritilgan bo'lib, hozirgi kunda kasbiy faoliyat uchun mutaxassislar tayyorlash yo'nalishlaridan biri sifatida bo'lajak professor-o'qituvchilarni innovatsion faoliyatga tayyorlash yo'llari oydinlashtirilgan.

Kalit so'zlar: innovatsiya, kasbiy faoliyat, innovatsion faoliyat, kasbiy rivojlanish, ijtimoiy-psixologik tayyorgarlik.

Annotation: This article describes the methods, means and main tasks of forming the psychological readiness of a person in innovative activities, and the ways of preparing future professors and teachers for innovative activities as one of the directions of training specialists for professional activities.

Key words: innovation, professional activity, innovative activity, professional

development, social and psychological preparation.

Аннотация: В данной статье описаны методы, средства и основные задачи формирования психологической готовности личности к инновационной деятельности, а также способы подготовки будущих профессоров и преподавателей к инновационной деятельности как одному из направлений подготовки специалистов к профессиональной деятельности.

Ключевые слова: инновационная деятельность, профессиональная деятельность, инновационная деятельность, профессиональное развитие, социально-психологическая подготовка.

Kirish

Jahon ta'lim tizimida zamonaviy sharoitda har bir davlatning ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanishini belgilovchi asosiy omil innovatsion komponent hisoblanadi. O'zbekiston Respublikasining zamonaviy sharoitida innovatsion o'zgarishlar va jamiyatning siyosiy, iqtisodiy hayoti, ijtimoiy-gumanitar sohalarini chuqur isloh qilish jarayonlarini amalga oshirish obyektiv qonuniyatdir. Mamlakatda jamiyat hayotining barcha jabhalarida tub o'zgarishlar ro'y bermoqda, davlat yangi iqtisodiy va ijtimoiy-madaniy sharoitlarda sifat va raqobatbardoshlikni oshirishga qaratilgan innovatsion rivojlanish modellarini qo'llashga o'tdi. Bu innovatsion g'oyalar va texnologiyalarni ishlab chiqish va joriy etishni tashkil etish sohasida davlat boshqaruvining tashkiliy, tashkiliy va huquqiy asoslarini tubdan takomillashtirishni taqozo etdi.

Jahon ta'lim va ilmiy-tadqiqot muassasalarida shaxsning innovatsion faoliyatga tayyorligini shakllantirishga qaratilgan ta'lim tizimini yaratish bo'yicha dolzarb vazifalarni o'rganish bo'yicha ilmiy izlanishlar olib borilmoqda. Bugungi kunda oliy ta'lim sifatini oshirishda Birlashgan Millatlar Tashkilotining (BMT) "XXI asrda oliy ta'lim" deklaratsiyasi, BMTning (YUNESKO) ta'lim, fan va madaniyat bo'yicha "YUNESKO: ufqlar – 2020" hisobotida muhim o'rin tutadi. 1998 yilda oliy ta'lim tizimi imidjiga, madaniyat va o'qituvchilar tayyorlash siyosatiga, ayniqsa, yangi fikrlash qobiliyatlarini rivojlantirish asosida talabalarni innovatsiyalarga tayyorlashning yangi strategiyasiga alohida e'tibor qaratilmoqda. Bu bevosita kadrlar

tayyorlash sifati va raqobatbardoshligini oshirish uchun zamin yaratadi⁸. Jahonda rivojlangan oliy ta'lim tizimida kasbiy faoliyat uchun mutaxassislar tayyorlash yo'nalishlaridan biri sifatida bo'lajak professor-o'qituvchilarni innovatsion faoliyatga tayyorlash, ularning individual ijodiy faolligini to'liq namoyon etish, intellektual salohiyatini rivojlantirish, o'z bilimlarini oshirish, innovatsion faoliyatni amalga oshirishga tayyorlash muammolari alohida o'rin tutadigan jarayonida o'zlashtirilgan bilim zahiralari, ko'nikma va malakalarni jamlash, ushbu muammolarni muvaffaqiyatli hal etish oliy pedagogik ta'lim tizimini qayta qurish, uning maqsad va vazifalarini aniqlashtirish, kadrlar tayyorlash mazmunini ta'lim sohasidagi innovatsion tizimning yangi talablariga muvofiq takomillashtirishni taqozo etadi.

Respublikamizda so'nggi yillarda O'zbekistonda innovatsion o'zgarishlarni qo'llab-quvvatlashga qaratilgan islohotlarning ustuvor yo'nalishlari sifatida respublikaning innovatsion rivojlangan davlat sifatidagi nufuzini mustahkamlash maqsadida oliy davlat darajasida ko'tarish, O'zbekistonni jadal rivojlanayotgan bozor iqtisodiyotiga ega, jamiyatga intellektual hissasi yuqori bo'lgan davlatga aylantirish. Innovatsion rivojlanishni amalga oshirish bo'yicha real qadamlar va aniq harakatlarning ko'plab misollaridan biri mamlakat innovatsion siyosatining qonunchilik va me'yoriy-huquqiy bazasidir. O'zbekistonning yangi rivojlanish strategiyasida ta'lim va sog'liqni saqlash tizimiga innovatsiyalarni joriy etish, yangi innovatsiyalarni joriy etishga qodir kadrlar tayyorlash masalalari ustuvor yo'nalish sifatida belgilangan. Davlatimiz rahbari Sh.Mirziyoyev ta'lim tizimini yanada takomillashtirish, unga innovatsion va zamonaviy uslublarni joriy etish, "yangi davr o'qituvchilarini tarbiyalash, pedagogika fanini rivojlantirish, innovatsion ta'lim texnologiyalari, ijodiy yondashuvlarni yaratish" zarurligini ta'kidlamoqda⁹. Bugungi kunda davlat ijtimoiy buyurtmasi, pedagogika oliy o'quv yurtlari o'quv jarayoniga o'qitish samaradorligini ta'minlovchi pedagogik innovatsiyalar g'oyalarini joriy etish bilan bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy jihatdan belgilangan funksiyasini bajarish uchun hozirgi tayyorgarlik darajasi o'rtasida ma'lum ziddiyatlarning mavjudligi,

⁸<https://engime.org/olish-masadi-kzlanadi-innovatsiyalarning-ar-andaj-yangilikdan-f.html?page=2>

⁹ Mirziyoyev Sh.M. Milliy tiklanishdan-milliy yuksalish sari. -Toshkent: O'zbekiston. 2020. -B. 143.

pedagogik innovatsion faoliyat sifatida amalga oshirish zaruriyatini yuzaga keltiradi.

Qo'yilgan vazifalarga muvofiq biz tadqiqot usullari majmuasini qo'lladik, ular quyidagilarni o'z ichiga oldi: *nazariy* - tadqiqot muammosi bo'yicha ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, olingan materiallarni nazariy sintez qilish, abstraktsiyalash va modellashtirish; *empirik* - kuzatish, shu jumladan, so'roq qilish, intervyu olish, test qilish, tengdoshlarni tekshirish; *eksperimental* - tajribaning bosqichlarini aniqlash va shakllantirish; o'rganish davomida olingan ma'lumotlarni *statistik* - miqdoriy va sifat jihatidan tahlil qilish, tajriba natijalarini matematik qayta ishlash, interaktiv tuzatish va rivojlantirish usullari; faol ijtimoiy-psixologik ta'lim, reflektiv va innovatsion treninglar, maslahatlar; matematik va statistik usullar; regressiya, variatsiya, korrelyatsiya, omil tahlili (bu maqsadda SPSS statistik dasturlarning kompyuter paketi - 20-versiyadan foydalanilgan), nazariy tahlil, abstraksiya, muammolilik, nazariy modellashtirish, sintez qilish, turkumlashtirish; ekspert so'rovi. Tadqiqotda psixodiagnostikaning quyidagi usullari qo'llanildi: o'quvchilarning ta'lim motivatsiyasi (A.A.Rean va V.A.Yakunin, N.Ts.Badmayeva tomonidan tahrirlangan); ko'p madaniyatli jamiyatda universitet talabalarining kommunikativ kompetentsiyasini shakllantirish darajasi (I.A. Martyanova); ta'lim faoliyatidan qoniqish (L.V. Mishchenko); shaxsning tizimli-xarakterologik munosabatlari (E.L. Kasyanik, E.S. Makeev); muallifning so'rovnomasi "Kasbiy jarayonda kasbiy faoliyatga ijtimoiy-psixologik tayyorlik shakllantirish", "Shaxs innovatsiyasi"ning ekspress diagnostikasi (V. P. Chudakova).

Oliy ta'lim muassasalarida o'quv jarayonini takomillashtirish va talabalarning kasbiy malaka oshirish jarayonida kasbiy faoliyatga ijtimoiy-psixologik tayyorgarligini muvaffaqiyatli shakllantirish maqsadida tadqiqot materiallari va xulosalari oliy ta'lim muassasalarining ta'lim dasturlariga kiritilgan.

Korporativ madaniyatda bir-biridan farq qiladigan ikkita universitetda motivatsion, hissiy, interaktiv va shaxsiy- faoliyat komponentlari xususiyatlaridagi farqlar *aniqlandi*. *Talabalar va sportchilarning kasbiy rivojlanishidagi farqlar aniqlandi*.

Ta'lim muhitidagi sharoitlarda ishlash orqali ularning kasbiy o'sishi jarayonida o'zgarishlar orqali xodimlarning (va bo'lajak tibbiyot xodimlarining) innovatsion

faoliyatiga psixologik tayyorgarligini shakllantirishga ta'sir qilish imkoniyati ilgari surilgan jarayon, ijtimoiy-psixologik qulaylik, ta'lim muhitida ijtimoiy rol va ijtimoiy o'zaro ta'sirlarni qabul qilish, ma'lumotlar sog'liqni saqlash sohasidagi professional faoliyatni rejalashtirish va amalga oshirishda psixo-maslahat uchun ham mos keladi.

Tadqiqot natijalarini nazariy, uslubiy va empirik umumlashtirish, yangicha qarashni aks ettiradi: shaxsning innovatsion faoliyatga psixologik tayyorgarligini shakllantirish muammosini hal qilish, mazmuni, tuzilishi, qonuniyatlari, psixologik sharoitlar tizimi va samaradorlik omillari hisoblanadi.

Kasbiy rivojlanish jarayonida kasbiy faoliyatga ijtimoiy-psixologik tayyorlikni shakllantirishni o'rganishga yondashuvlar tizimlashtirilgan.

O'tkazilgan nazariy tahlillarimiz shuni ko'rsatdiki, talabalarning kasbiy faoliyatga ijtimoiy-psixologik tayyorgarligini kasbiy shakllantirish jarayoni uchun shart-sharoitlarni taqsimlashda noaniqlik mavjud:

1. Tadqiqotda nazariy va empirik darajada kasbiy faoliyatga ijtimoiy-psixologik tayyorlikni o'rganishga ta'rif va yondashuvlar tahlil qilinadi va o'rganiladi. Muallifning hodisaga ta'rifi quyidagicha ifodalangan: *talabalarning kasbiy rivojlanishi jarayonida kasbiy faoliyatga ijtimoiy-psixologik tayyorlik - bu o'quvchining ta'limdan ta'limga muvaffaqiyatli o'tishini ta'minlaydigan shaxsiyat-faoliyat, hissiy, motivatsion, interfaol shaxsiyat xususiyatlarining majmui. Kasbiy faoliyat, talabaning professional muhitda o'zini professional sifatidagi g'oyasini shakllantirish. Nazariy tahlil natijasida talabalarning kasbiy malakasini oshirish jarayonida ijtimoiy-psixologik tayyorgarlikning tarkibiy qismlari aniqlandi.*

2. Talabalarning kasbiy rivojlanishi - bu shaxsning o'zi to'g'risidagi g'oyalarini professional sifatida o'zgartirish jarayoni; kasbiy ta'lim jarayonida bilim, ko'nikma va malakalarni egallash, kasbiy muhitda ijtimoiylashuv. Kasbiy rivojlanish dinamikasi shaxsiyatni shakllantirish jarayonida va ma'lum jarayonlarning o'tishida muhim rol o'ynaydi, o'quvchi shaxsining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarining paydo bo'lishi va rivojlanishiga yordam beradi, bu esa kasbiy tanlovni aniqlashtirishni ta'minlaydi. Kasbiy faoliyatga tayyorlikni oshirish nuqtalarni qiyosiy tahlil qilishda turli mualliflar nuqtai nazaridan, o'quvchilarning kasbiy rivojlanishi jarayonida

shaxsning ijtimoiy-psixologik xususiyatlariga ta'lim muassasasida shaxsning shakllanishi jarayonida yuzaga keladigan ijtimoiy-psixologik jarayonlar ta'sir qiladi. Shaxsning bu ijtimoiy-psixologik jarayonlariga moslashish, identifikatsiya qilish va muloqot jarayonlari kiradi.

3. Talabalarning kasbiy rivojlanishi jarayonida kasbiy faoliyatga ijtimoiy-psixologik tayyorgarlikning nazariy modeli ishlab chiqilgan va ekspert so'rovi bilan tasdiqlangan, bu ta'lim muhitidan kasbiy muhitga o'tish jarayoni bo'lib, tashqi va ichki ta'sir etuvchi omillarni o'z ichiga oladi. Nazariy model tarkibiy qismlarining jiddiyligiga qarab, kasbiy rivojlanish jarayonida kasbiy faoliyatga ijtimoiy-psixologik tayyorgarlikning jiddiyligi o'zgaradi.

Talabalarning kasbiy rivojlanishi jarayonida talabalarning kasbiy faoliyatga ijtimoiy-psixologik tayyorgarligini muvaffaqiyatli shakllantirish uchun o'quv jarayonini tashkil etish bo'yicha ilmiy-amaliy tavsiyalarni belgilab olindi:

- professional soha mutaxassislari bilan o'zaro hamkorlikni ta'minlash;
- murabbiylik amaliyotini rivojlantirish;
- ishlab chiqarish jarayonining tipik va atipik holatlarini yaratish va takrorlash;
- jamoa ko'nikmalarini rivojlantirish ishi;
- case usuli yordamida boshqaruv qarorlarini ishlab chiqish uchun tadqiqotlar;
- motivatsiyani oshirish uchun ba'zi ta'lim jarayonlarini o'yinlashtirish muvaffaqiyati;
- institutlararo tizimni yaratish kasbga yo'naltirish;
- talaba va uning tarbiyaviy ijtimoiy-psixologik portretini yaratish traektoriyalari;
- jalb qilingan nazorat amaliyotini amalga oshirish,
- almashish mexanizmlarini amalga oshirish va birgalikda fikrlashda gorizontal kommunikatsiyalarni kengaytirish.

Ishlab chiqilgan ilmiy va amaliy tavsiyalar ko'plab moslashuvchan ko'nikmalarni o'z ichiga olgan ijtimoiy-psixologik tayyorgarlikni shakllantirish uchun sharoitlarni yaxshilashi yoki yaratishi mumkin. Ko'nikmalar, - ish jarayonida muvaffaqiyatli ishtirok etish, yuqori mahsuldorlik uchun mas'ul bo'lgan va o'zaro bog'liq bo'lgan, ya'ni ma'lum bir fan sohasi bilan bog'liq bo'lmagan, ixtisoslashgan bo'lmagan, kasbiy

ahamiyatga ega bo'lgan kasbiy ko'nikmalar to'plami.

Ushbu ilmiy va amaliy tavsiyalar nafaqat chuqur bilim, mashaqqatli ko'nikma va malakalarga, balki yangi tashkiliy-ijtimoiy tuzilmalar hamda raqamli iqtisodiyot shakllariga qulay va tez integratsiyalashuviga hissa qo'shadigan moslashuvchan ko'nikmalarga ega bo'lgan malakali kadrlarni yanada samarali tayyorlashga xizmat qilishi mumkin. Alohida ta'kidlash joizki, ushbu tavsiyalarni amalga oshirish odatda juda oson, ammo ular o'quv jarayonining samaradorligini ham, ta'lim sifatini ham sezilarli darajada oshiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Mirziyoyev Sh.M. Milliy tiklanishdan-milliy yuksalish sari. -Toshkent: O'zbekiston. 2020. -B. 143.

2.Conflicts of collision of views of the modern state, manifesting in innovative personality authors Kurbanov Ikhtiyor Khikmatovich Publication date 2022/6 Journal EDUCATION AND INNOVATIVE RESEARCH Volume 387 Issue №6 Pages 381-386 Publisher <https://interscience.uz/index.php/home/index>

3.Роль преподавателя к инновационной деятельности и социальный приоритет психологической готовности преподавателя в высших учебных заведениях. Курбанов Publication date 2022/6/13 Journal Involta Scientific Journal Volume 1 Issue 7 Pages 131-137

4.[the significance of teachers' psychological readiness for innovative classroom activities and its socio psychological background](#) Authors Kurbanov Ikhtiyor Hikmatovich Publication date 2022/6/30 Journal American Journal Of Social Sciences And Humanity Research Volume 2 Issue ISSUE 06 Pages Pages: 139-145 Publisher <https://theusajournals.com/index.php/ajsshr/article/view/279/264>

5.[Describing Innovative Processes, Taking Place in Development's Period of Modern Uzbekistan](#) Authors Kurbanov Ikhtiyor Hikmatovich Publication date 2022/9/27 Journal Miasto Przyszłości Volume 27 Pages 155-159

6. Курбанов И. Х. Психологическая роль врача в условиях инновационной деятельности сфере здравоохранения современного Узбекистана 2021/12/20 Journal Образование и инновационные исследования Issue №7ISSN 2181-1709 (P) Pages 314-322 Publisher <http://interscience.uz>

7.Ихтиёр Курбанов, Васи́ла Каримова [The main features of the development of creative abilities of a modern teacher in an innovative environment](#) Publication date 2021/10/11 Journal Общество и инновации Volume 2 Issue 9/S Pages 60-66

8. Курбанов И. Х. Особенности фундаментальной среды социального общества в отражении развития инновационных технологий Конференция Социально психологические особенности развития технологий с. 229-236

9.[Theoretical aspects of studying the psychological preparedness of teachers to innovative activity](#) Authors Kurbanov Ihtiyor Hikmatovich Publication date 2021/5/3 Journal Middle European Scientific Bulletin Volume12 Pages 136-141

10. Приоритет педагогической инновации в исследовании психологической готовности педагогов к инновационной деятельности Kurbanov Ihtiyor N. Hikmatovich, Priority of pedagogical...Authors Курбанов И. Х. Publication date 2021/4/29 Conference Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми Issue №6 Pages 154-165 Publisher © Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2021

DEZADAPTATSIYA VA UNING O'SMIR XULQIDA NAMOYON BO'LISHI

Tursunova Parizoda Jamshid qizi
Yangi asr universiteti "Pedagogika va psixologiya" yo'nalishi 4-kurs talabasi

Annotatsiya: Maqolada o'smirlarning xulqidagi dezadaptatsiya va uning psixologik, ijtimoiy hamda xulqiy asoslari o'rganiladi. Tadqiqot emotsional, ijtimoiy va xulqiy dezadaptatsiya shakllari, ularning oilaviy, maktab va ijtimoiy muhit omillari bilan o'zaro bog'liqligini tahlil qiladi. Shu bilan birga, dezadaptatsiyani erta aniqlash va unga psixologik-pedagogik yordam ko'rsatishning samarali usullari — individual psixokorreksiya, guruhiiy treninglar, oilaviy maslahat va maktab psixologi tomonidan rejalashtirilgan pedagogik qo'llab-quvvatlash — yoritiladi. Tadqiqot natijalari o'smirlarning shaxsiy "Men"ini shakllantirish jarayonida moslashuv mexanizmlarini rivojlantirish, ijtimoiy muhitga muvaffaqiyatli integratsiyalashuvini ta'minlash va psixologik barqarorlikni mustahkamlashda tizimli yondashuvning muhimligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: dezadaptatsiya, o'smir xulqi, psixologik sabablar, psixokorreksiya, ijtimoiy moslashuv, emotsional va xulqiy inqirozlar.

Abstract. The article examines maladaptation in adolescent behavior and its psychological, social, and behavioral foundations. The study analyzes forms of emotional, social, and behavioral maladaptation and their interaction with family, school, and social environmental factors. In addition, effective methods for early identification of maladaptation and the provision of psychological-pedagogical support

are highlighted, including individual psychocorrection, group trainings, family counseling, and pedagogical support planned by the school psychologist. The results of the study demonstrate the importance of a systematic approach in developing adaptive mechanisms during adolescents' formation of personal identity, ensuring successful integration into the social environment, and strengthening psychological stability.

Keywords: maladaptation, adolescent behavior, psychological factors, psychocorrection, social adaptation, emotional and behavioral crises.

Аннотация. В статье рассматривается дезадаптация в поведении подростков и её психологические, социальные и поведенческие основы. Исследование анализирует формы эмоциональной, социальной и поведенческой дезадаптации, а также их взаимодействие с семейными, школьными и социальными факторами среды. Кроме того, освещаются эффективные методы раннего выявления дезадаптации и оказания психологико-педагогической поддержки, включая индивидуальную психокоррекцию, групповые тренинги, семейное консультирование и педагогическую поддержку, планируемую школьным психологом. Результаты исследования демонстрируют важность системного подхода в развитии механизмов адаптации в процессе формирования личностного «Я» подростков, обеспечении успешной интеграции в социальную среду и укреплении психологической устойчивости.

Ключевые слова: дезадаптация, поведение подростков, психологические факторы, психокоррекция, социальная адаптация, эмоциональные и поведенческие кризисы.

Kirish. O'smirlik davri — shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishning murakkab bosqichi bo'lib, unda yoshlarning o'zini anglash, ijtimoiy rollarni qabul qilish va mustaqil qarorlar qabul qilish qobiliyatlari shakllanadi. Shu davrda yuzaga keladigan psixologik va ijtimoiy moslashuv muammolari, xususan dezadaptatsiya, o'smirning o'qishdagi muvaffaqiyati, xulq-atvori va ijtimoiy faolligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Dezadaptatsiya hissiy noqulaylik, ijtimoiy chekinish va xulqiy buzilishlar orqali namoyon bo'lib, yoshlarning atrof-muhit bilan samarali muloqotini qiyinlashtiradi.

O'smirda dezadaptatsiya o'qish va xulq-atvordagi buzilishlar ko'rinishida namoyon bo'ladi. Bular yomon o'zlashtirish, e'tiborsizlik, tajovuzkorlik yoki odamovilikning belgilaridir. Shuningdek, dezadaptatsiya hissiy muammolarni (tashvish, qo'rquv, yolg'izlik), jismoniy charchoqni va diqqatni jamlashdagi qiyinchiliklarni o'z ichiga oladi. Bu holatlar o'smirning atrof-muhit bilan samarali muloqot qilishiga to'sqinlik qiladi. Insonning ijtimoiy muhitga moslashuvi (adaptatsiyasi) psixologik rivojlanishning asosiy shartidir. Ammo ayrim holatlarda bu jarayon buziladi va dezadaptatsiya holati yuzaga keladi. Dezadaptatsiya — shaxsning ijtimoiy talab va normalarga mos ravishda harakat qila olmasligi, o'z xulq-atvori, hissiy holati va munosabatlarida barqarorlikni yo'qotishidir. Ayniqsa, o'smirlik davrida bu jarayon keskin ko'rinish oladi, chunki bu yoshda identifikatsiya, mustaqillik, o'z “Men”ini izlash jarayonlari faollashadi (Erikson, 1968; Vigotskiy, 1984).

Adabiyotlar tahlili va mushohada

Dezadaptatsiya (lot. dis – qarshi, adaptatio – moslashish) shaxsning muhitga, ijtimoiy talab va rollarga moslasha olmaslik holatidir. Dezadaptatsiya — shaxsning ijtimoiy muhit talablariga moslasha olmasligi, o'z xulqi, emotsiyalari va fikrlari o'rtasidagi nomuvofiqlik tufayli moslashuv tizimining buzilishidir (Vigotskiy, 1997; Leontev, 1981). Psixologik nuqtayi nazardan, dezadaptatsiya uch asosiy ko'rinishda namoyon bo'ladi:

- Emotsional dezadaptatsiya: doimiy ichki tanglik, qo'rquv, xavotir, affektiv portlashlar.
- Ijtimoiy dezadaptatsiya: guruhga kirishdagi qiyinchilik, muloqotdan chetlashish, ijtimoiy rolni bajara olmaslik.
- Xulqiy dezadaptatsiya: tajovuzkorlik, befarqlik, normadan og'uvchi (deviant) xatti-harakatlar.

Merlin (1971) ta'kidlaganidek, dezadaptatsiya “shaxsning faoliyat motivlari bilan ijtimoiy kutilmalar o'rtasidagi nomuvofiqlik” sifatida yuzaga keladi. Ayniqsa, o'smirlar va yoshlarda identifikatsiya inqirozi bilan bog'liq. Erikson (1968) iqtibosida, “kimman?” degan savolga javob topolmaslik ijtimoiy moslashuvni buzadi. Dezadaptatsiya nafaqat ichki psixologik jarayonlarda, balki o'smirning kundalik xulq-

atvorida ham turli ko'rinishlarda namoyon bo'ladi. Quyida o'smir xulqidagi asosiy dezadaptatsiya ko'rinishlari ko'rib chiqiladi.

Xulq-atvordagi ko'rinishlar

1. Maktabga moslasha olmaslik: darslarda past o'zlashtirish va e'tiborsizlik, o'qituvchilar va sinfdoshlar bilan janjallashish, maktabga borishni yoki o'quv topshiriqlarini bajarishni istamaslik.
2. Ijtimoiy moslasha olmaslik: odamovilik, tengdoshlar bilan muloqotda qiyinchiliklar yoki aksincha, tajovuzkor xatti-harakatlar. Ijtimoiy majburiyatlarni bajarishdan bosh tortish, ijtimoiy aloqalarning buzilishi yoki yo'qolishi.

Umumiy xulq-atvor ko'rinishlari: agressivlik, shafqatsizlik yoki aksincha, haddan tashqari tortinchoqlik va o'ziga ishonchsizlik. Me'yordan chetga chiquvchi yoki huquqbuzarlik xatti-harakatlari (masalan, mayda qonunbuzarliklar).

Hissiy: xavotir, qo'rquv, yolg'izlik hissi, o'zidan va atrofdagilardan norozilik, o'zini past baholash.

Kognitiv: diqqatni jamlash qobiliyatining pasayishi, eslab qolish va faoliyatni rejalashtirishdagi qiyinchiliklar, tez charchash.

Dezadaptatsiyani kuchaytiruvchi omillar

1. Oilaviy: notinch muhit, e'tiborsizlik, ota-onaning agressiv yoki sovuq munosabati (Bowlby, 1988).
2. Maktab: o'qishdagi muvaffaqiyatsizlik, o'qituvchi bilan ziddiyat, sinfda izolyatsiya (Rutter, 2002).
3. Ijtimoiy: internet, zo'ravonlik, "ijtimoiy rol"ni yo'qotish, salbiy tengdoshlar guruhi (Bandura, 1999).

Ushbu omillar dezadaptatsiya jarayonini kuchaytirib, o'smirlarning xulq-atvorida turli psixologik va ijtimoiy ko'rinishlarda namoyon bo'ladi. Quyida o'smir xulqidagi asosiy dezadaptatsiya ifodalari tahlil qilinadi.

O'smirlikda dezadaptatsiya quyidagi psixologik xulqiy ko'rinishlarda namoyon bo'ladi:

- ✓ Agressivlik va qarshilik (o'qituvchilar, ota-onalar bilan mojarolar).
- ✓ Deviant xulq (ichkilik, giyohvandlik, maktabdan qochish, vandalizm).

- ✓ Ijtimoiy chekinish (yolg'izlikni afzal ko'rish, depressiv holat, ijtimoiy tarmoqlarga haddan tashqari bog'lanish (Turkmanov, 2023)).
- ✓ O'ziga nisbatan past baho (o'zini qadrsiz his etish, motivatsiya yo'qolishi).

Dubrovina (2010) tadqiqotlariga ko'ra, dezadaptatsiya belgilari bo'lgan o'smirlarning 64% ida kommunikativ kompetensiya past, 42% ida esa o'qishga motivatsiya zaif bo'lishi aniqlangan.

Shuningdek, dezadaptatsiyaning shakllanishida faqat psixologik va ijtimoiy omillar emas, balki biologik va fiziologik omillar ham muhim rol o'ynaydi. Dezadaptatsiya markaziy nerv sistemasi funksiyalaridagi buzilishlar natijasida ham shakllanishi mumkin. Psixologik tadqiqotlarda aniqlanishicha bu toifadagi o'smirlarning ma'lum qismida miya funksiyalarning ma'lum miqdorda o'zgarishi aniqlangan. Bu xolatlarga olib keluvchi asosiy faktorlar sifatida anamnezda onaning xomiladorlik va tug'ish jarayonining og'ir kechishi keltirilgan. Bunday bolalarda nutq funksiyalari rivojlanishining kechikishi, diqqat, xotira rivojlanishdagi og'ishlar kuzatilgan. Umumiy intellektual rivojlanishda bunday bolalar me'yor darajasida bo'lishi bilan birgalikda, ta'lim jarayonida ma'lum kognitiv qiyinchiliklarga duch kelganlar. Bunday xolatlar quyidagi sindromlarda namoyon bo'ladi:

- nevrozlar;
- astenik sindromi;
- diqqat etishmovchiligi, giperaktivlik.

Shunday qilib markaziy nerv sistemasi funksiyalaridagi buzilishlar aniqlangan o'smirlar bilan psixologik pedagogik korreksion tadbirlar olib borilishi kerak. Shuningdek, nevrolog, psixolog, psixiatrlar logoped, pedagoglarning muntazam kuzatuvda bo'lishlari zarur.

Dezadaptatsiyaning ko'plab ijtimoiy, psixologik va biologik omillarga bog'liqligi diagnostic va korreksion tadbirlarni tizimli va kompleks tarzda tashkil etishni talab qiladi.

Diagnostika usullari:

1. Luscher rang testi (emotsional tanglikni baholash)
2. R. Cattell shaxs so'rovi (16PF)

3. “Maktabdagi moslashuv darajasi” metodikasi (Rutter, 1982)

4. O‘z-o‘zini baholash (Dembo–Rubinshteyn shkalasi)

Korreksiya usullari

1. Individual psixokorreksiya (emosional o‘zini nazorat qilishni o‘rgatish)

2. Guruhiy treninglar (muloqot, empatiya, konfliktni yechish)

3. Oilaviy maslahat (psixolog–ota-ona hamkorligi)

4. Pedagogik qo‘llab-quvvatlash (maktab psixologi bilan rejalashtirilgan ish)

Xulosa va tavsiyalar

Dezadaptatsiya — bu faqat psixologik inqiroz emas, balki ijtimoiy, pedagogik va biologik omillar bilan bog‘liq murakkab tizimli jarayon hisoblanadi. O‘smirlik davrida shaxsning o‘z “Men”ini izlash jarayoni, identifikatsiya va mustaqillikning rivojlanishi dezadaptatsiyaning yuzaga kelishiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlar orasida emotsional, ijtimoiy va xulqiy dezadaptatsiya ko‘p uchraydi: tajovuzkorlik, deviatsion xatti-harakatlar, ijtimoiy chekinish va past o‘zini baholash kabi belgilar aniqlanadi.

Markaziy nerv tizimi funksiyalaridagi buzilishlar ham dezadaptatsiya rivojlanishiga hissa qo‘shadi, bu esa nutq, diqqat va xotira rivojlanishidagi og‘ishlar bilan namoyon bo‘ladi. Shu sababli, o‘smirlarni erta aniqlash va tizimli psixologik-pedagogik yordam ko‘rsatish muhimdir.

Korreksion tadbirlar — individual psixokorreksiya, guruhiy treninglar, oilaviy maslahat va pedagogik qo‘llab-quvvatlash — o‘smirlarning ijtimoiy moslashuvini mustahkamlash, emotsional barqarorligini oshirish va kasbiy-iqtisodiy faoliyatga tayyorlashda samarali vositalardir. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatdiki, oilaviy psixoprofilaktika ishlari o‘tkazilgan o‘smirlarning 70% da dezadaptatsiya belgilari qisqa muddatda kamayadi (Raxmatova 2021 va Yuldasheva 2022).

Shuni hisobga olgan holda, dezadaptatsiyani aniqlash va korreksiyalash jarayoni maktab psixologlari, pedagoglar, nevrologlar, psixiatrlar va logopedlar o‘rtasidagi uzviy hamkorlik orqali amalga oshirilishi zarur.

Tavsiyalar:

1. Dezadaptatsiyani erta aniqlash va profilaktik ishlarni boshlash — bog'cha va boshlang'ich maktabdan boshlab.
2. Psixologik-pedagogik yordamni tizimli va kompleks tarzda tashkil etish, individual va guruhviy yondashuvlarni tatbiq etish.
3. Oilaviy maslahatlar orqali ota-ona bilan hamkorlikni kuchaytirish.
4. Diagnostika vositalari (Lüscher testi, 16PF, "Maktabdagi moslashuv" metodikasi) muntazam qo'llanilishi.
5. Korreksion tadbirlar natijalarini monitoring qilish va malakali mutaxassislar kuzatuvda bo'lish.

Shu tavsiyalar amalga oshirilganda, o'smirlarning ijtimoiy moslashuvi, emotsional barqarorligi va kasbiy tayyorgarligi sezilarli darajada oshadi, bu esa ularning sog'lom va muvaffaqiyatli rivojlanishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati:

1. Erikson, E. (1968). Identity: Youth and Crisis. New York: Norton.
2. Выготский, Л.С. (1984). Развитие детской психологии. Москва: Педагогика.
3. Rutter, M. (2002). Psychosocial disorders in young people. Cambridge: Cambridge University Press.
4. Bowlby, J. (1988). Attachment and Loss. London: Tavistock.
5. Дубровина, И.В. (2010). Психологическая дезадаптация Школьников. Москва.
6. Raxmatova, N. (2021). O'smir shaxsida ijtimoiy moslashuv muammolari. Toshkent.
7. Yuldasheva, D. (2022). Psixologik korreksiya metodlari va ularning samaradorligi. Toshkent.

MOBBINGDAN AZIYAT CHEKAYOTGAN TALABALARDA VIDEO-PSIXOTRENING USULLARI ORQALI O'ZINI BOSHQARISH KOMPETENSIYASINI RIVOJLANTIRISH

*Azizova Dinara Rahmiddin qizi
Osiyo xalqaro universiteti o'qituvchisi*

Annotatsiya. Mazkur maqolada oliy ta'lim muassasalarida mobbing holatlaridan aziyat chekayotgan talabalar shaxsida o'zini boshqarish kompetensiyasini rivojlantirishning psixologik-pedagogik asoslari yoritilgan. Tadqiqotda video-psixotrening usullarining nazariy va amaliy imkoniyatlari tahlil qilinib, ularning talabalar emotsional barqarorligi, o'zini nazorat qilish, refleksiya va stressga chidamlilik ko'nikmalarini rivojlantirishdagi o'rni ochib berilgan. Eksperimental tadqiqot natijalari video-psixotrening texnologiyalari mobbing oqibatlarini kamaytirishda samarali vosita ekanligini ko'rsatdi.

Kalit so'zlar: mobbing, psixologik zo'ravonlik, video-psixotrening, o'zini boshqarish kompetensiyasi, talabalar, refleksiya, emotsional regulyatsiya.

Аннотация. В данной статье рассматриваются психологико-педагогические основы развития компетенции саморегуляции у студентов, испытывающих ситуации моббинга в высших учебных заведениях. В исследовании анализируются теоретические и практические возможности методов видеопсихотренинга, их роль в формировании у студентов эмоциональной устойчивости, самоконтроля, рефлексии и навыков стрессоустойчивости. Экспериментальные результаты показывают, что технологии видеопсихотренинга являются эффективным инструментом снижения последствий моббинга.

Ключевые слова: моббинг, психологическое насилие, видеопсихотренинг, компетенция саморегуляции, студенты, рефлексия, эмоциональная регуляция.

Abstract. This article explores the psychological and pedagogical foundations for developing self-regulation competence in students experiencing mobbing in higher

education institutions. The study analyzes the theoretical and practical potential of video-psychotraining methods and their role in enhancing students' emotional stability, self-control, reflection, and stress resilience skills. Experimental results demonstrate that video-psychotraining technologies are an effective tool for mitigating the consequences of mobbing.

Keywords: mobbing, psychological violence, video-psychotraining, self-regulation competence, students, reflection, emotional regulation.

Kirish. Bugungi globallashuv va raqamlashtirish sharoitida oliy ta'lim muassasalari nafaqat bilim berish, balki shaxsning psixologik farovonligini ta'minlash mas'uliyatini ham o'z zimmasiga olmoqda. Talabalar o'rtasida uchrayotgan mobbing holatlari — masxaralash, kamsitish, izolyatsiya qilish, psixologik bosim o'tkazish kabi xatti-harakatlar — shaxs rivojiga jiddiy tahdid solmoqda. Mobbing talabalarda xavotir, depressiv holatlar, o'ziga bo'lgan ishonchning pasayishi va o'zini boshqarish kompetensiyasining zaiflashuviga olib keladi. Aynan shu jihat mazkur tadqiqotning dolzarbligini belgilaydi. Zamonaviy psixologik amaliyotda video-psixotrening usullaridan foydalanish talabalarning muammoli vaziyatlarni anglash, o'z xatti-harakatini tahlil qilish va nazorat qilishda samarali metod sifatida e'tirof etilmoqda.

Tadqiqot maqsadi: Mobbingdan aziyat chekayotgan talabalarda video-psixotrening usullari orqali o'zini boshqarish kompetensiyasini rivojlantirish imkoniyatlarini aniqlash.

Tadqiqot vazifalari: mobbing va uning talabalar psixikasiga ta'sirini tahlil qilish; o'zini boshqarish kompetensiyasining tarkibiy qismlarini aniqlash; video-psixotrening usullarining psixologik mexanizmlarini o'rganish; tajriba-sinov ishlari orqali video-psixotrening samaradorligini baholash.

O'zbekiston 1992-yilda BMTning Bola huquqlari to'g'risidagi konvensiyasiga qo'shilgan va uni 1994-yilda ratifikatsiya qilgan. O'shandan beri mamlakat har bir bola uchun qulay va xavfsiz muhit yaratish bo'yicha chora-tadbirlarni izchil amalga oshirib kelmoqda. Yangi qabul qilingan qonun voyaga yetmaganlarning huquq va manfaatlarini himoya qilishning keng qamrovli milliy tizimini yaratishda muhim bosqich hisoblanadi.

2025-yil 15-mayda O'zbekistonning "Bolalarni barcha turdagi zo'ravonlikdan himoya qilish to'g'risida"gi qonuni kuchga kirdi. Ushbu qonunchilik hujjati bolalarni himoya qilish bo'yicha davlat tizimining huquqiy va institutsional rivojlanishida burilish nuqtasini belgilaydi. Shuningdek "Aholiga psixologik yordam ko'rsatish to'g'risida" Qonunchilik palatasi tomonidan 2024-yil 23-iyulda qabul qilingan qonunlar va Bu huquqiy asoslar ta'lim muassasalari va psixologlar uchun video-psixotrening metodlarini dasturlarga kiritish uchun yetarli poydevor bo'la oladi.

Psixologik tadqiqotlar mobbing qurbonlarida emotsional zo'riqish, o'zini past baholash, ijtimoiy chekinish va agressiv himoya reaksiyalari shakllanishini ko'rsatadi. Bu holat o'zini boshqarish kompetensiyasining izdan chiqishiga olib keladi. O'zini boshqarish kompetensiyasi shaxsning o'z emotsiyalari, xulq-atvori va faoliyatini ongli ravishda nazorat qilish, muammoli vaziyatlarda konstruktiv qaror qabul qilish qobiliyatidir. U quyidagi komponentlardan iborat: emotsional regulyatsiya; refleksiya; stressga bardoshlilik; ijtimoiy moslashuv; maqsadga yo'naltirilgan xatti-harakat.

Mobbing sharoitida ushbu komponentlarning aksariyati susayadi, shu sababli ularni rivojlantirish maxsus psixologik yondashuvni talab etadi.

Video-psixotrening usullari - bu psixologik trening jarayonida video materiallardan (rol o'yinlari, real vaziyatlar, ishtirokchilarning o'zini videoga olish) foydalanish orqali shaxsiy rivojlanish, xulq-atvorni tahlil qilish va tuzatishga qaratilgan usullardir. Bu usullar ayniqsa talabalar, o'qituvchilar va mutaxassislar bilan ishlashda samarali hisoblanadi. Video-psixotreningning mohiyati shundaki, video orqali ishtirokchi:

- o'zining xulq-atvori va emotsional reaksiyasini tashqi tomondan ko'radi;
- nutqi, mimikasi, jestlari va muloqot uslubini anglaydi;
- o'z-o'zini tahlil qilish va refleksiya ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Video-psixotrening usullarining asosiy turlari

1. Video-feedback. Ishtirokchi muayyan vaziyatda (dars o'tish, muloqot, konflikt holati) videoga olinadi va keyin guruh yoki psixolog bilan birgalikda tahlil qilinadi. Bundan maqsad shuki; o'z xulq-atvorini anglash va ijobiy o'zgarish kiritish. 2. Modelni kuzatish. Oldindan tayyorlangan videolarda to'g'ri va noto'g'ri xulq-atvor

namunalarini ko'rsatish. Bundan maqsad shuki; samarali muloqot, empatiya, pedagogik mahoratni shakllantirish. Masalan, o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi muloqot namunasi. 3. Rol o'yinlarini videoga olish. Ishtirokchilar muayyan rolni ijro etadi (ota-ona, o'qituvchi, bola, psixolog) va jarayon videoga olinadi. Bundan maqsad shuki, ijtimoiy rollarni anglash, konfliktlarni hal qilishni o'rganish. 4. Videovaziyatlarni tahlil qilish. Real yoki sun'iy yaratilgan muammoli vaziyatlar videosi ko'rsatiladi va savollar asosida tahlil qilinadi. Maqsad shuki, tanqidiy fikrlash, kasbiy qaror qabul qilishni rivojlantirish. 5. O'z-o'zini kuzatish. Ishtirokchi o'zining oldingi va keyingi holatini video orqali solishtiradi. Bundan maqsad shuki, shaxsiy rivojlanish dinamikasini ko'rish va motivatsiyani oshirish.

Mobbingdan aziyat chekayotgan talabalar shaxsiy va ijtimoiy rivojlanish jarayonida jiddiy psixologik va emotsional qiyinchiliklarga duch keladilar. Bu jarayonda ularning o'zini boshqarish kompetensiyasi, ya'ni o'z hissiy, kognitiv va xulq-atvor reaksiyalarini maqsadga muvofiq boshqarish qobiliyati, muhim himoya vositasi sifatida namoyon bo'ladi. O'zini boshqarish kompetensiyasi nafaqat stressli vaziyatlarda hissiy barqarorlikni saqlashga yordam beradi, balki talabalarga konfliktlarni samarali hal qilish, qaror qabul qilish jarayonida ongli tanlovlarni amalga oshirish, ijtimoiy muhitda moslashuvchanlikni oshirish imkonini beradi. Ushbu kompetensiyani operatsionallashtirish holda tavsiflash uchun bir nechta mezonlar ishlab chiqilishi lozim: o'zini monitoring qilish qobiliyati, hissiy reaksiyalarni boshqarish, maqsadli xatti-harakatlarni shakllantirish va ijtimoiy kontekstda moslashuvchanlikni namoyon etish.

Video-psixotrening usullari mobbing ta'siriga duch kelayotgan talabalar uchun ayniqsa samarali hisoblanadi, chunki ular vizual va interaktiv vositalar orqali o'z xatti-harakatlarini, emotsiyalarini va muloqot uslubini tashqi kuzatuvchilar nuqtai nazaridan baholash imkoniyatiga ega bo'ladilar. Ushbu usullar video-feedback, video-modeling, rol o'yinlarini videoga olish, real va sun'iy vaziyatlarni tahlil qilish hamda o'zini kuzatish orqali amalga oshiriladi. Video-feedback jarayonida talabalar o'zining konfliktli vaziyatdagi xatti-harakatlarini ko'rib, qayerda noto'g'ri yoki samarali

reaksiya berganini aniqlashadi. Bu jarayon o'zini monitoring qilish qobiliyatini oshiradi va hissiy barqarorlikni shakllantirishga xizmat qiladi.

Video-modeling usulida oldindan tayyorlangan videolarda samarali va nosamarali xulq-atvor namunalarini ko'rsatish orqali talabalar ijtimoiy normalarni, empatiya va muloqot ko'nikmalarini o'rganadilar. Ushbu metod yordamida ular konfliktlarni hal qilish, stressli vaziyatlarda ongli tanlov qilish va hissiy reaksiyalarini boshqarish bo'yicha strategiyalarni vizual tarzda qabul qiladilar. Rol o'yinlarini videoga olish esa o'zini boshqarish kompetensiyasini rivojlantirishning yana bir samarali shakli hisoblanadi. Talabalar turli rollarni ijro etib, vaziyatga moslashish, hissiy reaksiyalarni boshqarish va ijtimoiy kontekstga moslashish qobiliyatini amaliy tarzda mustahkamlashadi.

Mobbingning psixologik ta'siri talabalar o'rtasida o'zini qadrsiz his qilish, stress, ruhiy charchash va ijtimoiy izolyatsiyani kuchaytiradi. Shu sababli video-psixotrening usullarini qo'llash orqali o'zini boshqarish kompetensiyasini rivojlantirish nafaqat hissiy barqarorlikni oshiradi, balki talabalarning akademik va ijtimoiy muvaffaqiyatini ham ta'minlaydi. Operatsionallashgan o'zini boshqarish kompetensiyasini aniqlashda bir necha indikatorlardan foydalanish mumkin: stressni boshqarish strategiyalari, emotsiyalarni tan olish va ifodalash, ijtimoiy vaziyatlarda ongli xatti-harakatlarni amalga oshirish va shaxsiy maqsadlarga erishish qobiliyati.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, video-feedback va video-modeling usullari yordamida o'qituvchilar va psixologlar talabalarning hissiy barqarorligini oshirish, empatiya va konfliktlarni hal qilish ko'nikmalarini rivojlantirishda samarali natijaga erishadilar. Video-psixotrening jarayonida talabalarning o'z-o'zini tahlil qilish faoliyati, ya'ni o'z xatti-harakatlarini va hissiy reaksiyalarini kuzatish, shaxsiy rivojlanish va o'zini boshqarish kompetensiyasini oshirishga yordam beradi. Bu metod talabalarga shuningdek, o'zining zaif tomonlarini aniqlash va ijobiy strategiyalarni ishlab chiqish imkoniyatini beradi.

Bundan tashqari, video-psixotrening usullari talabalarga o'zining psixologik resurslarini baholash, stressli vaziyatlarda qaror qabul qilishni optimallashtirish va ijtimoiy muhit bilan moslashishni rivojlantirish imkonini beradi. Talabalar o'zini

monitoring qilish qobiliyati orqali o'z xulq-atvorini va emotsiyalarini real vaziyatlarda baholashni o'rganadilar. Shu orqali ularning o'zini boshqarish kompetensiyasi amaliy jihatdan mustahkamlanadi.

Video-psixotrenening ilmiy asoslari kognitiv-behavioral yondashuv va psixodinamik nazariyalarga tayangan. Kognitiv-behavioral yondashuv doirasida o'zini boshqarish kompetensiyasi talabalarning fikrlash uslublari, qaror qabul qilish va hissiy reaksiyalarini boshqarish qobiliyati bilan bog'liq deb hisoblanadi. Psixodinamik yondashuv esa shaxsning ichki konfliktlari, emotsional reaksiyalari va ijtimoiy munosabatlarini tahlil qilishga asoslanadi. Video-psixotrening metodlari ushbu nazariyalarni amaliyotga tatbiq etishga imkon beradi.

Shuningdek, mobbingga duch kelayotgan talabalar bilan ishlashda video-psixotrening jarayoni psixologik xavfsizlikni ta'minlashga qaratilgan bo'lishi zarur. Talabalar o'z tajribalarini ochiq ifodalashlari, xatolarini ko'rishlari va ijobiy strategiyalarni o'rganishlari uchun ishonchli va qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratiladi. Bu jarayon ularning o'zini boshqarish kompetensiyasini mustahkamlash va hissiy barqarorlikni oshirishga xizmat qiladi.

Talabalar o'rtasida mobbingning oldini olish va o'zini boshqarish kompetensiyasini rivojlantirish uchun video-psixotrening usullari bilan birga motivatsion intervensiyalar, empatiya mashqlari va stressni boshqarish texnikalari integratsiyalanishi maqsadga muvofiqdir. Ushbu yondashuvlar talabalarga o'zining hissiy va kognitiv resurslarini anglash, samarali strategiyalarni ishlab chiqish va amaliyotda qo'llash imkonini beradi.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, video-psixotrening usullari mobbingga duch kelayotgan talabalar uchun o'zini boshqarish kompetensiyasini rivojlantirishning samarali vositasi hisoblanadi. Talabalar o'z xatti-harakatlarini kuzatish, hissiy reaksiyalarni boshqarish, stressli vaziyatlarda ongli qarorlar qabul qilish va ijtimoiy muhitga moslashish ko'nikmalarini oshiradilar. Bu esa ularning akademik, ijtimoiy va shaxsiy muvaffaqiyatini ta'minlashga yordam beradi.

Shuningdek, ushbu metodlarni joriy etish jarayonida talabalar o'rtasida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi, guruh interaktiv mashqlari va shaxsiy feedback

mexanizmlari yaratiladi. Bu mexanizmlar talabalarning o'zini boshqarish kompetensiyasini mustahkamlash, hissiy barqarorlikni oshirish va mobbing ta'sirini kamaytirishga xizmat qiladi.

Ko'rsatkich	Boshlang'ich o'rtacha qiymat	Tugallangan dastur o'rtacha qiymat	O'zgarish (%)	p-qiymat
Emotsional regulyatsiya	3.5	4.5	+28%	<0.05
Refleksiya qobiliyati	3.1	4.1	+32%	<0.05
Stressga bardoshlilik	3.2	4.0	+25%	<0.05
Qaror qabul qilish tezligi	3.6	4.3	+19%	<0.05

Bu jadval talabalarning o'zini boshqarish kompetensiyasi komponentlaridagi ijobiy o'zgarishlarni aniq ko'rsatadi. Emotsional regulyatsiya ko'rsatkichlari boshlang'ich o'rtacha 3,5 balldan dastur yakunida 4,5 ballga ko'tarildi, bu esa 28% o'sishga teng bo'lib, $p < 0.05$ darajasida statistik ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi. Refleksiya qobiliyati esa 3,1 balldan 4,1 ballga oshib, 32% o'sish ko'rsatdi. Stressga bardoshlilik 3,2 balldan 4,0 ballga, qaror qabul qilish tezligi 3,6 balldan 4,3 ballga o'sdi, bu o'zini boshqarish kompetensiyasining amaliy jihatlari bo'yicha sezilarli yaxshilanishni tasdiqlaydi.

Xulosa qilib aytganda, mobbingdan aziyat chekayotgan talabalar bilan video-psixotrening usullarini qo'llash orqali o'zini boshqarish kompetensiyasini operatsionallashgan tarzda rivojlantirish mumkin. Bu jarayon hissiy, kognitiv va xulq-atvor komponentlarini qamrab oladi, talabalarga stressli vaziyatlarda samarali va ongli qarorlar qabul qilish, ijtimoiy muhitga moslashish va shaxsiy resurslarini optimallashtirish imkoniyatini beradi. Video-psixotrening usullari talabalarning akademik va ijtimoiy muvaffaqiyatini oshirish, mobbing ta'sirini kamaytirish va shaxsiy rivojlanish jarayonini qo'llab-quvvatlashda samarali vosita sifatida tavsiflanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi "Bolalarni barcha turdagi zo'ravonlikdan himoya qilish to'g'risida"gi Qonun. 2025-yil 15-may.

2. O'zbekiston Respublikasi Aholiga psixologik yordam ko'rsatish to'g'risida"gi Qonun. 2024-yil 23-iyul.
3. Safarov B. B. Psixologik treninglar nazariyasi va amaliyoti. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2021. – 240 b.
4. Karimova V. M. Shaxs psixologiyasi va o'zini boshqarish kompetensiyasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2020. – 216 b.
5. Rahmonov D. E. Talabalar psixologiyasi: stress va ijtimoiy moslashuv. – Toshkent: Universitet, 2019. – 198 b.
6. Usmonov O. U. Ta'lim muhitida psixologik zo'ravonlik va uning oldini olish. – Toshkent: Yangi asr avlodi, 2022. – 184 b.
7. Mirzayeva N. A. Emotsional regulatsiya va refleksiya psixologiyasi. – Toshkent: Fan, 2021. – 172 b.

ДУХОВНАЯ ПОДГОТОВКА К БРАКУ КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ОСНОВА СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ В УЗБЕКСКИХ СЕМЬЯХ

*Магдиева Замира Юлдашхановна
Преподаватель кафедры педагогического образования и психологии
Университет образования «Ренессанс», Республика Узбекистан*

Аннотация: В статье представлена авторская концептуализация духовной подготовки к браку как системообразующего социально-психологического явления устойчивости семейных отношений в узбекских семьях. Обоснована многоуровневая структура духовной подготовки, раскрыты ее регулирующие функции и психологические механизмы влияния на семейное поведение. Предложена концептуальная модель духовно-психологической подготовки молодежи к браку.

Ключевые слова: духовное воспитание, стабильность семьи, семейные ценности, психологическая регуляция, узбекская семья.

Abstract: The article presents the author's conceptualization of spiritual preparation for marriage as a system-forming socio-psychological phenomenon of the stability of family relations in Uzbek families. The multilevel structure of spiritual

training is substantiated, its regulatory functions and psychological mechanisms of influence on family behavior are revealed. A conceptual model of spiritual and psychological preparation of youth for marriage is proposed.

Keywords: spiritual training, family stability, family values, psychological regulation, Uzbek family.

Известно, что в Коране и Хадисах, священных источниках ислама, большое внимание уделяется вопросам этики, роли и обязанностям женщин в семейной жизни, отношениям между мужем и женой, воспитанию детей, ведению семьи, браку и любви.

Ниже приведены несколько примеров из сборника хадисов:

"Лучший из рабов пред Богом - тот, кто приносит наибольшую пользу своей семье" /18-й хадис/, "Среди людей муж имеет больше прав на жену. А из людей наиболее достойный по отношению к мужчине - это его мать" /34-й хадис/;

"Почитайте своих детей и вместе с тем улучшайте их нравственность и поведение" /38-й хадис/; "Когда муж смотрит на свою жену, а жена - на своего мужа, Бог смотрит на них взором милосердия, а если он возьмет ее за руку, их грехи осыпаются между их пальцами" /44-й хадис/; "Каждый из вас подобен пастуху и ответственен за тех, кто находится под его опекой. Правитель ответственен за своих подданных, муж за свою семью, жена за дом своего мужа, слуга за имущество своего хозяина, а сын за имущество своего отца. Итак, каждый из вас ответственен" /116-й хадис/; "Ни один отец не может дать своему ребенку лучшего наследия, чем хорошие манеры и нравственность" /136-й хадис/.

Из приведенных примеров видно, что в религиозных источниках святость семьи, обязанности и ответственность мужчин и женщин перед семьей, обязанности родителей перед детьми и, в свою очередь, детей перед родителями, уважение и почтение мужа к жене рассматривались как священные ценности.

Одним из мыслителей Востока в системе семейных отношений и взглядов в этой области является ученый Абу Али ибн Сина /980-1037/, чье энциклопедическое знание признали все народы Европы. Как великий ученый, он стремился раскрыть научную сущность всех явлений. Педагогические и психологические взгляды Ибн Сины были построены на социальной основе, он выступал за применение общечеловеческих принципов в воспитании детей и учил родителей-воспитателей, что лучше воспитывать ребенка личным примером, чем суровым телесным наказанием. Его многочисленные труды, такие как "Донишнома," "Рисолаи ишк," "Канон врачебной науки" и "Домашнее хозяйство," считаются крупными научными исследованиями, занимающими особое место в этике, психологии и медицине народов Центральной Азии [1с 37].

В современной социальной психологии подготовка личности к браку рассматривается как сложное интегративное образование, включающее ценностно-смысловые, мотивационные и поведенческие компоненты. Особое место в данной структуре занимает духовная подготовка, определяющая направленность семейного поведения и устойчивость супружеских отношений.

Как отмечает Г.Б. Шоумаров, духовно-нравственная подготовка личности к браку выступает важнейшим психологическим условием устойчивости семейных отношений и определяет характер межличностного взаимодействия супругов. Данное положение подчеркивает регулятивную функцию духовных ценностей в системе семейных отношений. Обобщение теоретических положений позволяет утверждать, что духовная подготовка к браку в узбекских семьях выступает важным фактором устойчивости семейных отношений. Она способствует формированию у супругов ответственности, терпимости и ориентации на сохранение семьи.

Г.Б. Шоумаров указывает, что семья как социально-психологический институт формирует у молодежи систему ценностей, обеспечивающих готовность к выполнению семейных ролей. Это подтверждает ключевую роль духовной подготовки в обеспечении стабильности брака [3, с. 112].

Следовательно, духовная подготовка к браку может рассматриваться как социально-психологическая основа формирования гармоничных и устойчивых семейных отношений в узбекских семьях.

Кроме того, Д.М. Каримова отмечает, что осознание социальной значимости брака формируется задолго до его заключения и является результатом целенаправленного семейного воспитания. Это свидетельствует о длительном и поэтапном характере духовной подготовки [4, с 89]. .

С позиции психологической науки духовная подготовка к браку проявляется в осознании социальной значимости семьи, готовности к ответственности и способности к саморегуляции поведения. По мнению Д.М. Каримовой, духовные ценности, усвоенные в родительской семье, выступают психологическим регулятором супружеского поведения, формируя установки на сотрудничество и взаимное уважение. Таким образом, духовная подготовка представляет собой не абстрактное нравственное качество, а конкретный психологический механизм, влияющий на стабильность брака.

В узбекских семьях духовная подготовка к браку формируется преимущественно в процессе семейного воспитания и межпоколенческой передачи ценностей. Семья выступает основным институтом социализации, где закладываются представления о браке, супружеских ролях и семейной ответственности.

М.М. Махмудов подчёркивает, что подготовка к браку в узбекских семьях носит преимущественно духовно-воспитательный характер и основывается на передаче межпоколенческих ценностей. Это положение отражает культурно-психологическую специфику узбекской семьи, в которой приоритет отдается нравственным основаниям брака [5, с. 67].

Ш.Р. Баракаев указывает, что в узбекской семье духовная подготовка к браку осуществляется через воспитание уважения к семье как высшей социальной ценности. Данный процесс начинается задолго до вступления в брак и реализуется через повседневное семейное взаимодействие [6, с. 41].

В этом контексте духовная подготовка выполняет функцию психологической профилактики дезадаптации в браке. Как отмечает М.М. Махмудов, недостаточный уровень духовной готовности к семейной жизни приводит к дезадаптации супругов и росту внутрисемейных конфликтов [7, с. 73].

Анализ научных источников позволяет выделить ряд психологических механизмов, через которые духовная подготовка оказывает влияние на семейные отношения. К ним относятся интериоризация семейных ценностей, идентификация с родительской моделью брака, формирование позитивных брачных установок и развитие эмоционально-волевой регуляции.

По мнению Н.М. Турсуновой, формирование готовности к браку предполагает развитие у молодежи ответственности, эмпатии и способности к саморегуляции. Эти качества выступают ключевыми психологическими ресурсами конструктивного супружеского взаимодействия [8, с. 54].

У.Б. Абдуллаев подчеркивает, что стабильность семьи во многом определяется не внешними условиями, а уровнем духовной культуры супругов. Данное положение подтверждает, что духовная подготовка выполняет системообразующую функцию в структуре семейных отношений [9, с. 96].

Духовная подготовка к браку представляет собой интегративное социально-психологическое образование. В узбекских семьях духовная подготовка формируется преимущественно в процессе семейного воспитания и межпоколенческой передачи ценностей. Уровень духовной готовности личности к браку оказывает непосредственное влияние на устойчивость семейных отношений и характер супружеского взаимодействия.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Магдиева З.Ю. Вопрос подготовки молодежи к браку во взглядах восточных ученых.OILA,XOTIN-QIZLAR VA IJTIMOIIY HAYOT 6/2024.-37-436
2. Джумаева, Н.А.Научное наследие восточных ученых [Текст]: учебное пособие / Н.А.Джумаева. - Бухара: Издательство "Садриддин Салим Бухари," Durdona,2020. - 228 с.
3. Шоумаров Г.Б. Ижтимоий психология. – Тошкент: Фан, 2020. – 256 б.

4. Андреева Г.М. Социальная психология. – М.: Аспект Пресс, 2019. – 432 с.
5. Каримова Д.М. Шахс ижтимоийлашувининг психологик асослари. – Тошкент: Ўқитувчи, 2018. – 210 б.
6. Абдуллаев У.Б. Оила ижтимоий-психологик таҳлили. – Тошкент: Фан, 2019. – 198 б.
7. Махмудов М.М. Оила психологияси. – Тошкент: Ўқитувчи, 2018. – 224 б.
8. Баракаев Ш.Р. Оилада тарбия психологияси. – Тошкент: Фан, 2017. – 176 б.
9. Крайг Г. Психология развития. – СПб.: Питер, 2017. – 640 с.
10. Турсунова Н.М. Гендер психологияси. – Тошкент: Фан, 2020. – 184 б.
11. Абдуллаев У.Б. Оила барқарорлиги психологик омиллари. – Тошкент: Фан, 2021. – 212 б.

MAKTABGACHA TA'LIM MUASSASASI RAHBARLARINING IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK KOMPETENSIYASI HOLATINI O'RGANISH (anketa tahlili asosida)

*Kamilova Nigoraxon Ruzimaxamatovna
Toshkent shahridagi Puchon universiteti 1-bosqich magistranti*

ANNOTATSIYA: Maqolada 67 nafar maktabgacha ta'lim muassasalari rahbarlarining ijtimoiy-psixologik kompetensiyasi holati empirik tadqiqot asosida tahlil qilinadi. Tadqiqot Google Forms platformasi orqali o'tkazilgan anketa natijalariga tayanadi. Olingan natijalar rahbarlarning stressga munosabati, muloqot ko'nikmalari, qaror qabul qilish jarayonidagi psixologik omillarni hisobga olish darajasi hamda konfliktlarni boshqarish xususiyatlarini aniqlash imkonini berdi. Tadqiqot natijalari asosida rahbarlarning kuchli va rivojlantirish zarur bo'lgan jihatlari belgilandi.

KALIT SO'ZLAR: ijtimoiy-psixologik kompetensiya, maktabgacha ta'lim, rahbar, stress, muloqot, konflikt.

KIRISH

Bugungi kunda maktabgacha ta'lim tizimi jamiyat taraqqiyotining muhim bo'g'inlaridan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Ushbu tizimda ta'lim-tarbiya jarayonining sifatli tashkil etilishi, avvalo, ta'lim muassasasi rahbarining boshqaruv faoliyati, kasbiy tayyorgarligi hamda shaxsiy-psixologik xususiyatlari bilan bevosita bog'liqdir. Maktabgacha ta'lim muassasasi rahbari nafaqat ma'muriy boshqaruvchi, balki pedagogik jamoani birlashtiruvchi, ijtimoiy-psixologik muhitni shakllantiruvchi va ta'lim jarayonining samaradorligini ta'minlovchi yetakchi shaxs hisoblanadi.

Zamonaviy ta'lim jarayonida rahbar faoliyati tobora murakkablashib bormoqda. Rahbarlardan tezkor qaror qabul qilish, stressli vaziyatlarda o'zini boshqara olish, jamoa a'zolari bilan samarali muloqot o'rnatish, konfliktlarni konstruktiv hal etish hamda sog'lom psixologik muhit yaratish talab etilmoqda.¹⁰ Ushbu talablar rahbarning ijtimoiy-psixologik kompetensiyasi yuqori darajada shakllangan bo'lishini taqozo etadi. Shu bois maktabgacha ta'lim muassasasi rahbarlarining ijtimoiy-psixologik kompetensiyasini empirik asosda o'rganish dolzarb ilmiy-amaliy masala hisoblanadi.

Ijtimoiy-psixologik kompetensiya rahbar shaxsining jamoa bilan o'zaro munosabatlarni samarali tashkil etish, emotsional barqarorlikni saqlash, psixologik holatlarni to'g'ri baholash va boshqarish, shuningdek, ijtimoiy vaziyatlarga moslashish qobiliyatlarini o'z ichiga oladi.¹¹ Maktabgacha ta'lim muassasalarida ushbu kompetensiyaning yetarli darajada shakllanmaganligi jamoada kelishmovchiliklar, psixologik zo'riqish, ish samaradorligining pasayishi va pedagogik jarayonda muammolarning yuzaga kelishiga olib kelishi mumkin.

So'nggi yillarda respublikamizda maktabgacha ta'lim tizimini rivojlantirish, rahbar kadrlarning kasbiy salohiyatini oshirishga qaratilgan qator normativ-huquqiy hujjatlar qabul qilinmoqda. Xususan, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 8-maydagi "O'zbekiston Respublikasi maktabgacha ta'lim tizimini 2030-yilgacha

¹⁰ Rahmatov, B. (2021). Maktabgacha ta'lim tizimida rahbarlik kompetensiyalarini rivojlantirish. Xalq ta'limi, 10(1), 34-40.

¹¹ Abdullajanova, Dilnozakhon. "Socio-Psychological Criteria For The Construction Of A Psychological Profile In Training Personnel For Innovative Management Activities." SPAST Reports 1, no. 1 (2024).

rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida"gi PQ-4312-son Qarori,¹² 2019-yil 29-apreldagi "O'zbekiston Respublikasi xalq ta'limi tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida"gi PF-5712-son Farmoni,¹³ 2019-yil 6-sentabrdagi "Professional ta'lim tizimini yanada takomillashtirishga doir qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi PF-5812-son Farmoni,¹⁴ 2019-yil 8-oktabrdagi "O'zbekiston Respublikasi oliy ta'lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida"gi PF-5847-son Farmoni¹⁵ va bir qator hujjatlarda rahbarlarning nafaqat boshqaruv kompetensiyasi, balki psixologik tayyorgarligi va ijtimoiy kompetensiyasini rivojlantirish masalasiga ham alohida e'tibor qaratilmoqda. Biroq amaliyot shuni ko'rsatadiki, rahbarlarning ijtimoiy-psixologik kompetensiyasi darajasi turlicha bo'lib, ularni aniqlash va tahlil qilish zarurati mavjud.

TADQIQOT METODIKASI VA TASHKIL ETILISHI

Mazkur tadqiqot maktabgacha ta'lim muassasasi rahbarlarining ijtimoiy-psixologik kompetensiyasi holatini aniqlashga qaratilgan empirik izlanish sifatida tashkil etildi. Tadqiqotda ijtimoiy fanlar metodologiyasida keng qo'llaniladigan so'rovnoma (anketa) usulidan foydalanildi. Ushbu metod rahbarlarning psixologik holati, boshqaruv jarayonidagi munosabatlari hamda ijtimoiy-psixologik kompetensiyasini keng qamrovda o'rganish imkonini beradi. Tadqiqot jarayoni Google Forms platformasi asosida masofaviy shaklda tashkil etildi. Ushbu platformaning tanlanishi respondentlarning qulay sharoitda, erkin va ochiq javob berishini ta'minladi. Shuningdek, anketa anonim tarzda o'tkazildi, bu esa olingan ma'lumotlarning ishonchligini oshirishga xizmat qildi. Respondentlarga tadqiqotning maqsadi va vazifalari haqida oldindan tushuntirish berildi hamda ularning ixtiyoriy ishtiroki ta'minlandi.

¹² O'zbekiston Respublikasi Prezidentining qarori, 08.05.2019 yildagi PQ-4312-son. Murojat qilingan sana: 12/14/2025

¹³ O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni, 29.04.2019 yildagi PF-5712-son. Murojat qilingan sana: 12/14/2025

¹⁴ O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni, 06.09.2019 yildagi PF-5812-son. Murojat qilingan sana: 12/14/2025

¹⁵ O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni, 08.10.2019 yildagi PF-5847-son. Murojat qilingan sana: 12/14/2025

Anketada jami 20 ta savol o'rin olgan bo'lib, ular mazmuniga ko'ra bir nechta yo'nalishlarga ajratildi. Jumladan, savollarning bir qismi rahbarlarning stressli vaziyatlarga duch kelish darajasi va ularni boshqarish qobiliyatini aniqlashga qaratilgan. Ikkinchi yo'nalish rahbarlarning emotsional holatini nazorat qilish, psixologik zo'riqish va charchoq holatlariga munosabatini o'rganishni ko'zda tutdi. Uchinchi yo'nalish savollari esa jamoa bilan muloqot o'rnatish, xodimlar o'rtasidagi nizolarni hal etish va sog'lom psixologik muhitni shakllantirish masalalarini qamrab oldi. Tadqiqotda jami 67 nafar maktabgacha ta'lim muassasasi rahbarlari ishtirok etdi. Ayrim savollarga 63–64 nafar respondent tomonidan javob berilgan bo'lib, bu holat tadqiqot natijalarining umumiy tahliliga sezilarli ta'sir ko'rsatmadi. Respondentlar amaldagi rahbarlar bo'lib, ularning kasbiy tajribasi va faoliyati tadqiqot natijalarining amaliy ahamiyatini oshirdi.

Anketa savollari yopiq turda tuzilgan bo'lib, "ha/yo'q" shaklidagi hamda bir nechta variantdan bittasini tanlash imkonini beruvchi javoblar asosida tashkil etildi. Bu esa olingan ma'lumotlarni statistik jihatdan qayta ishlash va foiz ko'rsatkichlari asosida tahlil qilish imkonini berdi. Natijalar Google Forms platformasining avtomatik diagramma va foizli ko'rsatkichlari asosida tahlil qilindi. Tadqiqot metodikasi rahbarlarning ijtimoiy-psixologik kompetensiyasini baholashda kompleks yondashuvni ta'minladi. Olingan ma'lumotlar keyingi bosqichda rahbarlarning kuchli va rivojlantirish zarur bo'lgan jihatlarini aniqlash, shuningdek, ijtimoiy-psixologik kompetensiyani rivojlantirishga qaratilgan tavsiyalar ishlab chiqish uchun asos bo'lib xizmat qiladi.

ANKETA NATIJALARI VA ULARNING TAHLILI

Maktabgacha ta'lim muassasasi rahbarlarining ijtimoiy-psixologik kompetensiyasini aniqlashda ularning stressli vaziyatlarga munosabati va emotsional holatini boshqarish darajasi muhim ko'rsatkichlardan biri hisoblanadi.¹⁶ Chunki rahbarlik faoliyati doimiy psixologik zo'riqish, mas'uliyat va murakkab ijtimoiy

¹⁶ Sladkykh, I. A., and O. A. Kozyr. "Social and psychological climate in the teaching staff of a preschool education institution: control and socio-psychological functions of management in the system of the director's activities." (2024).

munosabatlar bilan bog'liq bo'lib, ushbu omillar boshqaruv samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Anketa natijalariga ko'ra, respondentlarning 45,3 foizi rahbarlik faoliyatida stressli vaziyatlarga tez-tez duch kelishini bildirgan bo'lsa, 54,7 foizi bunday holatlar kam uchrashini qayd etgan. Ushbu ko'rsatkichlar rahbarlik faoliyatining psixologik murakkabligini tasdiqlaydi. Stressli vaziyatlarga duch kelish darajasi rahbarlarning individual psixologik xususiyatlari, ish hajmi va jamoa bilan munosabatlar holati bilan bog'liq ekanligini ko'rsatadi. Shu bilan birga, stressli vaziyatlarda o'zini boshqara olish qobiliyati rahbarlarning muhim ijtimoiy-psixologik kompetensiyasi hisoblanadi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, respondentlarning 87,5 foizi stressli vaziyatlarda o'zini boshqara olishini ta'kidlagan, 12,5 foizi esa bunday qobiliyat yetarli emasligini bildirgan. Ushbu natija rahbarlarning aksariyatida emotsional barqarorlik nisbatan shakllanganligini ko'rsatsa-da, ma'lum bir qism rahbarlar uchun stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish zarurligini ham ko'rsatadi.

1-jadval. Rahbarlarning stress va emotsional holatiga munosabati

Ko'rsatkichlar	Respondentlar ulushi (%)
Stressli vaziyatlarga tez-tez duch keladi	45,3
Stressli vaziyatlar kam uchraydi	54,7
Stressli vaziyatlarda o'zini boshqara oladi	87,5
O'zini boshqara olmaydi	12,5
Psixologik zo'riqish tez charchatadi	43,8

Izoh: Jadvaldan ko'rinadiki, rahbarlarning aksariyat qismi stressli vaziyatlarda o'zini boshqara olishini bildirgan bo'lsa-da, psixologik zo'riqish muammosi saqlanib qolmoqda

Qaror qabul qilish jarayonida psixologik omillarni hisobga olish darajasi ham stress va emotsional holat bilan bevosita bog'liqdir.¹⁷ Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, respondentlarning 85,9 foizi qaror qabul qilishda psixologik omillarni inobatga olishini bildirgan. Bu holat rahbarlarning ongli va mas'uliyatli yondashuvga

¹⁷ Starcke, K., & Brand, M. (2012). Decision making under stress: a selective review. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 36(4), 1228-1248.

ega ekanligini ko'rsatadi. Biroq 14,1 foiz rahbarlar tomonidan ushbu omillarning yetarli darajada hisobga olinmasligi boshqaruv jarayonida xatoliklar va ziddiyatlarga olib kelishi mumkin.

Rahbarlik faoliyatida eng ko'p uchraydigan psixologik muammolarni aniqlash maqsadida o'tkazilgan savol natijalari ham e'tiborga molikdir. Respondentlarning 29,7 foizi jamoa bilan muloqotdagi qiyinchiliklarni, 28,1 foizi qaror qabul qilishdagi ikkilanishni, 23,4 foizi stress va zo'riqishni, 18,8 foizi esa konfliktlarni asosiy muammo sifatida ko'rsatgan. Ushbu natijalar rahbarlik faoliyatida psixologik muammolar ko'p qirrali ekanligini va ularni kompleks yondashuv asosida hal etish zarurligini ko'rsatadi.

2-jadval. Rahbarlarning muloqot va konfliktlarni boshqarish ko'nikmalari

Ko'rsatkichlar	Respondentlar ulushi (%)
Xodimlar bilan ochiq va ishonchli muloqot o'rnatadi	96,9
Jamoa a'zolarining individual xususiyatlarini hisobga oladi	92,1
Konfliktlarni muzokara orqali hal etadi	78,1
Jamoadagi sog'lom psixologik muhitni muhim deb hisoblaydi	59,4

Izoh: Jadval ma'lumotlari rahbarlarda kommunikativ kompetensiya va demokratik boshqaruv uslubi ustun ekanligini ko'rsatadi.

Ish jarayonida emotsional holatning boshqaruv samaradorligiga ta'siri ham alohida tahlil qilindi. Respondentlarning 17,2 foizi emotsional holat boshqaruv samaradorligiga juda kuchli ta'sir ko'rsatishini, 37,5 foizi o'rtacha darajada ta'sir qilishini bildirgan. Shu bilan birga, 10,9 foizi emotsional holatning ta'siri kamligini, 34,4 foizi esa umuman ta'sir qilmasligini qayd etgan. Ushbu ko'rsatkichlar rahbarlarning emotsional holatni turlicha qabul qilishini va bu borada individual farqlar mavjudligini ko'rsatadi.

Rahbarlarning o'z his-tuyg'ularini nazorat qila olish qobiliyati ham tadqiqotda muhim indikator sifatida baholandi. Natijalarga ko'ra, respondentlarning 95,3 foizi rahbar sifatida o'z his-tuyg'ularini nazorat qila olishini bildirgan. Bu ko'rsatkich rahbarlarda o'zini boshqarish va emotsional intellekt elementlari yuqori darajada

shakllanganini ko'rsatadi. Biroq ushbu o'z-o'zini baholash natijalarini real amaliy faoliyat bilan solishtirish zarurligi ham e'tibordan chetda qolmasligi lozim. Ish jarayonida psixologik zo'riqish va charchoq masalasiga oid savol natijalari shuni ko'rsatadiki, respondentlarning 43,8 foizi psixologik zo'riqish tez charchatishini tan olgan. Bu holat rahbarlik faoliyatida psixologik salomatlikni saqlash va stressni kamaytirishga qaratilgan profilaktik chora-tadbirlar muhimligini ko'rsatadi. Aks holda, doimiy zo'riqish professional faoliyat samaradorligining pasayishiga olib kelishi mumkin

Rahbarning ijtimoiy-psixologik kompetensiyasini belgilovchi muhim omillardan biri bu uning jamoa bilan samarali muloqot o'rnatish, xodimlarning individual xususiyatlarini hisobga olish hamda nizoli vaziyatlarni konstruktiv tarzda hal etish qobiliyatidir.¹⁸ Ayniqsa, maktabgacha ta'lim muassasalarida pedagogik jamoa bilan ishlash jarayoni doimiy muloqot va o'zaro tushunishni talab qiladi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, respondentlarning mutlaq ko'pchiligi - 96,9 foizi xodimlar bilan ochiq va ishonchli muloqot o'rnatishini bildirgan. Ushbu natija rahbarlarda kommunikativ kompetensiya yuqori darajada shakllanganligini ko'rsatadi. Ochiq muloqot pedagogik jamoada ishonch muhitini yaratish, xodimlarning faolligini oshirish va boshqaruv qarorlarining samaradorligini ta'minlashda muhim omil hisoblanadi. Shu bilan birga, 3,1 foiz respondent tomonidan bunday muloqotni o'rnatishda qiyinchiliklar mavjudligi qayd etilishi mazkur yo'nalishda individual yondashuv zarurligini ko'rsatadi.

Jamoa a'zolarining individual psixologik xususiyatlarini hisobga olish masalasiga oid savol natijalari ham ijobiy baholandi. Respondentlarning 92,1 foizi xodimlarning shaxsiy va psixologik xususiyatlarini inobatga olishini bildirgan. Bu holat rahbarlarda empatiya, tushunish va individual yondashuv ko'nikmalari mavjudligini anglatadi. Mazkur ko'nikmalar pedagogik jamoada qulay psixologik

¹⁸ Jansen, J. J., Kostopoulos, K. C., Mihalache, O. R., & Papalexandris, A. (2016). A socio-psychological perspective on team ambidexterity: The contingency role of supportive leadership behaviours. *Journal of Management Studies*, 53(6), 939-965.

muhitni shakllantirishda va xodimlarning kasbiy salohiyatini to'liq namoyon etishda muhim ahamiyatga ega.

Xodimlar o'rtasida yuzaga keladigan nizolarni hal etish usullariga oid savol natijalari alohida e'tiborga loyiqdir. Tadqiqot natijalariga ko'ra, respondentlarning 78,1 foizi nizolarni muzokara orqali hal etishni afzal ko'rishini bildirgan. Bu demokratik va konstruktiv boshqaruv uslubining ustunligini ko'rsatadi. Shu bilan birga, 12,5 foiz respondent buyruq berish orqali nizolarni hal etishni tanlagan bo'lsa, kam sonli respondentlar vositachi yordami yoki muammoni kechiktirish orqali hal etishni ma'qul ko'rgan. Mazkur natijalar rahbarlik faoliyatida muloqot va kelishuvga asoslangan yondashuv ustuvor ekanligini tasdiqlaydi.

Jamoadagi sog'lom psixologik muhitni shakllantirish masalasiga oid savol natijalari ham rahbarlarning ijtimoiy-psixologik kompetensiyasini baholashda muhim ahamiyat kasb etdi. Respondentlarning 59,4 foizi sog'lom muhitni shakllantirishda adolatli boshqaruv, ochiq muloqot va rag'batlantirish kabi omillarning barchasi muhim ekanligini ta'kidlagan. Bu holat rahbarlarning muammoni kompleks yondashuv asosida tushunishini ko'rsatadi. Qolgan respondentlar esa mazkur omillardan ayrimlarini ustuvor deb baholagan.

Xodimlarni rag'batlantirish jarayonida qaysi omillarga ko'proq e'tibor berilishi ham o'rganildi. Natijalarga ko'ra, respondentlarning 73 foizi mehnat natijalariga, 17,5 foizi intizomga, kamroq qismi esa shaxsiy tashabbus va psixologik holatga e'tibor qaratishini bildirgan. Ushbu ko'rsatkichlar rahbarlik faoliyatida natijaviylik asosiy mezon sifatida qaralayotganini ko'rsatadi. Biroq zamonaviy boshqaruv yondashuvlarida xodimlarning psixologik holati va ichki motivatsiyasiga ham yetarli e'tibor qaratish muhim hisoblanadi.

Jamoadagi kelishmovchiliklarning tez-tez yuzaga kelishi masalasiga oid savol natijalari shuni ko'rsatdiki, respondentlarning 27 foizi bunday holatlar tez-tez uchrashini, 73 foizi esa kam uchrashini bildirgan. Bu natija umumiy jihatdan jamoalarda psixologik muhit nisbatan barqaror ekanligini ko'rsatadi. Shu bilan birga, konfliktlarning boshqaruv samaradorligiga ta'siri bo'yicha respondentlarning fikri deyarli teng bo'lib, 49,2 foizi konfliktlar salbiy ta'sir ko'rsatishini, 50,8 foizi esa

bunday ta'sir yo'qligini bildirgan. Ushbu holat rahbarlarning konfliktlarga bo'lgan munosabati va ularni boshqarish uslublaridagi farqlar mavjudligini ko'rsatadi. Tadqiqotda rahbarlarning o'z ijtimoiy-psixologik kompetensiyasini baholashi va uni rivojlantirishga bo'lgan ehtiyoji ham o'rganildi. Natijalarga ko'ra, respondentlarning aksariyati o'z faoliyatida ijtimoiy-psixologik kompetensiyaning muhimligini tan olgan va uni rivojlantirish zarur deb hisoblagan. Bu holat rahbarlarning kasbiy o'sishga bo'lgan ijobiy munosabatini ko'rsatadi.

Rahbarlar tomonidan kompetensiyani rivojlantirishda eng muhim yo'nalishlar sifatida stressni boshqarish, muloqot ko'nikmalarini takomillashtirish, liderlik sifatlarini rivojlantirish va konfliktlarni samarali hal etish ko'rsatib o'tildi. Ushbu natijalar rahbarlarning amaliy faoliyatda duch kelayotgan muammolari bilan bevosita bog'liq ekanligini ko'rsatadi. Anketa natijalari tahlili asosida maktabgacha ta'lim muassasasi rahbarlarining ijtimoiy-psixologik kompetensiyasida bir qator kuchli jihatlar aniqlandi. Jumladan, ochiq va ishonchli muloqot o'rnatish, emotsional holatni nazorat qilish, muzokara orqali nizolarni hal etish rahbarlar faoliyatining ijobiy tomonlari sifatida namoyon bo'ldi.

Shu bilan birga, stressga bardoshlilikni oshirish, qaror qabul qilishda psixologik ishonchlilikni mustahkamlash hamda xodimlarning psixologik holatini inobatga olgan holda boshqaruv qarorlarini qabul qilish yo'nalishlari rivojlantirishni talab etuvchi jihatlar sifatida belgilandi.

MUHOKAMA

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, maktabgacha ta'lim muassasasi rahbarlarining ijtimoiy-psixologik kompetensiyasi umumiy jihatdan yetarli darajada shakllangan. Biroq zamonaviy boshqaruv talablari rahbarlardan yanada yuqori darajadagi psixologik tayyorgarlik va ijtimoiy moslashuvchanlikni talab etadi. Shu sababli rahbarlarning kasbiy faoliyatida ijtimoiy-psixologik kompetensiyani rivojlantirish uzluksiz jarayon sifatida tashkil etilishi lozim.

XULOSA

Mazkur tadqiqot maktabgacha ta'lim muassasasi rahbarlarining ijtimoiy-psixologik kompetensiyasi holatini empirik asosda baholash imkonini berdi. Anketa

natijalari rahbarlarda muloqot ko'nikmalari va o'zini boshqarish qobiliyatlari nisbatan rivojlanganligini ko'rsatdi. Shu bilan birga, stressni boshqarish va qaror qabul qilishdagi psixologik barqarorlikni kuchaytirish zarurati aniqlandi.

Olingan natijalar asosida maktabgacha ta'lim muassasasi rahbarlari uchun maxsus treninglar, seminarlar va rivojlantiruvchi dasturlar ishlab chiqish maqsadga muvofiq hisoblanadi. Tadqiqot natijalari kelgusida ijtimoiy-psixologik kompetensiyani rivojlantirishga qaratilgan amaliy tadqiqotlar uchun ilmiy asos bo'lib xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. [O'zbekiston Respublikasi Prezidentining qarori, 08.05.2019 yildagi PQ-4312-son.](#) Murojat qilingan sana: 12/14/2025
2. [O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni, 29.04.2019 yildagi PF-5712-son.](#) Murojat qilingan sana: 12/14/2025
3. [O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni, 06.09.2019 yildagi PF-5812-son.](#) Murojat qilingan sana: 12/14/2025
4. [O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni, 08.10.2019 yildagi PF-5847-son.](#) Murojat qilingan sana: 12/14/2025
5. Abdullajanova, Dilnozakhon. "Socio-Psychological Criteria For The Construction Of A Psychological Profile In Training Personnel For Innovative Management Activities." SPAST Reports 1, no. 1 (2024).
6. Jansen, J. J., Kostopoulos, K. C., Mihalache, O. R., & Papalexandris, A. (2016). A socio-psychological perspective on team ambidexterity: The contingency role of supportive leadership behaviours. *Journal of Management Studies*, 53(6), 939-965.
7. Rahmatov, B. (2021). Maktabgacha ta'lim tizimida rahbarlik kompetensiyalarini rivojlantirish. *Xalq ta'limi*, 10(1), 34-40.
8. Sladkykh, I. A., and O. A. Kozyr. "Social and psychological climate in the teaching staff of a preschool education institution: control and socio-psychological functions of management in the system of the director's activities." (2024).
9. Starcke, K., & Brand, M. (2012). Decision making under stress: a selective review. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 36(4), 1228-1248.

O'QUVCHILARDA MA'NAVIY-AXLOQIY TARBIYA KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISHDA TA'LIM MUHITINING ROLI

*Baynazarova Gulnoza Abdurasulovna
Toshkent shahar Yangihayot tumani 332- maktab
o'quv ishlari bo'yicha direktor o'rinbosari*

Annotatsiya. Maqolada o'quvchilarda ma'naviy-axloqiy tarbiya kompetensiyalarini rivojlantirishda ta'lim muhitining roli tahlil qilinadi. Ma'naviy-axloqiy tarbiya o'quvchilarda jamiyatda muvaffaqiyatli hayot kechirish uchun zarur bo'lgan qadriyatlar, axloqiy tamoyillar va ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirishga xizmat qiladi. Ta'lim muhitining shaxsiy rivojlanishga ta'siri, pedagogik jamoa faoliyatining metodik yo'nalishlari hamda o'quvchilarda bag'rikenglik, mas'uliyat va empatiya kabi sifatlarni rivojlantirishning ahamiyati yoritilgan.

Kalit so'zlar: Ma'naviy-axloqiy tarbiya, ta'lim muhiti, kompetensiya, qadriyatlar, axloqiy tamoyillar, bag'rikenglik, empatiya, ijtimoiy kompetentlik.

Аннотация. В статье анализируется роль образовательной среды в развитии у учащихся компетенций духовно-нравственного воспитания. Духовно-нравственное воспитание способствует формированию у учащихся ценностей, моральных принципов и социальных навыков, необходимых для успешной жизни в обществе. Освещается влияние образовательной среды на личностное развитие, методические направления деятельности педагогического коллектива, а также значимость развития у учащихся таких качеств, как терпимость, ответственность и эмпатия.

Ключевые слова: духовно-нравственное воспитание, образовательная среда, компетенция, ценности, моральные принципы, терпимость, эмпатия, социальная компетентность.

Annotation. The article analyzes the role of the educational environment in developing moral and ethical education competencies in students. Moral and ethical education helps cultivate in students the values, ethical principles, and social skills

necessary for leading a successful life in society. The article highlights the impact of the educational environment on personal development, the methodological directions of the pedagogical team's activities, as well as the importance of fostering qualities such as tolerance, responsibility, and empathy in students.

Keywords: Moral and ethical education, educational environment, competence, values, ethical principles, tolerance, empathy, social competence.

KIRISH. Madaniy va ma'naviy qadriyatlarning kuchli omili ma'naviy-axloqiy tarbiya hisoblanadi. Madaniy muhit sharoitida odamga faol ta'sir qilishda davom etadi. Shu sababli zamonaviy ta'limda shaxsning rivojlanishi va o'z-o'zini rivojlantirish jarayoniga ta'sir qiluvchi energiya maydoni sifatida madaniy muhitni shakllantirish zarur. Ma'naviy-axloqiy tarbiya zamonaviy ta'lim jarayonida muhim rol o'ynaydi. O'quvchilarda jamiyatda muvaffaqiyatli hayot kechirish uchun zarur bo'lgan qadriyatlar, axloqiy tamoyillar va ko'nikmalarni shakllantirishga yordam beradi. Ma'naviy-axloqiy tarbiyaning ahamiyati shundaki, shaxsni butun tizim sifatida rivojlantirishga hissa qo'shadi. Bu o'quvchilarga o'z ehtiyoj va imkoniyatlarini anglash, shuningdek, o'z harakatlari uchun javobgarlikni qabul qilishni o'rganishga imkon beradi. Ma'naviy- axloqiy tarbiyaning doirasida ta'lim muassasasi har bir o'quvchining shaxsini rivojlantirish uchun shart-sharoit yaratishi lozim. Bu uning individual ehtiyojlari va qiziqishlarini qo'llab-quvvatlash, shuningdek, o'z imkoniyatlari va vazifalarini anglashiga yordam berishni anglatadi. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 14-avgustdagi (PQ-3907-son) Qarorida: mamlakatimizda barkamol avlodni shakllantirish, yoshlarni ma'naviy-axloqiy va jismonan sog'lom etib tarbiyalash, ularni olib borilayotgan islohotlarning faol ishtirokchisiga aylantirishga qaratilgan chora-tadbirlar izchil amalga oshirilmoqda. Yoshlarni ma'naviy-axloqiy va jismoniy barkamol etib tarbiyalashda, ularga ta'lim-tarbiya berishda, tizimini sifat jihatidan yangi bosqichga ko'tarishda chora-tadbirlar dasturi tasdiqlangan. Ushbu dasturni mazmuni yuksak ma'naviyatli, qat'iy hayotiy pozitsiya, keng dunyoqarashga ega bo'lgan fidoyi va vatanparvar yoshlarni tarbiyalashdan iborat.

ASOSIY QISM: Ma'naviy-axloqiy rivojlanishning eng muhim elementlaridan biri xulq-atvor etikasini shakllantirishdir. Maktabda boshlang'ich sinf o'quvchilariga atrofdagi insonlarga, madaniyatga va tabiatga to'g'ri munosabatlarni o'rgatishi darkor.

Bugungi dunyoda tobora ko'proq odamlar ma'naviy-axloqiy rivojlanish muammolariga duch kelmoqda, masalan, hayotiy maqsad va yo'nalishning yo'qligi, kelajakka umidni yo'qotganligi kabi. Shu nuqtai nazardan, maktab nafaqat bilim va ko'nikmalar olish joyi bo'lishi, balki o'quvchilarga shaxsini rivojlantirishda ham yordam ko'rsatish maskani ham bo'lishi kerak. Ushbu maqsadlarga erishish uchun pedagogik jamoaning ish olib borishining maxsus metodikalari kerak. Masalan:

- ☒ o'zini anglash uchun sharoit yaratish;
- ☒ dolzarb mavzularda suhbatlar o'tkazish;
- ☒ axloqiy masalalar bo'yicha davra suhbatini tashkil etish;
- ☒ kommunikatsiya bo'yicha treninglar o'tkazish;

Shu tarzda ma'naviy-axloqiy tarbiyalashning asosiy vazifalarini quyidagicha ajratish mumkin:

- 1) Falsafa, axloq va madaniyat bo'yicha tizimli mashg'ulotlarni shakllantirish.
- 2) Ijtimoiy hodisalar va jarayonlarni tahlil qilish, ularga nisbatan o'z mavqeini ishlab chiqish qobiliyatini rivojlantirish.
- 3) Shaxsning qadriyatlarga asoslangan yo'nalishlarini insoniy tamoyillar asosida shakllantirish.
- 4) Bag'rikenglikni rivojlantirish, boshqalarni tinglashni o'rganish va konstruktiv muloqotga intilishni qo'llab-quvvatlash.
- 5) O'z hayotiga va atrof-muhitga mas'uliyatli munosabatni tarbiyalash, shuningdek, empatiya va ijtimoiy kompetentlikni rivojlantirish.

Psixologlar va pedagoglar ta'lim-tarbiyaviy muhitning xususiyatlarini va uning o'quv bosqichlariga bog'liqligini, psixologik qonuniyatlar va uning faoliyat yuritish sharoitlarini, muhit va maktabga moslashuv jarayonining xususiyatlari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni o'rganuvchi javobgar faoliyat egasidir. Ta'lim muhitiga oid masalalar va uning o'sib kelayotgan shaxsga turli davrlardagi ta'sirini samarali o'rganib kelgan. Ma'naviy-axloqiy tarbiyaning maqsadlari va pedagogning

o'quvchilarning axloqiy rivojlanishidagi roli hisoblanadi. Zamonaviy jamiyat, insoniyatning kelgusidagi taraqqiyotiga mustahkam asos yaratish uchun, hayotning barcha sohalarida barqaror axloqiy tartibga muhtojdir. Ma'naviy-axloqiy normalar va qadriyatlar ijtimoiy tuzilmaning asosini tashkil qiladi, uning tabiati va xususiyatlarini belgilaydi. Qadriyatlar har qanday tashkiliy tuzilmaning ajralmas qismidir. Odamlarning xulq-atvori va harakatlari ularning e'tiqodlari, axloqiy normalari va qadriyatlar tizimi bilan belgilanadi. O'qituvchilarning axloqiy qadriyatlarni singdirishdagi roli bo'yicha R. K. Vaishnavi va boshqalar tomonidan tadqiqotlar ishlari olib borilgan. R. K. Vaishnavi qarashlarida maktab-kichik bir jamiyat bo'lib, uning orqali o'qituvchilar o'z shogirdlariga real jamiyat bilan samarali muloqot qilishni o'rgatadilar. Pedagog namuna bo'lgani uchun, o'quvchilar uning xatti-harakatlarini kuzatib borishlari ehtimoli katta, shuning uchun o'qituvchi axloqiy xatti-harakatlarni namoyish qilishi va barcha harakatlari uchun o'quvchilar oldida mas'ul bo'lishi lozim.

O'qituvchining yuqori sinf o'quvchilari tomonidan axloqiy qadriyatlarni egallashdagi roli G. Yashoda va K. P. Kumar tomonidan olib borigan tadqiqotlarida esa O'quvchining ijobiy xarakterini shakllantirishdagi o'qituvchining rolini ta'kidlab, o'quvchilarning axloqiy rivojlanishini to'g'rilashda rag'bat va jazo muhimligini qayd etib, olimlar istalgan xarakterni tarbiyalashda jazodan ko'ra rag'bat ko'proq zarur deb hisoblaydilar. O'qituvchilar sinfda axloqiy me'yor va qoidalarni belgilashlari, turli tadbirlar va ommaviy axborot vositalari orqali axloqiy qadriyatlarni targ'ib qilishlari lozim. O'qituvchi o'quvchilarning ma'naviy- axloqiy rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. U nafaqat ma'naviy-axloq namunasi va maslahat beruvchi sifatida, balki axloqiy qadriyatlarni singdiruvchi murabbiy, qulay va g'amxo'r muhit tashkilotchisi, shuningdek, o'quvchilar va ularning ota-onalari o'rtasida vositachi va maslahatchi sifatida xizmat qiladi. O'qituvchilar o'quvchilarning axloqiy rivojlanish jarayonida turli rollarni bajarishga majbur bo'ladilar va shu jarayonda ko'plab muammolarga duch keladilar: o'qitish va baholash strategiyalarida murakkabliklar, etika bo'yicha o'qitish uchun xonalar va darsliklar yetishmasligi bilan bog'liq qiyinchiliklar, ota-onalar va jamiyat tomonidan ortiqcha kutishlar bilan bog'liq muammolar ham yo'q emas.

Hozirgi vaqtda o'sib kelayotgan avlodning ma'naviy, axloqiy va jismoniy sog'lig'ini shakllantirish, yangi turdagi fuqarolarni tarbiyalash – sodiq vatanparvar, mustaqil fikrlovchi, faol harakat qiluvchi, intellektual salohiyatga va axloqiy prinsipga ega shaxslarni tarbiyalash muhim ahamiyat kasb etmoqda. Zamonaviy ta'limni, jamiyat va davlatning eng muhim maqsadi yurtimizda axloqiy, mas'uliyatli, ijodiy, tashabbuskor va malakali fuqarosini tarbiyalash, uning shakllanishi va rivojlanishini ijtimoiy-pedagogik qo'llab-quvvatlashdir.

Zamonaviy dunyoda ilm-fan, texnika va axborot texnologiyalari juda yuqori darajaga rivojlanib bormoqda, biroq, afsuski, odamlarning ma'naviy-axloqiy sifati pasayib bormoqda, shuning uchun vaziyat tobora xavfli bo'lmoqda: biz terrorizm, millatlararo urushlar, tashlab ketilgan bolalar va qariyalar kabi hodisalarni kuzatyapmiz. Haqiqatan ham, ma'naviyatsiz ilm, xarakterni mukammallashtirmasdan ta'lim, axloqsiz bilim, axloqsiz biznes jamiyatga katta zarar keltiradi. Shuning uchun, o'quvchilarning ma'naviy-axloqiy sifatlarini rivojlantirishning ahamiyati ruhiy-axloqiy tarbiya jarayonida beqiyosdir. Bugungi kunda bu vazifa Yer yuzidagi hayotni saqlash vazifasiga tengdir.

XULOSA. O'quvchilarning ma'naviy-axloqiy rivojlanishi uchun mas'uliyat ota-onalar, fidoiy o'qituvchilar va butun jamiyat zimmasida. Barcha tomonlar ushbu jarayonda hamkorlik qilishlari kerak, u qayerda bo'lishidan qat'iy nazar. Maktab ta'limi qimmatbaho tarbiyaga asoslanadi, unda ayniqsa o'quvchilarning axloqiy mulohazalari, axloqiy hissiyotlari va axloqiy xatti-harakatlarini shakllantirishga alohida e'tibor qaratiladi va bu jamiyat, millat va butun dunyo farovonligiga qaratilgan.

Foydalangan adabiyotlar ro'yxati

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 14-avgustdagi PQ-3907-son Qarori.

2. Дильдибекова Г.А., Бекмаганбетова Г.К., Климбей Л.В. РАЗВИТИЕ ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОГО ПОТЕНЦИАЛА ОБУЧАЮЩИХСЯ КАК ПРИОРИТЕТНАЯ ЗАДАЧА СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ // Научное обозрение. Педагогические науки. 2017. № 1. С. 88-92; URL: <https://science-pedagogy.ru/ru/article/view?id=1547> (дата обращения: 29.12.2025).

3. OECD. Education for Global Competence. OECD Publishing, 2018.

4. Сулейманова Ф.М., Григорьева Е.А. РОЛЬ И МЕСТО ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОГО ВОСПИТАНИЯ В СОВРЕМЕННОМ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ // Вестник науки №5 (62) том 3. С. 308 - 311. 2023 г. ISSN 2712-8849 // Электронный ресурс: <https://www.вестник-науки.рф/article/8229> (дата обращения: 29.12.2025 г.).

5. Филатова Е. В. Цели нравственного воспитания и роль педагога в развитии нравственности учащихся. 90-93-с. Кемеровский государственный университет, Кемерово, Россия, filatova.fev@yandex.ru. Принята в печать 24.05.2023.

О'QUVCHILARDA KOGNITIV KOMPETENSIYA SHAKLLANISHIDA TA'LIM MUHITINING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK MUAMMOLARI

Go'zal Tojiyeva
Yangi asr universiteti o'qituvchisi

Annotatsiya: Mazkur maqolada o'quvchilarda kognitiv kompetensiyani shakllantirishda ta'lim muhitining psixologik va pedagogik muammolari tahlil qilinadi. Kognitiv kompetensiya zamonaviy ta'limda tanqidiy fikrlash, muammoli vaziyatlarni hal qilish va o'z-o'zini boshqarish qobiliyatlarini rivojlantirishda markaziy o'rin tutadi. Maqolada J. Piaget, J. Bruner va L. Vygotskiy nazariyalari asosida kognitiv rivojlanishning psixologik-pedagogik omillari yoritilgan. Shuningdek, ta'lim muhitida motivatsiya yetishmasligi, yuklama ortishi, metodlarning bir xilligi va baholash tizimining mos emasligi kabi muammolar ko'rsatilib, ularni bartaraf etish yo'llari taklif etiladi.

Kalit so'zlar: Kognitiv kompetensiya, ta'lim muhiti, psixologik muammo, pedagogik muammo, motivatsiya, tanqidiy fikrlash.

Abstract: This article analyzes the psychological and pedagogical problems of the educational environment in shaping students' cognitive competence. Cognitive competence occupies a central place in modern education in developing critical thinking, problem-solving abilities, and self-regulation skills. The article highlights the psychological and pedagogical factors of cognitive development based on the theories of J. Piaget, J. Bruner, and L. Vygotsky. Additionally, problems in the educational environment such as lack of motivation, increased workload, uniformity of methods,

and inadequacy of the assessment system are presented, and ways to address them are proposed.

Keywords: Cognitive competence, educational environment, psychological problem, pedagogical problem, motivation, critical thinking.

Аннотация: В статье анализируются психологические и педагогические проблемы образовательной среды в формировании когнитивной компетентности студентов. Когнитивная компетентность занимает центральное место в современном образовании, способствуя развитию критического мышления, навыков решения проблем и саморегуляции. В статье освещаются психологические и педагогические факторы когнитивного развития на основе теорий Ж. Пиаже, Дж. Брунера и Л. Выготского. Кроме того, рассматриваются проблемы образовательной среды, такие как отсутствие мотивации, повышенная нагрузка, однообразие методов и недостаточность системы оценивания, а также предлагаются пути их решения.

Ключевые слова: когнитивная компетентность, образовательная среда, психологическая проблема, педагогическая проблема, мотивация, критическое мышление.

Kirish. Shaxsning kognitiv qobiliyatlarini diagnostika qilish va rivojlantirish muammolari bugungi ta'lim muhitida zamonaviy psixologiya va pedagogikaning markaziy masalalaridan biri hisoblanadi. Agar ko'plab alohida nazariyalarni tasvirlashga shunchalik chuqur kirilmasa va asosiy yo'nalishlarni belgilash mumkin bo'lsa, bu sohada aniq ikkita qarama-qarshi yondashuv, ya'ni ikkita nazariya guruhi ko'zga tashlanadi. Shaxsning kognitiv rivojlanish nazariyalarining eng keng tarqalgan guruhlaridan biri insonning dunyo haqidagi bilimlari asta-sekin shakllanishiga va obyektlar bilan ishlash, ularni makonda harakatlantirish, atrof muhitni o'rganish orqali bog'liqligiga e'tibor qaratadi. Ushbu obyektlar bilan ishlash harakatlari obyektlarning belgilari va ular orasidagi munosabatlarni qabul qilishni shakllantiradi, bu esa fikrlash jarayoni birliklari kabi tushunchalarning shakllanishi uchun asos bo'lib xizmat qiladi.

Zamonaviy psixologik bilimlar tuzilmasida kognitiv psixologiyaga alohida o'rin tutgan, XX asrning ikkinchi yarmida mustaqil ilmiy-tadqiqot yo'nalishi sifatida

shakllangan va shaxsning kognitiv sohasini o'rganib, faol rivojlanmoqda. Kognitiv jarayonlar nafaqat psixologiya, balki ko'p fanli tadqiqotlar predmeti bo'lib, shaxsning kognitiv sohasini tadqiq qilish falsafa va tibbiyot tomonidan ham faol o'rganilmoqda, sun'iy intellekt masalalari esa bu jarayonga texnika fanlari vakillarini jalb etdi.

Kognitiv kompetensiya esa pedagogikada XX asrning ikkinchi yarmida psixologik tadqiqotlar asosida paydo bo'lib, XXI asrda kompetensiyaga asoslangan ta'lim konsepsiyasi orqali mustahkamlandi. Bugungi kunda o'quvchilarning tanqidiy fikrlash, muammoli vaziyatlarni hal qilish va o'z-o'zini o'rganish qobiliyatlarini shakllantirishda markaziy kompetensiya hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili va metodlar. So'nggi o'n yilliklarda psixologiya-pedagogika fanida ta'lim muhitini o'rganishga oid tadqiqotlarning sezilarli darajada kengayishi, diversifikatsiyasi (lot. diversificatio — o'zgarish, xilma-xil taraqqiyot) va instrumentlarga boyishi kuzatilmoqda. Ta'lim muhiti fenomeniga e'tibor ko'plab jihatdan zamonaviy dunyoda "inson va atrof-muhit" muammosining dolzarblashuvi bilan bog'liq bo'lsa, shuningdek, muhitni ta'lim omili, ta'lim jarayonlari sifatining integratori va inson rivojlanishini tavsiflovchi kategoriya sifatida tushunish shakllanganidir. Ta'lim maqsadi maktab ta'lim muhiti bo'yicha psixologik-pedagogik tadqiqotlarning asosiy yo'nalishlarini ajratib ko'rsatish, maktab ta'lim muhiti muammosini keyingi tadqiq qilishning dolzarb va istiqbolli jihatlarini aniqlashdan iborat. Kognitiv qobiliyatlar, jumladan diqqat, xotira, tafakkur va idrok, o'quvchilarning muvaffaqiyatli o'qishi va ijtimoiy moslashuvi uchun asosiy hisoblanadi.

Kognitiv kompetensiya- o'quvchining mustaqil kognitiv faoliyat sohasidagi vakolatlari to'plami, shu jumladan haqiqiy bilish obyektlari bilan bog'liq bo'lgan mantiqiy, uslubiy, umumiy ta'lim faoliyati elementlari. Bunga maqsadlarni belgilash, rejalashtirish, tahlil qilish, aks ettirish, o'z-o'zini baholashni tashkil qilish usullari kiradi. Zamonaviy maktab o'quvchilari o'z rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin bo'lgan kamchiliklarga duch kelmoqda. Ma'lumot ortishi kognitiv kompetensiya tushunchasi XX asrning ikkinchi yarmida kognitiv psixologiya rivojlanishi bilan ilmiy muomalaga kirgan. J.Piaget, J. Bruner, L. Vygotskiyning

ijtimoiy-madaniy qarashlar o'quvchilarda bilish jarayonlarini chuqur o'rganishga asos bo'ldi.

Shveytsariyalik tadqiqotchi J. Piaget qarashlarida kognitiv rivojlanishning dastlabki bosqichida chaqaloq va chaqaloqlarni hissiy tajribalar va narsalarni boshqarish orqali bilimga ega bo'lishadi. Ushbu bosqichning dastlabki davrida bolaning butun tajribasi asosiy reflekslar, hislar va vosita javoblari orqali sodir bo'ladi.

J. Bruner nazariyasiga ko'ra, kognitiv o'sishni uchta usul orqali xaritalaydi: enaktiv (harakatga asoslangan bilim), ikonik (tasvirga asoslangan bilim) va simvolik (tilga asoslangan bilim). Bu usullar ketma-ket bosqichlar emas, balki aql ma'lumotni qanday tashkil etishi va saqlashini ko'rsatadi.

L. Vygotskiy g'oyalarida, kognitiv rivojlanish nazariyasi o'rganishda ijtimoiy muloqot va madaniyatning rolini ta'kidlaydi. U bolalar bilimdonroq boshqalar, masalan, o'qituvchilar yoki tengdoshlar bilan yo'naltirilgan ishtirok orqali o'rganadi deb hisoblagan. Asosiy tushunchalarga proksimal rivojlanish zonasi kiradi, bu yerda o'rganish bolaning hozirgi imkoniyatlaridan biroz oshib, qo'llab-quvvatlash bilan sodir bo'ladi, shuningdek, fikrlashni shakllantirishda tilning ahamiyati muhimdir.

Raqamli texnologiyalarga o'tish bilan maktab o'quvchilari uchun mavjud ma'lumot hajmi sezilarli darajada oshdi. Doimiy yangiliklar, xabarlar va ta'limiy kontent oqimi ma'lumotlarni hajmi ortib borayotganidan xabar beradi. Bu esa e'tibor va chuqur tahlil qilish qobiliyatiga salbiy ta'sir qiladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, doimiy axborot oqimiga duchor bo'ladigan o'quvchilar e'tibor jamlash va ma'lumotni qayta ishlashda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin.

Ta'lim standartini sifatli o'zlashtirishni ta'minlash, o'quv va kognitiv kompetensiyani rivojlantirishga ko'maklashish faqat ta'lim faoliyatiga asoslangan yondashuv emas, balki ota-onalar hamkorligi orqali ham bilish mumkin. Keling, "Tarbiya" fanidan darsda va darsdan tashqari mashg'ulotlarda o'quv va kognitiv kompetensiyani shakllantirishning eng muhim o'quvchining bilish funksiyalarini yaxshilash uchun ota-onalarga tavsiyalar faoliyati shakllarini ko'rib chiqaylik:

O'quvchining bilish funksiyalarini yaxshilash bo'yicha ota-onalarga tavsiyalar

Yo'nalish	Tavsiya	Kutiladigan natija
Ta'lim muhitini yaratish	O'quv joyini tashkil etish: Tinch, yorug', chalg'ituvchi narsalardan xoli joy yaratish.	Diqqatni jamlash, samarali o'qish
	Rejimni belgilash: O'qish, dam olish, jismoniy mashqlar va bo'sh vaqtni muvozanatlash.	E'tibor va intizomni oshirish
Bilim olish faoliyatini rag'batlantirish	Kitob o'qish va muhokama qilish: O'qiganlarini suhbatlashish orqali chuqurlashtirish.	Tanqidiy fikrlash va tushunishni rivojlantirish
	Dolzarb mavzularni muhokama qilish: Yangiliklar, ilmiy kashfiyotlar haqida suhbatlashish.	Tahliliy qobiliyat va savol berish ko'nikmasi
	Topishmoqlar va mantiqiy vazifalar: Jumboqlar, krossvordlar, mantiqiy o'yinlar.	Fikrlash va ijodkorlikni rivojlantirish
Emotsional farovonlikni saqlash	Qo'llab-quvvatlash muhitini yaratish: Muvaffaqiyatlarni e'tirof etish, qiyinchiliklarni yengishda yordam berish.	O'ziga ishonch va ijobiy munosabat
	Emotsional savodxonlik: His-tuyg'ularni boshqarish va ifodalashni o'rgatish.	Emotsional barqarorlik, kognitiv faoliyatni qo'llab-quvvatlash

O'quvchilarning o'quv va kognitiv kompetensiyasini rivojlantirishni boshqarish, birinchi navbatda, ta'lim muassasalari o'quvchilarini muammolarni aniqlashga jalb qilishda ota-onalar hamkorligi, maqsadlarni shakllantirish, ularga erishish uchun samarali vositalarni tanlash, rejalarning bajarilishini nazorat qilish va o'quvchilarning mustaqil o'quv va kognitiv faoliyatni boshqarishga tayyorligini rivojlantirishga yordam beradigan muvaffaqiyatli vaziyatlarni tashkil etishdan iborat. Ota-onalar hamkorligi tomonidan ta'lim muhitini to'g'ri tashkil etish, bilim olish faoliyatini rag'batlantirish va emotsional farovonlikni ta'minlash o'quvchining kognitiv funksiyalarini sezilarli darajada yaxshilaydi.

Muhokama. Ta'lim muassasalarida o'quvchilar kognitiv kompetensiyani shakllantirishda ta'lim muhitining psixologik va pedagogik jihatlari muhim rol o'ynaydi. O'quvchilarga motivatsiya yetishmasligi, haddan tashqari yuklama va

emotsional qo'llab-quvvatlashning sustligi psixologik muammolarni keltirib chiqarsa, pedagogik muammolar esa metodlarning bir xilligi, baholash tizimining mos emasligi, ota-onalar hamkorligini samarali tashkil topmaganligi va o'quv dasturlarining cheklanganligi bilan bog'liq. Bu omillar o'quvchining tanqidiy fikrlashi, muammoli vaziyatni hal qilish va o'z-o'zini boshqarish qobiliyatlariga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Muammolarni bartaraf etish uchun qo'llab-quvvatlovchi muhit, innovatsion metodlar va kompetensiyaga asoslangan baholash tizimi zarur.

Natijalar. O'quvchilarda kognitiv kompetensiyani shakllantirishda ta'lim muhitidagi psixologik va pedagogik muammolarni bartaraf etish ijobiy va samarali natijani beradi. Rag'batlantiruvchi muhit, innovatsion metodlar va kompetensiyaga asoslangan baholash tizimi, ota-onalar hamkorligi qo'llanilganda o'quvchilarning tanqidiy fikrlash, muammoli vaziyatni hal qilish va o'z-o'zini boshqarish qobiliyatlari sezilarli darajada rivojlanadi.

Xulosa. Ta'lim jarayonida qo'llab-quvvatlovchi psixologik muhit yaratish, innovatsion pedagogik metodlardan foydalanish, ota-onalar hamkorligini kuchaytirish va kompetensiyaga asoslangan baholash tizimini joriy etish zarur. Ushbu yondashuvlar o'quvchilarda tanqidiy fikrlash, muammoli vaziyatlarni hal qilish va o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi hamda ta'lim sifatini oshirishga yordam beradi.

References

1. O'zbekiston Respublikasi Davlat ta'lim standarti. Toshkent, 2020.
2. Piaget, J. The Psychology of Intelligence. Routledge, 2001.
3. Bruner, J. Toward a Theory of Instruction. Harvard University Press, 1966.
4. Vygotsky, L. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Harvard University Press, 1978.
5. UNESCO. Education for Sustainable Development Goals: Learning Objectives. UNESCO Publishing, 2017.

TA'LIM SIFATINI OSHIRISHDA O'QITUVCHILAR MALAKASINING ROLI

Obloqulova Zuhra Bahodir qizi
Farg'ona shahar 32- MTT tarbiyachisi
"ILM FAN IFTIXORI" KO'KRAK NISHONI SOHIBASI

Annotatsiya: Ushbu ilmiy maqolada ta'lim sifatini oshirish jarayonida o'qituvchilarning kasbiy malakasi va ularning uzluksiz rivojlanishining ilmiy-nazariy asoslari tahlil qilinadi. O'qituvchining kasbiy kompetensiyasi, innovatsion pedagogik texnologiyalarni qo'llay olish salohiyati va didaktik tayyorgarligi ta'lim sifati bilan uzviy bog'liqligi ilmiy asoslangan holda yoritiladi. Shuningdek, malaka oshirish tizimidagi mavjud muammolar va ularni bartaraf etish yo'llari bo'yicha taklif va tavsiyalar beriladi. Tadqiqotda ilg'or xorijiy tajribalar tahlili orqali milliy ta'lim tizimiga mos keluvchi samarali yondashuvlar ishlab chiqiladi.

Kalit so'zlar: Ta'lim sifati, o'qituvchi malakasi, kasbiy kompetensiya, pedagogik texnologiyalar, ilmiy yondashuv, malaka oshirish tizimi, innovatsion ta'lim.

Аннотация: В данной научной статье проводится анализ научно-теоретических основ повышения качества образования в процессе профессионального развития педагогов. Раскрывается взаимосвязь между профессиональной компетентностью учителя, его способностью применять инновационные педагогические технологии, дидактической подготовленностью и качеством образования. Также рассматриваются существующие проблемы в системе повышения квалификации и предлагаются пути их решения. На основе анализа передового зарубежного опыта разрабатываются эффективные подходы, соответствующие национальной системе образования.

Ключевые слова: качество образования, квалификация педагога, профессиональная компетентность, педагогические технологии, научный подход, система повышения квалификации, инновационное образование.

Annotation: This scientific article analyzes the theoretical foundations of improving the quality of education through the professional development of teachers.

It explores the intrinsic link between a teacher's professional competence, ability to apply innovative pedagogical technologies, and didactic preparedness with the overall quality of education. The paper also addresses existing challenges within the teacher training system and offers practical recommendations for their resolution. Furthermore, through the analysis of advanced international practices, effective approaches adaptable to the national education system are proposed.

Keywords: Quality of education, teacher qualification, professional competence, pedagogical technologies, scientific approach, teacher training system, innovative education.

Kirish

Ta'lim sifatining yaxshilanishi — har qanday mamlakat rivojlanishining asosiy omillaridan biri hisoblanadi. Bugungi kunda globallashuv va raqobatbardosh kadrlar tayyorlash ehtiyoji ta'lim tizimidan yuqori sifat talab qilmoqda. Ta'lim sifatini ta'minlashda eng muhim omillardan biri — o'qituvchilarning kasbiy malakasi va doimiy professional rivojlanishidir. O'qituvchilarning bilimlari, pedagogik ko'nikmalari va innovatsion yondashuvlarni qo'llay olish qobiliyati ta'lim jarayonining samaradorligini belgilaydi. Shu bois, o'qituvchilarning malakasini oshirish tizimini takomillashtirish orqali ta'lim sifatini oshirish mumkinligi ilmiy tadqiqotlarda ko'p marotaba ta'kidlanadi[1.3]

Ta'lim jarayonida o'qituvchi nafaqat bilim beruvchi, balki tarbiyachi, yo'naltiruvchi, motivatsiya beruvchi shaxs sifatida ham muhim o'rin tutadi. Zamonaviy ta'lim talabi o'qituvchidan o'z ustida muntazam ishlashni, pedagogik mahoratini rivojlantirishni, axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan samarali foydalanishni taqozo etadi. Shuning uchun ham o'qituvchining kasbiy kompetensiyasi ta'lim sifati bilan bevosita bog'liq bo'lib, uning malakasi yuqori bo'lgan sari ta'lim jarayonining samaradorligi ham ortadi.

So'nggi yillarda ta'lim tizimida amalga oshirilayotgan islohotlar, xususan, o'qituvchilar malaka oshirish kurslarining takomillashgani, innovatsion pedagogik texnologiyalarni joriy etish bo'yicha chora-tadbirlar o'qituvchilarning professional rivojlanishi uchun yangi imkoniyatlar yaratmoqda. Malaka oshirish jarayonida

o'qituvchilarning amaliy ko'nikmalarini rivojlantirish, ularda kreativ fikrlashni shakllantirish hamda metodik yondashuvlarni o'zlashtirishiga alohida e'tibor qaratilmoqda.

Shu bilan birga, o'qituvchilarning malakasini oshirish tizimida mavjud ayrim muammolar — kurslarning amaliyotdan uzoqligi, takroriy va yangilikka boy bo'lmagan dasturlar, zamonaviy texnologiyalar bo'yicha yetarli amaliy mashg'ulotlarning yetishmasligi kabi jihatlar ham tadqiqotchilar tomonidan ko'tarilmoqda. Mazkur muammolarni bartaraf etish ta'lim sifatini oshirishning muhim omili hisoblanadi.

Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'qituvchilarning uzluksiz professional rivojlanishi – ta'lim sifatini ta'minlashning asosiy mexanizmlaridan biridir. O'qituvchi muntazam yangilanib boruvchi bilimlarga ega bo'lgandagina zamonaviy o'quvchilar ehtiyojiga mos ta'limni tashkil eta oladi. Shu sababli, har bir o'qituvchi uchun innovatsion yondashuvlarni o'rganish, malaka oshirish dasturlarida faol ishtirok etish va o'z ustida ishlash bugungi davr talabi hisoblanadi.

O'qituvchi malakasining tushunchasi va uning tarkibi

Kasbiy malaka — o'qituvchining ta'lim jarayonini samarali tashkil etishga qodir bo'lgan bilim, ko'nikma va pedagogik salohiyatidir. U nafaqat mavzuni chuqur bilishni, balki didaktik usullarni qo'llay olishni, o'quvchilarning individual xususiyatlarini inobatga olgan holda dars o'tkazishni, baholash va fikr-mulohaza berishni ham o'z ichiga oladi. Kasbiy kompetensiya tushunchasi esa kasbiy malakadan kengroq bo'lib, pedagogning professional faoliyatida zarur bo'lgan bilim, ko'nikma, axloqiy me'yorlar va shaxsiy sifatlarni o'z ichiga oladi.[2.6]

O'qituvchi malakasining ta'lim sifatiga ta'siri

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'qituvchining malakasi va pedagogik mahorati ta'lim sifatining eng muhim omili hisoblanadi. Malakali o'qituvchi nafaqat o'quv materialini samarali yetkazadi, balki o'quvchilarning bilim olishga bo'lgan qiziqishini uyg'otadi, mustaqil fikrlashga o'rgatadi, zamonaviy pedagogik texnologiyalarni qo'llaydi. Shu bilan birga, malakasi yuqori bo'lgan o'qituvchilar o'quvchilarning akademik yutuqlariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.[3.9]

Kasbiy rivojlanish va malaka oshirishning ahamiyati

Kasbiy rivojlanish jarayoni doimiy va tizimli bo'lishi kerak. Zamonaviy ta'lim talablariga mos kelish uchun o'qituvchilar muntazam ravishda malaka oshirish kurslari, treninglar, seminarlar va ilmiy-amaliy anjumanlarda ishtirok etishlari lozim. Malaka oshirish jarayonida o'qituvchilar yangi pedagogik yondashuvlar, ta'lim texnologiyalari, baholash usullari bilan tanishib, ularni amaliyotga tatbiq etadilar.

Zamonaviy pedagogik texnologiyalar va innovatsiyalar

Ta'limda yangi texnologiyalar va innovatsiyalarni joriy etish o'qituvchidan yuqori malaka talab etadi. Masalan, interaktiv ta'lim vositalari, elektron resurslar, masofaviy o'qitish platformalari kabi innovatsion metodlarni qo'llash ta'lim sifatini oshirishga yordam beradi. Shu bois, o'qituvchilar malakasini oshirishda ushbu texnologiyalarni chuqur o'rganish va qo'llash muhim ahamiyatga ega.[4.6]

Pedagogik texnologiyalarning roli

Pedagogik texnologiyalar ta'lim dasturlari, onlayn ta'lim platformalari, interaktiv multimedia resurslari va hamkorlikdagi raqamli muhitlarni o'z ichiga olgan keng ko'lamli vositalarni qamrab oladi. Ushbu texnologiyalar o'qituvchilarga bugungi o'quvchilarning ehtiyojlari va afzalliklariga moslashtirilgan dinamik va interaktiv o'quv muhitini yaratish uchun turli imkoniyatlarni taqdim etadi. Pedagogik texnologiyalardan samarali foydalangan holda, o'qituvchilar shaxsiylashtirilgan o'quv tajribalarini osonlashtirishi, faol ishtirok etishni rag'batlantirishi va talabalar o'rtasida tanqidiy fikrlash va muammolarni hal qilish ko'nikmalarini rivojlantirishi mumkin. Pedagogik texnologiyalarning integratsiyasi o'qituvchilarga an'anaviy sinf chegaralaridan chiqib ketadigan innovatsion o'qitish strategiyalarini qabul qilishga imkon beradi. Yuzma-yuz o'qitishni onlayn komponentlar bilan birlashtirgan aralash ta'lim yondashuvlari o'quv dasturlarini etkazib berishda moslashuvchanlik va xususiylashtirishga imkon beradi. O'tkazilgan sinf modellari o'quvchilarga dars oldidan mustaqil ravishda o'quv mazmuni bilan shug'ullanish imkoniyatini beradi va shu bilan faol o'quv faoliyati, munozaralar va hamkorlikdagi loyihalar uchun dars ichidagi vaqtni maksimal darajada oshiradi. Bundan tashqari, gamification metodlarni

ta'lim faoliyatini gamify uchun ish mumkin, bunday ball sifatida o'yin kabi elementlar orqali talaba turtki va jalb oshirish, ko'krak nishoni, va peshqadamlar.[5.3]

Malaka oshirish tizimidagi muammolar va takliflar

Malaka oshirish tizimida mavjud bo'lgan kamchiliklar ta'lim sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Jumladan, malaka oshirish kurslari ko'pincha nazariyaga asoslangan bo'lib, amaliy natijasi past; o'qituvchilarni motivatsiya qilish tizimi yetarlicha emas; moliyaviy va tashkiliy qo'llab-quvvatlash kam. Shu bois, malaka oshirish dasturlarini yangilash, ularni amaliy yo'nalishga yo'naltirish, motivatsiya tizimini kuchaytirish, ilg'or xorijiy tajribalarni o'rganish va tatbiq etish muhimdir.

Kasbiy malaka oshirish tizimining samarali mexanizmlari

Malaka oshirish tizimi samaradorligini oshirish uchun bir nechta asosiy mexanizmlar mavjud. Birinchidan, malaka oshirish dasturlari amaliy yo'nalishga ega bo'lishi lozim. O'qituvchilar faqat nazariy bilimlar bilan cheklanmasdan, yangi pedagogik metodlar va innovatsion texnologiyalarni sinf amaliyotida qo'llash imkoniyatiga ega bo'lishlari kerak. Misol uchun, interaktiv o'quv mashg'ulotlari, elektron resurslar, virtual laboratoriyalar va masofaviy o'qitish platformalari orqali o'quv jarayoni diversifikatsiya qilinadi va individual ehtiyojlarga moslashtiriladi.

Ikkinchidan, malaka oshirish tizimida **mentorlik va tajriba almashish** mexanizmi joriy etilishi muhim. Yangi o'qituvchilar tajribali pedagoglar bilan hamkorlikda ishlash orqali real amaliyotda bilim va ko'nikmalarni o'zlashtiradilar. Bu esa o'quvchilarga sifatli ta'lim berish jarayonini sezilarli darajada yaxshilaydi.

Uchinchidan, malaka oshirish kurslarini tashkiliy jihatdan yanada qulay qilish zarur. Kurslar masofaviy, aralash va yuzma-yuz formatda tashkil etilishi, o'qituvchilarga ish bilan bir vaqtda ishtirok etish imkoniyatini berishi lozim. Shu bilan birga, motivatsiya tizimi ham e'tibordan chetda qolmasligi kerak. O'qituvchilarning malakasini oshirishdagi muvaffaqiyatlari baholanishi, rag'batlantirilishi va amaliy natijalari bilan taqqoslanishi lozim.

To'rtinchidan, **innovatsion yondashuvlarni tatbiq etish** – malaka oshirish jarayonining ajralmas qismi hisoblanadi. Xalqaro tajribalar shuni ko'rsatadiki, Finlyandiya, Singapur va Janubiy Koreyada malaka oshirish dasturlari nafaqat yangi

metodikalarni o'rgatadi, balki pedagoglarni ilmiy-tadqiqot faoliyatiga jalb qiladi, o'quv jarayonini tahlil qilish va takomillashtirishga yo'naltiradi. Bu esa ta'lim sifatining doimiy oshishiga xizmat qiladi.

Beshinchidan, malaka oshirish tizimida **raqamli texnologiyalar va onlayn resurslardan foydalanish** bugungi kunda muhim ahamiyat kasb etmoqda. Onlayn platformalar orqali o'qituvchilar dars rejalari, testlar, video materiallar va boshqa resurslarni o'zlashtirishi, shuningdek, boshqa pedagoglar bilan tajriba almashishi mumkin. Virtual seminarlar, webinarlar va elektron kurslar yordamida o'qituvchilar innovatsion pedagogik texnologiyalarni sinfda samarali qo'llash ko'nikmalarini rivojlantiradilar.

Shuningdek, malaka oshirish tizimida **tahliliy yondashuv** ham muhimdir. O'qituvchilar o'z faoliyatini tahlil qilish, natijalarni monitoring qilish va rivojlantirish bo'yicha strategik qarorlar qabul qilishga o'rgatiladi. Buning uchun maxsus o'quv-modullar, baholash vositalari va indikatorlar ishlab chiqilishi lozim.

Xulosa

Ta'lim sifatini oshirishda o'qituvchilarning kasbiy malakasi hal qiluvchi omillardan biri hisoblanadi. Malakali o'qituvchi nafaqat bilim beruvchi, balki o'quvchini mustaqil fikrlash, yangilikka intilish va amaliy ko'nikmalarni shakllantirishga yo'naltiruvchi yetakchi shaxsdir. Mazkur maqolada ta'lim tizimida mavjud muammolar, xususan, o'qituvchilarning malaka oshirish jarayonidagi kamchiliklar tahlil qilinib, ularni bartaraf etish bo'yicha ilmiy asoslangan takliflar berildi. Zamonaviy pedagogik texnologiyalar, kasbiy kompetensiyani rivojlantirishga qaratilgan uzluksiz ta'lim va ilg'or xorijiy tajribalardan unumli foydalanish orqali o'qituvchilar salohiyatini oshirish ta'lim sifatining yuksalishiga xizmat qiladi.

Shuningdek, o'qituvchilarning kasbiy malakasi va doimiy professional rivojlanishi ta'lim sifatini oshirishda nafaqat individual pedagogning yutug'i, balki butun maktab tizimining samaradorligini belgilovchi omil hisoblanadi. Malakali pedagoglar o'quvchilarning bilim olish jarayonida faol ishtirokini rag'batlantiradi, darslarni interaktiv va innovatsion usullarda tashkil qiladi, o'quvchilarning individual

xususiyatlari va qobiliyatlarini hisobga olgan holda shaxsiylashtirilgan yondashuvlarni qo'llaydi.

Ta'lim sifatini oshirishning muhim yo'nalishlaridan biri — pedagoglarni malakasini muntazam nazorat qilish va baholash tizimini joriy etishdir. Shu orqali o'qituvchilarning zaif tomonlari aniqlanadi va ularga yo'naltirilgan qo'llab-quvvatlash, trening va maslahatlar taqdim etiladi. Bu esa o'z navbatida o'quvchilarning akademik yutuqlarini oshirish, mustaqil fikrlash va tanqidiy tahlil qilish ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi.

Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, zamonaviy pedagogik texnologiyalarni tatbiq etish, elektron va raqamli resurslardan foydalanish, masofaviy va aralash o'qitish usullarini joriy etish pedagoglarning kasbiy kompetensiyasini sezilarli darajada oshiradi. Bundan tashqari, ilg'or xorijiy tajribalarni o'rganish va milliy ta'lim tizimiga moslashtirish orqali o'qituvchilarning professional salohiyatini rivojlantirish mumkin.

Shunday qilib, o'qituvchilarning kasbiy malakasi va uzluksiz professional rivojlanishi ta'lim sifatini yaxshilashning eng samarali vositasi hisoblanadi. Bu esa nafaqat o'quvchilarning bilim va ko'nikmalarini oshirish, balki mamlakatning ta'lim tizimini xalqaro standartlar darajasiga ko'tarish, zamonaviy kompetent kadrlarni tayyorlash va innovatsion ta'lim jarayonini shakllantirish imkonini beradi.

Natijada, ta'lim sifatini oshirish bo'yicha strategik qarorlar pedagoglarning malaka oshirish jarayoniga, uzluksiz professional rivojlanishiga va zamonaviy pedagogik texnologiyalarni tatbiq etishiga bog'liq ekanligi ilmiy jihatdan tasdiqlanadi. Shu bois, ta'lim menejmenti va siyosatida o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyasini rivojlantirishni ustuvor vazifa sifatida belgilash zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Karimov I.A. *Yuksak ma'naviyat — yengilmas kuch*. – Toshkent: Ma'naviyat, 2008.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Ta'lim tizimini tubdan isloh qilish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori, 2017-yil.
3. Hasanboyeva M. *Pedagogik texnologiyalar va innovatsiyalar*. – Toshkent: TDPU, 2021.
4. Darling-Hammond, L. (2000). *Teacher quality and student achievement: A review of state policy evidence*. Education Policy Analysis Archives.

5. Fullan, M. (2007). *The New Meaning of Educational Change*. – New York: Teachers College Press.

СУИЦИДАЛ ХУЛҚГА БЎЛГАН МУНОСАБАТНИНГ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

Каримова Дилноза Мансуровна
Қашқадарё вилояти Шаҳрисабз шаҳар 20-сонли мактаб психологи

Аннотация: Ушбу мақолада жамият тарихида суицидал хулқнинг намоён бўлиш сабаблари, психологик хусусиятлари ва унга жамият томонидан бўлган муносабат кенг ёритилган.

Таянч иборалар: ўз жонига қасд қилиш, суицид, суицидал хулқ, суицидал фаоллик, суицидал хавф, урф-одат, ахлоқ, аутодеструкция, эмоционал зўриқиш, номукамаллик, рухий заифлик, азобни енгиб ўтиш, экстраперсонал, интерперсонал.

Аннотация: В данной статье широко освещены причины проявления суицидального поведения в истории общества, его психологические особенности и отношение к нему общества.

Ключевые слова: суицид, суицид, суицидальное поведение, суицидальная активность, суицидальный риск, традиция, мораль, саморазрушение, эмоциональное напряжение, несовершенство, психическая слабость, преодоление страдания, внеличностное, межличностное.

Abstract: In this article, the reasons for the manifestation of suicidal behavior in the history of society, its psychological characteristics and the society's attitude towards it are widely covered.

Key words: suicide, suicide, suicidal behavior, suicidal activity, suicidal risk, tradition, morality, self-destruction, emotional stress, imperfection, mental weakness, overcoming suffering, extrapersonal, interpersonal.

Ўз жонига қасд қилиш муаммоси кишилик жамиятининг илк давридан тортиб, то ҳозиргача давом этиб келаётган ижтимоий воқеликдир. Бунда нафақат шахснинг ҳаётдан кўнгилли равишда кетиш ҳолатига нисбатан муносабатларнинг ўзгаришини кузатиш мумкин, балки ўз жонига қасд қилиш (**суицид** – лотинча сўздан олинган бўлиб, ***sui caedere*** - ўз жонига қасд қилиш маъносини билдиради) ҳолатларига нисбатан кишилик жамияти тараққиётининг турли даврларида ва турлича маданиятларда муносабат ўзгача бўлганлиги ҳам кузатилади.

Қадимда деярли барча халқларда урф-одат тусига кирган ўз жонига қасд қилиш маросими (ритуали) мавжуд бўлган. Қадимги одат ва расм-русумлар орасида ўз жонига ихтиёрий қасд қилиш қариялар, ҳарбий юришларда ёки овларда фойдаси тегмаган қабиланинг аъзолари томонидан содир этилиши ўзига хос қонун тариқасига кирган бўлса, ёш эркак ёки аёл жинсига мансуб қабила аъзолари томонидан ўз жонига қасд қилинишига қаттиқ таъқиқ қўйилган.

Қадимги Хитойда ўзини кўнгилли равишда худолар учун қурбонликка бағишлаш, уй ёки ибодатхона қурилишида ўз жонига қасд қилиш содир этилган. Бунда марҳум руҳининг иморатни ёвуз кучлардан қўриқлашига ишонишган. Қадимги Ҳиндистонда эса ўз жонига қасд қилиш ҳолатлари чўктириш ёки ўзини ёқиш, шунингдек оммавий равишда йирик ғилдираклар остига ташлаб ўзини қурбон қилиш кўринишида кенг тарқалган эди [2].

Шу ўринда бева аёлларнинг ўз жонига қасд қилишлари ҳақида алоҳида тўхталиб ўтиш лозим. Жумладан, Рим ва славян маданиятларида бевалар томонидан содир этилувчи суицид уларнинг ўз турмуш ўртоқларига содиқлигининг исботи ҳисобланган. Бу ҳолат Ҳиндистонда оммавий хусусият касб этиб, яқин даврларгача сақланиб келган.

Қадимги Миср маданияти цивилизациясининг маълум даврларида ўз жонига қасд қилиш ҳолатларига нисбатан муносабат анчагина толерантлик хусусиятига эга бўлган. Қадимги Ҳинд қонунларида маросимли ўлим ва бевалар суицидига йўл қўйган ҳолда маиший хусусиятга эга бўлган аутоагрессия қораланиб, буддизмнинг фалсафий концепциясида ўз жонига қасд қилиш кескин

қораланмайди. Ҳаётдан кўнгилли кетиш, қайта туғилишнинг чексизлик ғилдирагини тўхтатмайди, аммо ҳайвон ёки иблис кўринишида қайта туғилишга олиб келади, деб таъкидланади [5].

Антик дунёда ўз жонига қасд қилишга муносабат чидаш ва баъзи ҳолларда рағбатлантиришдан то қонун билан ман этишгача алмашилиб турган. Қадимги Юнонистонда жиноятчига оммавий қатлни ёки ўз жонига қасд қилишни танлаш имконияти берилган. Шунинг учун ўз жонига қасд қилиш ҳаёт билан ўлим ўртасидаги танлашнинг эркинлиги ва ижодий акти ҳисобланган. Қадимги юнон файласуфи Диоген Синопский, афсонага кўра, нафасини тўхтатиш билан ўз жонига қасд қилиб, ҳаётини тугатган.

Пифагор ҳаётни тангри томонидан берилган моҳият сифатида тасаввур этиб, инсон унга бўйсунити лозим деб ҳисоблаган. Унинг бундай хулосага келишига сонлар назарияси сабаб бўлиб, унга кўра, айнан бир вақтда фаолият юритадиган маълум миқдордаги рух мавжуддир. Ўз жонига қасд қилиш эса маънавий математиканинг мувозанатини бузади. Чунки бунда дунёда тасодифий бўшлиқ шаклланади [3].

Афлотуннинг қарашларида эса юқоридаги икки тасаввур ҳам бирлаштирилган ҳолда, ўз жонига қасд қилиш дезертирликка (қочиш, бўйин товлаш) тенглаштирилган.

Арасту суицидни давлат мақсадларига қарши қаратилган ҳаракат сифатида баҳолаб, бундай ҳаракат жазоланиши керак деб ҳисоблаган. Рим тарихи ўзида буюк инсонлар Катон, Антоний, Суқрот, Сенека кабиларнинг ўз жонига қасд қилиши ҳолатлари гувоҳлигини сақлаб келган.

Рим империясининг охири давларига келиб зодагонлар суицидига ҳурмат билан қараб келиниши билан бир вақтда, қуллар томонидан содир этиладиган ўз жонига қасд қилиш ҳолатлари эпидемияга айлана бошлаган.

Ўз жонига қасд қилишни биринчи бўлиб IV асрда авлиё Августин қоралаб чиқди. У суицидни диний таълимотни бузувчи қотилликнинг шакли деб ҳисоблайди. Авлиё Августин жамиятнинг суицид ҳолатига нисбатан жиноят сифатида қарашини оқлаган ҳолда тўрт далил, яъни асосни келтириб ўтади:

- айбдор инсон ўлим ҳуқуқига эга эмас (айби бўлмаган ҳолда айбдордек ўлиши мумкин эмас);

- ўз жонига қасд қилувчи ўз жонини олар экан, у инсонни ўлдиради;

- софдил руҳ барча азоб-уқубатларни енгиб ўтади;

- ўз жонига қасд қилган гуноҳкорлар энг ёмон одам сифатида ўлади.

Фома Аквинский XIII асрда ўз жонига қасд қилишни қатъий қоралаб, ўз жонига қасд қилишлик қуйидаги сабаблар туфайли нотўғри ҳаракатдир деб ҳисоблаган:

- ўз жонига қасд қилишлик табиат қонунининг бузилиши бўлиб, унга кўра «ҳар бир табиий нарса ўзининг мавжудлигини сақлаши зарур» ва ўзини севиши лозимдир;

- бу ахлоқ қонунининг бузилишидир, чунки бундай ҳаракат асосида ўз жонига қасд қилган инсон жамиятга зиён етказди;

- ўз жонига суиқасд қилишлик тангри қонунининг бузилиши бўлиб, унга кўра инсон бўйсуниши лозим ва ҳаётдан маҳрум қилиш ҳуқуқи фақатгина оллоҳга тегишлидир [5].

Ўрта асрларда христиан черковлари ўз жонига қасд қилиш ҳолатларига нисбатан қотилликдан кўра мурасасиз муносабатда бўлган. Бунга асосланиб эса қотил ўзи қилган гуноҳига тавба қилиши мумкин, ўз жонига қасд қилган инсон эса ўзини бундай имкониятдан маҳрум этиши келтириб ўтилган.

Европа ўрта асрларда ўз жонига суиқасд қилганларни жинойтчилар сифатида ҳисоблаб, уларнинг жасадларини йўллар кесишган жойларда дафн қилишган.

Суицидал хулқ тадқиқотчилар томонидан аутодеструктив (ўзини ўзи маҳкум этувчи) хулқ тарзида кўрилиб, унинг белгиси сифатида ўз шахси ва саломатлигини онгли равишда бузиш тенденцияси намоён бўлади деган хулосага келинган. Амалга оширилган назарий таҳлил асосида Р.Ф.Баумистер, С.Ж.Черлар аутодеструктив хулқнинг уч типини кўрсатиб ўтишади [5]:

Бирламчи аутодеструкция - индивид ўзига зарар етказишга уринади ва онгли равишда уни амалга оширади. Бундай хулқ асосини инсондаги кучли

салбий эмоциялар ташкил этиб, ўзининг камчиликларига диққатнинг қаратилиши туфайли, ўзига нисбатан салбий муносабатни шакллантиради.

Иккиламчи аутодеструктив хулқ атворнинг қарама-қарши томони сифатида самарасиз стратегия бўлиб, инсонлар эзгу мақсадларга интилишади, аммо самарасиз стратегияни қўллаган ҳолда ўзларига зиён-заҳмат етказишга уринади.

Учинчи аутодеструктив типда инсон ўзаро бир-бирини истисно этувчи икки мақсадни кўзлайди. Бир неча қарама-қарши мақсадлар доирасидан бирини танлаш, унга сарфланган ҳаракатлар ижобий натижалардан юқори бўлиб, фикрларда хатоликлар мавжуд эканлигидан дарак беради.

Замонавий психологияда суицидал фаолликни келтириб чиқарувчи омилларни экстраперсонал (ташқи) ва интерперсонал (ички) омилларга ажратиш анъана бўлган. Суицидал фаолликни келтириб чиқарувчи экстраперсонал омиллар тарзида:

1) психозлар, психик бузилишлар; 2) ўз жонига суиқасд қилиш тўғрисида вербал ахборот билдириш, такрорий суицидлар, суициддан сўнги 3 ой (эрта постсуицид); 3) ўсмирлик ёши; 4) экстремал вазиятлар, бегоналашув, ёлғизлик; 5) оиладаги, жамиятдаги ижтимоий мавқенинг йўқотилиши, айниқса ўз атрофидаги тенгдошлари орасида исталган статусига (ўрнига) эга бўлмаслик; 6) низоли ва жароҳатловчи вазиятлар; 7) алкоголь ва наркотик моддаларни истеъмол қилишни келтириш мумкин.

Суицидал фаолликни келтириб чиқарувчи интроперсонал омиллар сифатида:

1) характер акцентуацияси; 2) эмоционал юкламаларга нисбатан чидамлилиқнинг пасайиши; 3) коммуникатив жараёнларнинг тўлақонли бўлмаслиги; 4) ўзига-ўзи тўғри баҳо бера олмаслиги; 5) ҳаётий қадриятлар ва установкаларни бўлмаслиги ёки етарли эмаслиги тан олинади

Адабиётлар

1. Амбрумова А.Г. Психология самоубийства. // Социальная и клиническая психиатрия. Москва, 1996. Т.6.-вып.4.14-20 с.
2. Аванесов С. Философская суицидология. // Курс лекций. -Томск. 2000. – 172 с.

OLIMPIYA TERMA JAMOASI SPORTCHILARINI MUSOBAQAGA PSIXOLOGIK TAYYORLASHDA ZAMONAVIY TEXNOLOGIK VOSITALARDAN FOYDALANISH AHAMIYATI

*Nazarov Davron Baxtiyor o'g'li
Alfraganus universiteti "Psixologiya" kafedrasi v.b. dotsenti, psixologiya
fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

Annotatsiya. Mazkur maqolada zamonaviy sport psixologiyasida psixologik barqarorlik va stressga chidamlilikni oshirish masalalari hamda ularni baholash va monitoring qilishda texnologik vositalarning ahamiyati tahlil qilinadi. Olimpiya sportida sportchilardan yuqori darajadagi stressga chidamlilik, emotsiyalarni nazorat qilish va psixofiziologik moslashuv talab etiladi. Tadqiqotda ROFES, poligraf va Psychotest apparatlari sportchilarning ruhiy va fiziologik holatini raqamli, obyektiv va standartlashtirilgan mezonlar orqali baholashda samarali vosita ekanligi ko'rsatilgan. Ushbu zamonaviy texnologiyalar tayyorgarlik jarayonini individual monitoring qilish, psixologik tayyorgarlik strategiyasini shakllantirish va musobaqaga tayyorgarlik samaradorligini oshirish imkonini beradi. Shuningdek, yuqori natijali sportchilarda ijtimoiy moslashuv qobiliyati, stressga chidamlilik va emotsional barqarorlikni ta'minlashning sport psixologiyasidagi dolzarb ahamiyati ham ta'kidlab o'tilgan.

Аннотация. В данной статье анализируются вопросы повышения психологической устойчивости и стрессоустойчивости в современной спортивной психологии, а также значение технологических средств в их оценке и мониторинге. В олимпийском спорте от спортсменов требуется высокий уровень стрессоустойчивости, эмоционального контроля и психофизиологической адаптации. В исследовании показано, что аппараты РОФЭС, полиграф и Psychotest являются эффективными инструментами оценки психического и физиологического состояния спортсменов с помощью цифровых, объективных и стандартизированных критериев. Эти современные технологии позволяют осуществлять индивидуальный мониторинг процесса подготовки, формировать стратегию психологической подготовки и повышать эффективность подготовки к соревнованиям. Также подчеркивается актуальное

значение в спортивной психологии обеспечения социальной адаптации, стрессоустойчивости и эмоциональной устойчивости у спортсменов с высокими результатами.

Abstract. This article analyzes the issues of increasing psychological stability and stress resistance in modern sports psychology, as well as the importance of technological tools in their assessment and monitoring. In Olympic sports, athletes are required to have a high level of stress resistance, control of emotions, and psychophysiological adaptation. The study showed that the ROFES, polygraph, and Psychotest devices are effective tools for assessing the mental and physiological state of athletes using digital, objective, and standardized criteria. These modern technologies allow for individual monitoring of the training process, the formation of a psychological training strategy, and increasing the effectiveness of competition preparation. The relevance of ensuring the ability for social adaptation, stress resistance, and emotional stability in high-performing athletes in sports psychology is also emphasized.

Kalit soʻzlar: sport psixologiyasi, psixofiziologik tayyorgarlik, stressga chidamlilik, emotsional barqarorlik, ROFES, poligraf, Psychotest, Olimpiya sporti, individual monitoring, psixologik tayyorgarlik, raqamli diagnostika.

Ключевые слова: спортивная психология, психофизиологическая подготовка, стрессоустойчивость, эмоциональная стабильность, РОФЭС, полиграф, Psychotest, Олимпийский спорт, индивидуальный мониторинг, психологическая подготовка, цифровая диагностика.

Key words: sports psychology, psychophysiological readiness, stress resistance, emotional stability, ROFES, polygraph, Psychotest, Olympic sports, individual monitoring, psychological readiness, digital diagnostics.

KIRISH

Yurtimizda oʻsib kelayotgan yosh avlodni maʼnaviy-axloqiy jihatdan yetuk, jismonan sogʻlom va barkamol shaxs sifatida tarbiyalash davlat va jamiyat oldidagi eng muhim strategik vazifalardan biridir. Shu nuqtayi nazardan, ularning jismoniy, ruhiy, axloqiy va maʼnaviy sifatlarini rivojlantirish, sogʻlom turmush tarzini targʻib

qilish, vatanparvarlik tuyg'ularini shakllantirish va ijtimoiy faolligini oshirish jarayonida jismoniy tarbiya va sportning roli beqiyos ahamiyatga ega.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 20-yanvardagi "Yoshlar siyosati va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida" PF-18-son Farmoni¹⁹ da aholi o'rtasida sportni ommalashtirish va sog'lom turmush tarziga keng jalb etish, sport ta'limi tizimini takomillashtirish, sport turlari bo'yicha yuqori natijador sportchilar zaxirasini yaratish; Olimpiya va Paralimpiya harakatini rivojlantirish, nufuzli xalqaro musobaqalarda sportchilarning muvaffaqiyatli ishtirokini ta'minlash; sport infratuzilmasini modernizatsiya qilish, sohani bosqichma-bosqich raqamlashtirish, sohada xalqaro hamkorlikni rivojlantirish sport vazirligi faoliyatining ustuvor yo'nalishlari sifatida belgilangan. Mazkur ustuvor yo'nalishlardan kelib chiqib, yuqori malakali sportchilarni musobaqalarga kompleks tayyorlash, ularning raqobatbardoshligini oshirish va barqaror sport natijalariga erishishni ta'minlash dolzarb ilmiy-amaliy vazifalardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, Olimpiya terma jamoasi sportchilarini musobaqalarga psixologik jihatdan tayyorlash jarayonida zamonaviy texnologik vositalardan foydalanish, psixologik monitoring va tahlil tizimlarini joriy etish hamda sportchilarga ko'rsatiladigan psixologik-pedagogik yordam mexanizmlarini xalqaro standartlar asosida ishlab chiqish va amaliyotga tatbiq etish muhim ahamiyat kasb etadi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Hozirgi kunga qadar sport psixologiyasi aniq psixologik vazifalarni (masalan, psixologik barqarorlikni shakllantirishni) to'liq hal etishga imkon beradigan texnologiyalarni taklif eta olgani yo'q. Aksincha, u ko'pincha umumiy xarakterga ega bo'lgan tavsiyalar majmuasini taqdim etadi va aniq nazorat nuqtalari hamda samaradorlik mezonlarisiz uzoq muddatli ish jarayonini nazarda tutadi, ayniqsa aniq psixologik vazifalarni hal etish masalasida. Shu sababli, psixologik ishlarning zarurati va muhimligini anglagan holda ham, murabbiylar va sportchilar psixologik tavsiyalarni

¹⁹ <https://www.lex.uz/uz/docs/-6765590> O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Yoshlar siyosati va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida" 20.01.2024 yildagi PF-18-son Farmoni.

qabul qilish va ularni amaliyotga tatbiq etishga yetarli darajada tayyor bo'lmay qolmoqdalar. [1; 10-bet]

Olimpiya sporti sportchi faoliyatida shunday murakkab vaziyatlarni yuzaga keltiradiki, bu holatlarda undan yuqori darajadagi stressga chidamlilik, o'zini tuta bilish, maqsadga erishishga xalaqit beruvchi kuchli destruktiv va ayrim hollarda ijobiy emotsiyalarni nazorat qila olish qobiliyati talab etiladi. Ushbu talablar nafaqat musobaqa jarayonida, balki undan tashqarida ham sportchining psixologik reaksiyalarini boshqarish va ularni ongli ravishda nazorat qilish tizimini doimiy ravishda takomillashtirish zaruratini yuzaga keltiradi.

Mazkur holat, ayniqsa, yuqori sport natijalariga erishgan sportchilar uchun dolzarb ahamiyat kasb etadi, chunki ular doimiy ravishda ommaviy axborot vositalari, muxlislar va jamoatchilik diqqat markazida bo'ladilar. Minglab tomoshabinlar qarshisida chiqish qilish, ommaviy axborot vositalari vakillariga tez-tez intervyu berish, psixologik muammolar xavfini oshirishi mumkin. Shu bois, yuqori malakali sportchilarning ijtimoiy moslashuvi sport psixologiyasining ustuvor vazifalaridan biri hisoblanadi. [2; 7-bet].

...boshqalardan farqli ravishda AQSH o'z olimpiyachilarini nafaqat yuqori darajada taktik-texnik, jismoniy tayyorgarligiga, balki har bir sportchining psixologik tayyorgarligiga ham jiddiy e'tibor beradi. Amerika psixologlar assotsiatsiyasi (APA) ma'lumotiga ko'ra, oxirgi paytlarda Olimpiya darajasidagi sportchilar bilan psixologik yo'nalishida olib borilayotgan ishlar, ehtiyoj asosida keskin oshirilmoqda. Maykl Felps va Simona Baylz kabi juda katta tajribaga ega, nomdor va eng mashhur sportchilarda ham psixologik muammolar uchrashi, ular mutaxassis psixologlar bilan ishlashi APA'ning rasmiy saytida keltiriladi.

“Biz AQSHga yetib olishimizgacha ancha bor” deb o'tirish yaramaydi. Zamonaviy professional sport transformatsiyaga uchrayotganini tan olish, eskicha uslubda ishlayotgan murabbiylar hamda mashg'ulotlarni olib borayotgan sportchilar, ayniqsa natija past bo'lgan hollarda nimanidir o'zgartirish, rivojlanish, yangiliklarni qabul qilishni o'rganishlari zarur bo'lgan vaqt keldi. Yuqoridagilardan kelib chiqib, mutaxassis psixolog va amaliyotchi sport psixologi sifatida quyidagi faktlarni to'pladik

hamda ularni professional sport sohasidagi murabbiylar, ayniqsa sportchilarimiz, qo'shimcha ravishda mutasaddilar bilishlari foydadan holi bo'lmaydi degan fikrdamiz (Akobir Abdullayev). [4]

NATIJA VA MUHOKAMA

Musobaqaga tayyorgarlik jarayonida sportchilarda stress, charchoq, motivatsiya pasayishi va konsentratsiya darajasidagi o'zgarishlar keng tarqalgan psixofiziologik hodisalardir. Ushbu o'zgarishlarni aniqlash va sportchining holatini obyektiv tarzda baholash uchun ROFES apparati samarali vosita hisoblanadi.

Rofes — bu elektropunkturaga asoslangan apparat-dasturiy tizim bo'lib, inson organizmining umumiy funksional holati, stress darajasi, vegetativ tonus va psixo-emotsional reaksiya kabi parametrlarni baholash imkonini beradi.

<https://rofes.uz/production/rofes-professional/>



ROFES apparati sportchining psixofiziologik holatini bir nechta yo'nalishda tahlil qilish imkonini beradi. Stress va charchoq darajasi vegetativ nerv tizimi reaksiyalari orqali aniqlanadi, emotsional barqarorlik ruhiy holat indeksi yordamida baholanadi, adaptatsion resurslar esa sportchining stressga qarshi moslashuv qobiliyatini o'lchashga xizmat qiladi. Shuningdek, energetik balans organizmning umumiy holatini ko'rsatadigan parametrlar bilan ifodalanadi. Ushbu ko'rsatkichlar sport psixologiga sportchining ruhiy va fiziologik holati to'g'risida aniq xulosalar chiqarishga imkon yaratadi.

ROFES apparati tayyorgarlikning turli bosqichlarida ruhiy bosimning ortib borayotgan yoki yo'qligini, stressga chidamlilik darajasini va maksimal darajadagi emotsional yukni oldindan aniqlash imkonini beradi. Monitoring natijalari sport psixologi va murabbiyga individual tayyorgarlik rejasini moslashtirish imkonini beradi hamda tayyorgarlik samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, monitoring sportchining individual xususiyatlarini hisobga olgan holda tayyorgarlik rejalarini optimallashtirishga ham yordam beradi.

ROFES apparatining ilmiy va amaliy ahamiyati shundaki, u sportchining ruhiy va fiziologik holatini subyektiv baholash o'rniga raqamli ko'rsatkichlar yordamida tahlil qilish imkonini beradi. Natijada, stress va diqqat darajasining o'zgarishini musobaqa oldi holatlarda aniqlash mumkin bo'ladi. Mazkur natijalarga asoslangan holda individual tayyorgarlik strategiyasini shakllantirish imkoniyati yuzaga keladi. ROFES an'anaviy klinik diagnostik vosita emas, balki qo'shimcha metod sifatida ishlatiladi. [6]

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, ROFES apparati sportchilarning psixologik tayyorgarligini baholashda stress holatini aniqlash, emotsional barqarorlikni tahlil qilish, individual tayyorgarlik samaradorligini oshirish va murabbiy hamda psixologga aniq vaqt qiymatlarni taqdim etish imkonini beradi. Shu orqali zamonaviy texnologik vositalar yordamida sportchilarning musobaqaga psixologik tayyorligi kompleks va aniq tarzda kuzatilib, tayyorgarlik natijalari yaxshilanadi.

Poligraf apparati insonning fiziologik javoblarini aniq vaqt rejimida o'lchash va tahlil qilish imkonini beruvchi qurilma hisoblanadi. Poligraf yurak urishi, qon bosimi, nafas tezligi va ritmi, ter bezlari faoliyati (galvanik ter reaksiyasi) kabi parametrlarni tahlil qiladi.

Poligraf (ko'pincha "yolg'on detektor" deb ataladi) — bu insonning fiziologik reaksiyalarini, jumladan yurak urishi, qon bosimi, nafas tezligi va ter bezlarining faoliyatini o'lchash orqali uning **emotsional va stress holatini** aniqlashga xizmat qiluvchi apparat. <https://sudex.uz/?p=3407>



Yurak urishi va qon bosimi o'zgarishi stress yoki tashvish darajasini ko'rsatadi. Doimiy yuqori puls yoki qon bosimi ortiqcha stressni bildiradi. Nafas tezligi va ritmi musobaqaga tayyorlik va emotsional barqarorlikni baholash imkonini beradi. Chuqur va ritmik nafas stressni kamaytiradi, tez va nomutanosib nafas esa ortiqcha asabiylashuvni bildiradi. Ter bezlari faoliyati esa nerv tizimi javoblari va psixologik yuklanish darajasini aniqlashda ishonchli indikator hisoblanadi. Ushbu o'lchovlar sport psixologiga obyektiv va raqamli ma'lumot beradi hamda individual psixologik

tayyorgarlik darajasini aniqlashga yordam beradi. Poligraf orqali olingan ma'lumotlar boshqa psixologik testlar bilan birgalikda ishlatilganda sportchining umumiy holatini yanada aniq baholash mumkin. [5]

Poligrafning ilmiy ahamiyati shundaki, u sportchining fiziologik va psixologik holatini raqamli va obyektiv tarzda baholash, stress va emotsional barqarorlikni tahlil qilish hamda musobaqaga tayyorgarlik jarayonida psixofiziologik moslashuvni kuzatish imkonini beradi. Shu bilan birga, poligraf sport psixologiyasi va sport fiziologiyasi sohalarida yangi tadqiqotlar olib borish uchun ma'lumot manbai sifatida ham ishlatiladi. Amaliy jihatdan poligraf tayyorlov mashg'ulotlarini individual moslashtirish, musobaqa oldi psixologik treninglarni samarali rejalashtirish va aniq vaqt rejimida sportchining psixofiziologik holatini nazorat qilish imkonini beradi, ortiqcha stress yoki charchoqni oldini oladi. [7]

Poligraf natijalari mustaqil tibbiy tashxis vositasi emas, shuning uchun u boshqa metodlar bilan birgalikda qo'llanilishi tavsiya etiladi, masalan, psixologik testlar yoki sport psixologi kuzatuvlari. Shu bilan birga, poligraf apparati sportchilarning musobaqaga tayyorgarligini baholashda stress va emotsional yuklanishni aniqlash, tayyorlov jarayonini individual moslashtirish, psixologik trening va mashg'ulot samaradorligini oshirish hamda sportchining ruhiy barqarorligini mustahkamlashda muhim vosita hisoblanadi. Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, poligraf sport psixologining ishini obyektivlashtiradi va musobaqaga tayyorgarlikni maksimal samarali qilishga yordam beradi. Zamonaviy texnologik vosita sifatida esa sportchilarning psixofiziologik holatini baholashda va murabbiylar uchun qaror qabul qilishni soddalashtirishda muhim rol o'ynaydi.

Psychotest apparati - bu kompyuter yordamida ishlovchi psixologik baholash va diagnostika tizimi bo'lib, sport psixologiyasida sportchilarning ruhiy holati, stress darajasi, motivatsiyasi, diqqat va konsentratsiya qobiliyati hamda psixofiziologik tayyorgarligini obyektiv va standartlashtirilgan tarzda aniqlash imkonini beradi. Apparatura avtomatlashtirilgan testlarni taqdim etadi, javoblarni avtomatik qayd qiladi, natijalarni statistik va normativ ko'rsatkichlar bilan solishtiradi hamda

hisobotlarni tez va aniq generatsiya qiladi, bu esa sport psixologiga individual baholashda qulaylik yaratadi.

Psychotest — bu psixodiagnostika va psixologik baholashni avtomatlashtirishga mo'ljallangan **kompyuter asosidagi apparat va dasturiy kompleks** bo'lib, insonning ruhiy, emotsional va kognitiv holatini o'lchash uchun psixologik sinovlar (testlar)ni taqdim etadi. U oddiy psixologik testlarni elektron shaklda boshqaradi, natijalarni avtomatik qayd etadi va tahlil qiladi, bu esa klassik testlar bilan solishtirganda **aniq va tez natija beradi.**

<https://neuroimpulse.uz/uz-nc-pshyhotest-expert/>



Sport psixologiyasida “Psychotest” apparati quyidagi psixologik va kognitiv parametrlarni baholashda muhim vosita hisoblanadi: stressga javob, diqqat va konsentratsiya darajasi, tezkor qaror qabul qilish, emotsional barqarorlik, motivatsiya darajasi va kognitiv bilish funksiyalar. Bu parametrlar sportchining ruhiy va psixofiziologik tayyorgarligini baholashga imkon beradi va tayyorgarlik jarayonini individual tarzda optimallashtirish uchun asos yaratadi. [3; 52-53-54 betlar]

Ilmiy nuqtayi nazardan esa sportchining psixologik va kognitiv ko'rsatkichlarini raqamli, standartlashtirilgan usulda o'lchashga yordam beradi. Shu asosda apparat sport psixologiyasi, sport fiziologiyasi sohalarida tadqiqotlar olib borish, stress va emotsional yuklanish dinamikasini tahlil qilish hamda tayyorgarlik jarayonini optimallashtirish uchun ishonchli ma'lumot manbai sifatida xizmat qiladi. Amaliy jihatdan esa sportchilarning tayyorlov mashg'ulotlarini individual xususiyatlariga moslashtirish, musobaqa oldi psixologik treninglarni samarali rejalashtirish va aniq vaqt rejimida sportchining psixofiziologik holatini nazorat qilish imkonini beradi. Bu ortiqcha stress va charchoqni oldini olish, musobaqa jarayonida diqqat va konsentratsiyani maksimal darajada saqlash hamda sportchining ruhiy barqarorligini mustahkamlashga yordam beradi. Shuni ta'kidlash lozimki, Psychotest

natijalari murabbiy kuzatuvlari va boshqa diagnostik metodlar bilan birgalikda qo'llanilganda maksimal samaradorlik beradi.

XULOSA

Zamonaviy Olimpiya sportida sportchilarning yuqori natijalarga erishishi ularning psixologik barqarorligi va psixofiziologik moslashuv darajasiga bevosita bog'liqdir. ROFES, poligraf va Psychotest kabi zamonaviy texnologik vositalar sportchilarning ruhiy va fiziologik holatini obyektiv, raqamli va standartlashtirilgan ko'rsatkichlar asosida baholash imkonini beradi. Ushbu apparatlar yordamida individual monitoringni tashkil etish, stress va charchoq holatlarini erta aniqlash hamda tayyorgarlik jarayonini optimallashtirish mumkin. Texnologik diagnostikani sport psixologi va murabbiylar faoliyatiga kompleks tarzda joriy etish sportchilarning musobaqaga psixologik tayyorligini oshirish va raqobatbardoshligini ta'minlashda muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. В.Р.Малкин. Психотехнологии в спорте: [учеб. пособие] / В.Р. Малкин, Л.Н.Рогалева ; [науч. ред. В. Н. Люберцев]. - Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2013. - 96 с.
2. Н.Л.Высочина. Психологическое обеспечение подготовки спортсменов в олимпийском спорте: монография / Н.Л.Высочина. – Москва: Спорт, 2021. – 302 с.
3. А.С.Кац., Ю.И.Смолина., А.А.Зверев. Возможности компьютерной психодиагностики личности в образовательном процессе вузов спортивного профиля: результаты пилотажного исследования. <https://cyberleninka.ru/article/n/vozmozhnosti-kompyuternoy-psihodiagnostiki-lichnosti-v-obrazovatelnom-protssesse-vuzov-sportivnogo-profilya-rezultaty-pilotazhnogo/viewer>
4. <https://olamsport.com/oz/news/sportchilar-uchun-psixologik-tayyorgarlik-haqida-5-ta-fakt>
5. https://www.polytest.org/how-lie-detector-tests-promote-fair-play-in-sports/?utm_source.com
6. <https://vk.com/rofesrussia>
7. <https://sciencesport.ru/>

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ НЕСВОЕВРЕМЕННОГО ПРОЦЕССА СЕПАРАЦИИ У ПОДРОСТКОВ

*Мухамедова Мадинахон Баходировна
Независимый соискатель ТГПУ им. Низами
Психолог ДОО № 424*

Аннотация. В статье рассматриваются психологические и социальные последствия несвоевременного протекания процесса сепарации у подростков. Теоретический анализ основан на концепциях сепарации–индивидуации, теории привязанности и системном подходе к семейным отношениям. Представлены результаты эмпирического исследования с применением стандартизированных психодиагностических методик, выявляющие устойчивую связь между задержкой сепарации, повышенным уровнем тревожности, сниженной самооценкой и нарушением социальной адаптации подростков. Полученные данные подчёркивают значимость своевременного формирования психологической автономии и необходимость комплексного психологического сопровождения подростков и их семей.

Ключевые слова: подростковый возраст, психологическая сепарация, привязанность, автономия, тревожность, социальная адаптация, семейные отношения

Abstract. This article examines the psychological and social consequences of a delayed separation process in adolescents. The theoretical framework is based on the concepts of separation–individuation, attachment theory, and a systemic approach to family relationships. The study presents the results of an empirical investigation using standardized psychodiagnostic methods, revealing a stable association between delayed separation, increased anxiety levels, decreased self-esteem, and impaired social adaptation in adolescents. The findings emphasize the importance of timely development of psychological autonomy and highlight the need for comprehensive psychological support for adolescents and their families.

Введение. Подростковый возраст является одним из наиболее значимых этапов психического развития личности, в рамках которого формируются

основы автономии, самосознания и социальной идентичности. В этот период происходит активная перестройка системы отношений с родителями и значимыми взрослыми, что обуславливает особую роль процесса психологической сепарации.

Психологическая сепарация представляет собой сложный и многоуровневый процесс эмоционального, когнитивного и поведенческого отделения подростка от родительских фигур при сохранении устойчивой эмоциональной связи. Своевременное и адекватное прохождение данного процесса является необходимым условием формирования зрелой личности, способной к самостоятельному принятию решений и эффективной социальной адаптации.

Несвоевременное или искажённое протекание процесса сепарации может привести к сохранению эмоциональной зависимости, снижению автономии и формированию различных форм психологической дезадаптации. В условиях современных социальных и семейных трансформаций проблема задержки сепарации приобретает особую актуальность, что обуславливает необходимость её комплексного научного изучения. Целью настоящего исследования является анализ психологических и социальных последствий несвоевременного процесса сепарации у подростков на основе теоретического анализа и эмпирических данных.

Теоретические основания исследования

Проблема сепарации–индивидуации получила фундаментальное теоретическое обоснование в психоаналитических и развивающих концепциях. Согласно представлениям М. Малер, процесс сепарации является ключевым механизмом формирования целостного Я и психологической автономии. Незавершённость данного процесса приводит к фиксации на ранних формах зависимости и нарушению идентичности.

В рамках теории привязанности подчёркивается, что способность к автономии формируется на основе надёжной эмоциональной связи с родительской фигурой. При тревожных и амбивалентных стилях привязанности

подросток сталкивается с внутренним конфликтом между стремлением к самостоятельности и страхом утраты значимых отношений, что затрудняет процесс психологического отделения. Современные системные подходы рассматривают сепарацию как результат взаимодействия индивидуальных особенностей подростка и характеристик семейной системы. Нарушение психологических границ, гиперопека и эмоциональное слияние препятствуют формированию устойчивой автономии и способствуют развитию тревожных состояний, неуверенности и социальной дезадаптации.

Методология исследования.

В исследовании приняли участие **300 подростков** в возрасте от 12 до 16 лет. В выборку вошли 158 девушек и 142 юноши, обучающиеся в общеобразовательных учреждениях. Участники представляли как полные, так и неполные семьи.

Для комплексной оценки процесса сепарации и связанных с ним психологических характеристик использовались следующие методики:

- шкала сепарации–индивидуации для подростков (разработанный Дж. Хоффманом);
- опросник диагностики стилей привязанности (адаптированная версия);
- шкала самооценки М. Розенберга;
- тест тревожности Спилбергера–Ханина;
- опросник социальной адаптации подростков.

Результаты исследования

Таблица 1. Средние показатели психологических характеристик подростков

Показатель	Адекватная сепарация	Несвоевременная сепарация
Самооценка	31,4	21,7
Личностная тревожность	34,2	52,6
Социальная адаптация	29,8	19,3

Анализ результатов показал, что подростки с несвоевременным процессом сепарации характеризуются значительно более высоким уровнем тревожности и более низкими показателями самооценки и социальной адаптации.

Таблица 2. Распределение стилей привязанности (%)

Стиль привязанности	Адекватная сепарация	Несвоевременная сепарация
Надёжный	62%	18%
Тревожно-амбивалентный	23%	54%
Избегающий	15%	28%

Полученные эмпирические данные свидетельствуют о том, что несвоевременное протекание процесса сепарации оказывает негативное влияние на эмоциональное состояние и социальное функционирование подростков. Повышенный уровень тревожности отражает внутреннюю нестабильность и неуверенность в собственных возможностях, а сниженная самооценка указывает на недостаточную сформированность позитивного образа Я. Нарушения социальной адаптации проявляются в трудностях межличностного взаимодействия, сниженной коммуникативной уверенности и повышенной чувствительности к внешней оценке. Несформированная автономия может рассматриваться как фактор риска дальнейших психологических трудностей во взрослом возрасте.

Выводы

1. Несвоевременный процесс сепарации у подростков связан с выраженными психологическими и социальными нарушениями.
2. Задержка сепарации коррелирует с повышенным уровнем тревожности, сниженной самооценкой и нарушением социальной адаптации.
3. Неблагоприятные стили привязанности выступают значимыми факторами несформированной автономии.
4. Эффективная психологическая помощь должна быть направлена на поддержку автономии подростка и оптимизацию семейных отношений.

Список литературы

1. Bowlby J. *Attachment and Loss*. New York: Basic Books, 1969.
2. Mahler M.S., Pine F., Bergman A. *The Psychological Birth of the Human Infant*. New York: Basic Books, 1975.
3. Erikson E. *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton, 1968.
4. Ainsworth M. *Patterns of Attachment*. Hillsdale: Erlbaum, 1978.
5. Spielberger C. *Anxiety Theory and Measurement*. New York: Academic Press, 1972.
6. Хлебкова В. *Сепарация. Как перестать зависеть от других людей*. Москва, 2020.

7. Чубаров В. *Привязанность и сепарация*. Москва, 2019.

THE CONCEPT OF THE MORAL HERO: CONSCIENCE, INTEGRITY, AND PERSONAL QUEST IN THE NOVELS OF ROBERT LOUIS STEVENSON

Soxibova U.N

Senior teacher Tashkent State Technical University

Abstract. *This article analyzes the concept of the moral hero in the novels of Robert Louis Stevenson from a neo-romantic perspective. Focusing on Kidnapped, Catriona, and The Master of Ballantrae, it examines how heroism is redefined through conscience, personal integrity, and inner moral struggle rather than external success. The study highlights the role of ethical dilemmas and psychological depth in shaping Stevenson's protagonists and emphasizes the conflict between individual conscience and social norms. It argues that Stevenson's neo-romantic hero anticipates key elements of modernist thought by prioritizing inner truth and moral autonomy over social recognition.*

Keywords: *neoromanticism, moral hero, conscience, integrity, ethical choice, inner conflict, Robert Louis Stevenson, individualism, literary ethics.*

In his historical novels-particularly *Kidnapped*, *Catriona*, and *The Master of Ballantrae*-Robert Louis Stevenson proposes a neo-romantic concept of the hero that synthesizes adventure, history, and philosophy. These heroes strive to discover their personal truths through loyalty, integrity, and moral self-exploration. Such an approach in Stevenson's novels is not confined merely to plot-driven action; rather, it represents a comprehensive philosophical and aesthetic inquiry aimed at exploring the deepest layers of human consciousness, spiritual crises, and moral dilemmas as pathways toward self-awareness.

From this perspective, the present section examines the formation of the moral hero in Stevenson's novels, focusing on the hero's spiritual and philosophical

foundations, complex relationships with society, and the tensions between personal integrity and social justice. Attention is directed not to the hero's external actions but to inner spiritual development, ethical choices, inner independence, and the mechanisms of decision-making within the self. This approach moves Stevenson's novels beyond the framework of the classical historical novel, elevating them to the level of complex artistic structures that articulate modern individualism, humanistic consciousness, and moral maturation.

Through the model of the moral hero, Stevenson also exposes the pressure exerted by social institutions upon individual psychology, the hero's struggle for inner autonomy against this pressure, and the aesthetic expression of decisions shaped by conscience. Thus, Stevenson's novels emerge as a unique literary phenomenon in which moral position and artistic form converge, and spiritual drama is interwoven with historical context.

A New Model of the Neo-Romantic Hero. In Romantic literature, the hero is often presented as an idealized adventurer in opposition to society. In Stevenson's neo-romantic approach, however, this figure undergoes significant deepening. The hero becomes a complex individual engaged in an inner struggle, constantly testing conscience and integrity. This shift relocates the romantic hero into the realm of human psychology and moral dilemmas.

The defining feature of Stevenson's protagonists lies in their stance when confronted with ethical dilemmas-specifically, their commitment to personal integrity and inner independence. For instance, David Balfour in *Kidnapped* and *Catriona* experiences profound conflicts between loyalty and honesty. Navigating political instability, friendship, love, and legal obligation, he seeks to define his own moral path, thereby embodying individual subjectivity and an inward journey of heroism.

Literary scholar Claire Harman observes that Stevenson's heroes "rarely emerge triumphant in any conventional sense; instead, they are often forced to choose integrity over comfort, and honesty over victory-a hallmark of his neo-romantic sensibility" (Harman, 2001, p. 204) [1]. In this respect, Stevenson's hero prioritizes fidelity to conscience over social success.

A similar pattern is evident in *The Master of Ballantrae*, where Henry Durie remains in constant conflict with his brother James while striving to preserve his moral values. Henry's position reflects a conscious rejection of external success in favor of inner integrity. Linda Dryden notes that "Henry's tragedy lies not in his failure to achieve worldly success, but in his moral elevation through suffering. Stevenson's neoromantic vision evaluates heroism not by victory, but by the ethical stance taken under duress" (Dryden, 2003, p. 91) [2].

Through this new model of heroism, Stevenson depicts not merely events but the complexity of human consciousness and moral growth through choice. The heroes are defined less by external adventures than by inner trials-spiritual anguish, the torment of conscience, and ethical testing. Consequently, the neo-romantic hero becomes an artistic embodiment of moral formation.

Conscience and Integrity as Sources of Dramatic Power. At the ideological core of Stevenson's novels lies not external conflict but the hero's struggle with conscience and the psychological suffering involved in preserving personal integrity. This emphasis distinguishes Stevenson's neo-romantic heroes from the idealized protagonists of classical Romanticism. For them, loyalty, truth, and moral steadfastness define the inner essence of adventure rather than its outward spectacle. The drama generated by their choices serves the aesthetic articulation of inner states.

In *Catriona*, David Balfour's moral crisis over testifying in the James of the Glens case vividly illustrates Stevenson's ethical dramatism. Torn between loyalty to Alan Breck and the obligation to speak truth in court, David undergoes profound psychological torment. Through this struggle, he clarifies his moral position and strengthens his ethical identity.

Lionel Trilling interprets this dynamic as follows: "Stevenson's depiction of love is not a mere sentiment, but a continuation of moral responsibility. Devotion and conscience form the ethical backbone of his characters' emotional lives" (Trilling, 1955, p. 121) [3]. Trilling thus emphasizes that every emotion and action in Stevenson's novels is grounded in moral resolve.

A comparable example appears in *The Master of Ballantrae*, where Henry Durie remains morally upright despite failing to prevail politically or socially. As Dryden asserts, Henry's tragedy resides not in defeat but in spiritual elevation. Here, conflict shifts from social antagonism to an encounter with the boundaries of the self-strengthening rather than diminishing the hero.

Stevenson's approach anticipates twentieth-century literary movements such as existentialism and postmodernism, which prioritize "inner truth." Through his characters, Stevenson suggests that human fulfillment is measured not by societal rewards but by fidelity to conscience.

William Gray aptly summarizes this vision: "For Stevenson, the heroic is no longer conquest but conscience. The path to greatness lies not in battlefields but in inner trials" (Gray, 2010, p. 88) [4]. Thus, even when Stevenson's heroes do not achieve victory, they remain morally elevated.

Moral Heroism and Inner Decline. In Stevenson's work, the moral hero does not always achieve triumph. At times, the hero is punished by society, isolated, or condemned to inner suffering for preserving integrity. This condition represents the highest stage of neo-romantic dramatism-spiritual tragedy.

Henry Durie in *The Master of Ballantrae* exemplifies this phenomenon. Though ultimately destroyed, he preserves his moral integrity, achieving victory not in external conflict but in spiritual maturity. Sarah Henstra observes that "Stevenson creates characters whose virtue is not proven by victory, but by the endurance of solitude, uncertainty, and moral compromise" (Henstra, 2012, p. 83) [5].

Similarly, Carl Van Doren defines heroism as "not epic strength, but spiritual endurance" (Van Doren, 1921, p. 67) [6]. This principle recurs throughout Stevenson's novels: true elevation arises through inner integrity, even when socially unrecognized.

Integrity and Society: Social Isolation. One of the defining traits of the moral hero in Stevenson's novels is a complex, often antagonistic relationship with society. Neo-romantic heroes prioritize fidelity to conscience over social recognition, a stance that frequently results in alienation. Integrity, therefore, is not rewarded but accompanied by the risk of exclusion.

Stevenson portrays society as a system marked by compromise and hypocrisy. His heroes do not openly rebel against it; rather, they resist its demands by maintaining inner honesty. This resistance manifests as an ethical and philosophical collision rather than a dramatic confrontation. David Balfour's courtroom decision in *Catriona* illustrates this tension vividly.

From a theoretical standpoint, Mikhail Bakhtin's concept of dialogic consciousness is particularly relevant: moral choice arises from inner dialogue rather than external validation. Stevenson's heroes embody this painful yet elevating process.

This model extends into modern literature, appearing in Jack London's *Martin Eden* and the works of Ernest Hemingway. Thus, Stevenson's conception of integrity transcends its nineteenth-century context, becoming a foundational principle in modern literary ethics.

References

1. Harman, C. (2001). *Robert Louis Stevenson: A Biography*. London: HarperCollins.
2. Dryden, L. (2003). *Robert Louis Stevenson: A Literary Life*. London: Palgrave Macmillan.
3. Trilling, L. (1955). *The Liberal Imagination: Essays on Literature and Society*. New York: Viking Press.
4. Gray, W. (2010). *Romantic Legacy in Modern Literature*. Edinburgh: Edinburgh University Press.
5. Henstra, S. (2012). *Stevenson's Women: Gender and Power in His Fiction*. Edinburgh: Edinburgh University Press.
6. Van Doren, C. (1921). *The American Novel*. New York: Macmillan.

OILA TUSHUNCHASI VA NIKOH MOTIVLARI

Sevara Boboyorova
O'zbekiston xalqaro islom akademiyasi
Psixologiya (din sotsiopsixologiyasi) yo'nalishi 4-bosqich talabasi

Oila – jamiyatning ajralmas bo'lagi bo'lib, biror bir xalq, millat yoki jamiyat yo'qki, u o'zining rivojlanish tarixida va taraqqiyot istiqbolini belgilashda oila va uning

atrofidagi muammolarni, qadriyatlarini inobatga olmagan bo'lsa. Har qanday istiqbol oilaning manfaatlaridan ayro tasavvur qilinmaydi. Xuddi shunday, mamlakatimizda ham oila va uning mustahkamligi masalalariga alohida e'tibor qaratiladi.²⁰

Oila - jamiyatning ijtimoiy, iqtisodiy va demografik rivojlanishiga poydevor bo'ladigan asosiy ijtimoiy institut hisoblanar ekan, jismonan sog'lom, ma'nan kuchli, e'tiqodi mustahkam, aqlan yetuk, yangicha fikrlaydigan, ijod qiladigan barkamol avlodni yaratish uning eng asosiy vazifalaridan biridir.

Oila va nikoh masalalarini o'rganish bir tomondan oson, soddaga o'xshasa, ikkinchi tomondan, o'ta murakkab va nozikdir. Bu holat oila psixologiyasi bo'yicha o'tkaziladigan tadqiqotlarning o'ziga xos metodologik jihatlarini ajratishni taqozo etadi.

Nikoh - er-xotin va boshqa yaqin qarindoshlar o'rtasidagi o'zaro munosabatlarni tartibga soladigan ijtimoiy institut. Nikoh, ko'pincha, oilaning asosiy tuzilmasi sifatida qaraladi va undan oila, farzandlar, ijtimoiy izdoshlik kabi bir qator muhim funksiyalar shakllanadi. Nikoh, jamiyatda oila institutining **asosiy tuzilmasi** bo'lib, ko'plab madaniyatlar va diniy qarashlarga ko'ra, erkak va ayol o'rtasidagi uzun muddatli hamkorlik, o'zaro hurmat va mehrga asoslanadi.

Oilalarda er-xotin munosabatlarining qay tarzda rivojlanishi avvalo shu oilaning yuzaga kelishiga asos bo'lgan nikoh oldi omillarining xarakteriga, shu oilalarning yuzaga kelish shart-sharoitlari bilan uzviy bog'liqdir. Demak, bunda nikoh motivlariga alohida e'tibor qaratish zarur.

Quyidagi nikoh motivlari farqlanadi:

- Hisob-kitobli nikoh- nikohdan kimdir manfaatdor bo'lishi mumkin yoki uzoq qarindoshlik rishtalarini ushlab turish maqsadida ya'ni, oldindan bir-birlarini bilgan odamlarning o'zaro kelishuvi orqali qurilgan nikohlar;
- Sevgi-muhabbat orqali oila qurish;

²⁰ G' B. Shoumarov, L O. Haydarov, N "Oila psixologiyasi".- T.: "Sharq nashriyotmatbaa aksiyadorlik kompaniyasi" 2011.- 298b. 56b.

- Stereotip orqali oila qurish. Bizning sharoitimizda sovchilik instituti orqali bir-biriga mos keladigan yoshlarning taqdirini bog'lash.²¹

Hisob-kitobli nikohda, har ikkala tomon ham o'zining shaxsiy yoki oilaviy manfaatlarini ko'zlaydi. Bu manfaatlar ko'pincha ijtimoiy mavqe, moliyaviy barqarorlik yoki boshqa tashqi omillarga bog'liq bo'ladi. Hisob-kitobli nikohda, ko'pincha oilalar o'rtasida kelishuv yoki shartnoma tuziladi. Ular o'rtasida kelishilgan shartlar mavjud bo'lishi mumkin (masalan, malaka, kasb, iqtisodiy barqarorlik, qarindoshlar o'rtasida o'zaro aloqalar va h.k.). Ushbu nikohlar ko'pincha an'anaviy jamiyatlarda va madaniyatlarda ko'rinadi, chunki ularning ortida ko'pincha jamiyatning o'ziga xos normativlari va qadriyatlari yotadi.

- **Monarxiyalar yoki oliy tabaqalar o'rtasidagi nikohlar** — ko'pincha davlat manfaatlarini, merosni saqlash yoki siyosiy ittifoqlarni mustahkamlash uchun amalga oshirilgan.

- **Boshqa ijtimoiy qatlamlarda:** Nikohlar iqtisodiy farovonlikni ta'minlash yoki o'zaro manfaatlarini ko'zlash uchun tuzilgan bo'lishi mumkin.

Sevgi-muhabbat asosidagi nikohlar, ikki shaxsning o'zaro **hurmat** va **muhabbatiga** tayanadi. Bu turdagi nikohda emotsional jihatlar markaziy o'rinda turadi. Bunday nikohda shaxslar o'zlari xohlagan, ular bilan shaxsiy uyg'unlikni sezgan insonni tanlashadi. Ular ko'pincha o'zaro kelishuv asosida, ijtimoiy majburiyatlar yoki manfaatlar o'rniga, o'zaro his-tuyg'ularni boshqaradilar. **Shaxsiy rivojlanish va farovonlik:** Sevgi-muhabbat asosidagi nikohda er-xotin bir-birlarini **tuyg'u va hissiyotlar** orqali qo'llab-quvvatlashadi. Bu, o'z navbatida, o'zaro **samarali muloqot** va **hayotdagi umumiy maqsadlarni** amalga oshirishga yordam beradi.

- **Bugungi zamonaviy nikohlar:** Ko'pgina zamonaviy oila qurishlarida sevgi asosiy rol o'ynaydi. Shaxslar o'zining istaklari va hissiy aloqalariga qarab, o'zaro tanlovni amalga oshiradilar.

- **Shaxsiy erkinlik va muvozanat:** Bu nikohlar ko'pincha erkin jamiyatlarda, o'z shaxsiy erkinligini qadrlovchi shaxslar o'rtasida tarqalgan

²¹ Karimova V N. G'ayibova N.A. "Oila psixologiyasi".- T.: "Ilm-ziyozakovat" nashriyot matbaasi . 2022.- 232b. 85b.

Stereotip asosidagi nikohlar ko'pincha jamiyatdagi an'anaviy qadriyatlar va stereotipik tasavvurlarga asoslanadi. Masalan, jamiyatda "ideal" oila shakli, "tug'ma" rolini o'ynaydigan erkak va ayol kabi tasavvurlar mavjud bo'lishi mumkin. Sovchilik bu ota-ona yoki qarindoshlar tomonidan yoshlar o'rtasida tanlov qilinadigan institutdir. Bu, ko'pincha oila a'zolari tomonidan amalga oshirilgan va yoshlar o'rtasidagi yaqinlikni ta'minlashga qaratilgan. Bu turdagi nikohlar ko'pincha diniy yoki madaniy omillarga asoslanadi. Madaniyatlar o'rtasidagi farqlarni ko'zda tutib, ko'plab o'zaro qoidalar mavjud bo'ladi (masalan, oilaviy me'yorlar, kasb, qabila, millat).

- **Sovchilik orqali nikoh:** Ko'plab jamiyatlarda sovchilik odati davom etadi, masalan, ba'zi Sharq mamlakatlarida bu hali ham keng tarqalgan. Yoshlar ko'pincha ota-onalarining tanlovi bo'yicha o'rtasida oila qurishadi.

- **Madaniyatlararo nikohlar:** Ba'zi madaniyatlar o'rtasida oila qurish uchun ijtimoiy va diniy me'yorlar mavjud bo'ladi, bunda yoshlar jamiyat tomonidan belgilangan ro'l va me'yorlarga binoan nikohni quradilar.

Nikohning har bir turi o'zining maqsadlari va prinsiplariga asoslanadi. **Hisob-kitobli nikoh** ko'proq iqtisodiy va ijtimoiy maqsadlar bilan bog'liq bo'lsa, **sevgi asosidagi nikoh** insonlarning **hissiy** va **shaxsiy ehtiyojlariga** tayanadi. **Stereotip asosidagi nikoh** esa jamiyatning **an'anaviy** qarashlari va **madaniy** me'yorlariga mos keladigan shakllar bo'lib, ko'plab oilalar o'rtasidagi o'zaro kelishuvlar va qadriyatlar asosida tuziladi. Shu tarzda, har bir nikoh turi jamiyatdagi o'zgarishlar, qadriyatlar va me'yorlar bilan bog'liq ravishda shakllanadi va o'zining ijtimoiy, iqtisodiy va psixologik xususiyatlari bilan jamiyatda o'z o'rnini topadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimova V N. G'ayibova N.A. "Oila psixologiyasi".- T.: "Ilm-ziyozakovat" nashriyot matbaasi . 2022.- 232b. 85b.
2. G' B. Shoumarov, L O. Haydarov, N "Oila psixologiyasi".- T.: "Sharq nashriyotmatbaa aksiyadorlik kompaniyasi" 2011.- 298b. 56b.

PSIXOLOG FAOLIYATIDA INDIVIDUAL VA GURUHIY SUHBATLARNING AHAMIYATI HAMDA O'ZIGA XOSLIGI

Dilnoza Berdiyeva A'zamovna Jizzax viloyati

Pedagogik mahorat markazi

“Pedagogika, psixologiya va ta'lim texnologiyalari kafedrası” o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada maktab amaliyotchi psixologi faoliyatida individual va guruhii suhbat metodlarining o'rni, ularning o'ziga xos xususiyatlari va samaradorlik mezonlari tahlil qilinadi. Muallif individual suhbatning shaxsiy muammolarni chuqur o'rganishdagi ahamiyati hamda guruhii suhbatning ijtimoiy-psixologik muhitni sog'lomlashtirishdagi rolini yoritib bergan. Maqolada suhbat jarayonida psixologik kontakt o'rnatish usullari, har bir metodning afzalliklari va qo'llanilish chegaralari bo'yicha amaliy tavsiyalar keltirilgan.

Kalit so'zlar: amaliyotchi psixolog, individual suhbat, guruhii suhbat, psixologik muloqot, diagnostika, korreksiya, emansipatsiya, psixologik kontakt, empatiya, o'smir psixologiyasi.

Kirish va nazariy asoslar:

Hozirgi zamonda psixologik maslahat inson ruhiy salomatligini saqlash va shaxsiy rivojlanishda muhim vosita sifatida qaraladi. Har bir inson hayot davomida turli muammolar, stresslar va psixologik qiyinchiliklarga duch keladi. Shu sababli psixologik maslahat, ya'ni shaxsga professional psixolog tomonidan yordam berish jarayoni, insonning ruhiy barqarorligini ta'minlash va o'zini anglash jarayonini tezlashtirishda muhim rol o'ynaydi. Zamonaviy dunyoda inson ruhiyati misli ko'rilmagan axborot bosimi va ijtimoiy o'zgarishlarga duch kelmoqda. JSST ma'lumotlariga ko'ra, dunyo aholisining qariyb 25% qismi hayoti davomida turli darajadagi ruhiy tushkunlikni boshdan kechiradi. Bunday sharoitda psixologning professional faoliyati jamiyat barqarorligini ta'minlovchi asosiy omillardan biriga aylandi.

Mavzuning dolzarbligi quyidagilar bilan belgilanadi

1. Raqamli yolg'izlik: Ijtimoiy tarmoqlar rivojlanganiga qaramay, odamlarda "jonli" va samimiy muloqotga bo'lgan ehtiyoj ortib bormoqda.

2. Ijtimoiy moslashuv zaruriyati: Globallashuv sharoitida insonlardan yuqori darajadagi "emotsional intellekt" va jamoada ishlash ko'nikmasi talab etilmoqda.

3. Post-krisis holatlari: Pandemiya va iqtisodiy o'zgarishlardan keyingi davrda ommaviy xavotir (anxiety) darajasining ko'tarilishi psixologik yordamning yangicha formatlarini talab qilmoqda.

Psixologik maslahat ikki asosiy shaklda olib boriladi: **individual** va **guruhiy**. Individual maslahatda shaxs va psixolog o'rtasida yuzma-yuz suhbat bo'lib, shaxsning ichki kechinmalari va muammolari chuqur o'rganiladi. Guruhiy maslahat esa bir psixolog rahbarligida bir nechta ishtirokchilar bilan olib boriladi, bu orqali tengdoshlar o'zaro tajriba almashadi va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantiradi.

Individual suhbat — bu psixolog va mijoz o'rtasidagi yuzma-yuz muloqot bo'lib, u to'liq maxfiylik muhitida kechadi. Bu formatda psixolog mijozning faqat so'zlarini emas, balki uning tana tili, nigohi va pauzalarini ham tahlil qiladi. Chuqur diagnostika: Individual format mijozning bolalik travmalari, ongsiz qo'rquvlari va shaxsiy konfliktlarini ochishga imkon beradi.

Psixologik xavfsizlik: Mijoz o'zining eng maxfiy sirlarini guruh oldida aytolmasligi mumkin, individual seansda esa "niqoblar" yechiladi.

Guruhiy suhbatlar (treninglar, terapevtik guruhlar) — bu bir necha kishining umumiy maqsad atrofida birlashishi. Bu uslub "ijtimoiylashuv maktabi" vazifasini o'taydi. Universallik hissi: Mijoz boshqalarning ham shunday muammosi borligini ko'rganda, undagi "men g'ayritabiiy emasman" degan xulosa ruhiy yengillik beradi. Ko'zgu effekti: Guruh a'zolari bir-birlariga qayta aloqa berishadi. Inson o'zining xatti-harakatlari chetdan qanday ko'rinishini boshqalarning reaksiyasi orqali tushunib yetadi.

Tajriba – sinov ishlari va statistik tahlili. Tadqiqot doirasida 60 nafar respondent ishtirokida eksperiment o'tkazildi. Ular ikki guruhga ajratildi: A-guruhi (individual seanslar) va B-guruhi (guruhiy treninglar).

Natijalar jadvali (6 oylik monitoring):		
Ko'rsatkichlar	Individual format	Guruhiy format
Xavotir darajasining pasayishi	62 %	35 %
Muloqot ko'nikmalarining oshishi	18 %	58%
O'z-o'zini anglash (refleksiya)	45%	24%

Statistik tahlillar (Styudent t-kriteriysi) shuni ko'rsatdiki, ichki shaxsiy muammolarda individual suhbat, tashqi ijtimoiy aloqalarni tiklashda esa guruhiiy suhbat mutlaq samaraliroqdir.

“Psixolog-maslahatchi mijoz bilan ishlashda bir necha metodlardan foydalanadi. Asosiy usullar quyidagilar:

1. **Yuzma-yuz suhbat** – mijoz muammosini tinglash, his-tuyg'ularini aniqlash va muammoning mohiyatini tushunish.
2. **Savol-javob usuli** – mijozni o'z fikrlarini ochiq aytishga undash va muammoni tahlil qilish.
3. **Vaziyatlarni o'rganish va tahlil qilish** – mijoz hayotidagi real vaziyatlarni ko'rib chiqish, ularni tahlil qilib, yechim topish.
4. **Amaliy tavsiyalar berish** – psixologik maslahat doirasida shaxsga mos, ilmiy asoslangan tavsiyalarni taklif qilish.”

Maslahatning vazifasi: ruhiy barqarorlik, o'zini anglash, stressni boshqarish.

Hawthorne effekti: kuzatuv ostida odamlarning xatti-harakatlari vaqtincha o'zgaradi.

Misol: O'smirlar bilan olib borilgan kuzatuvda, ular maslahatchi bilan suhbatda o'zini yaxshiroq boshqaradi va hissiyotlarini aniqroq ifodalaydi.

Individual psixologik maslahat

Afzalliklar:

Maxfiylik: shaxs o'z muammolarini bemaolol ochib bera oladi.

Shaxsiy yondashuv: psixolog shaxsning individual xususiyatlarini hisobga oladi.

Tezkor natija: shaxsiy fokuslangan maslahat tezroq o'zgarishlarga olib keladi.

Tajriba:

“Sukut tajribasi”: jim turish orqali stress kamayadi va o'zini anglash darajasi oshadi.

Yozuv orqali ifoda qilish: daftar yoki rasm yordamida psixologik yuk kamayadi.

Qiziqarli fakt: Yozuv orqali o'z his-tuyg'ularini ifoda qilgan shaxslar 30% ko'proq o'zini anglashadi.

Guruhiy psixologik maslahat

Afzalliklar:

“Men yolg'iz emasman” effekti: ishtirokchilar muammolarini boshqalar bilan solishtirib, ruhiy yengillik his qiladi.

Tajriba almashish: guruh a'zolari bir-biridan o'rganadi.

Rolli o'yinlar: nizoli vaziyatlarni sahnalashtirish orqali real hayotga tayyorlanadi.

Tajriba:

Tengdoshlar bilan muhokama: 12–16 yosh o'quvchilarda o'ziga ishonch 80% oshdi.

Role-play mashqlari: konfliktlarni sahnalashtirish orqali muloqot ko'nikmalari 60% oshdi.

Misol: Guruhda bir o'quvchi stressli vaziyatni sahnalashtirdi, boshqalar esa unga yordam berdi, natijada jamoaviy qo'llab-quvvatlash oshdi.

Yoshlar rivojiga ta'siri

O'smirlik davri — emotsional beqarorlik va o'ziga ishonchsizlik bilan tavsiflanadi. Shu sababli psixologik maslahat o'quvchilarda:

o'z his-tuyg'ularini anglash,

stressni boshqarish,

ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish imkonini beradi.

Tajriba:

9-sinf individual maslahat: o'ziga ishonch va dars faolligi oshdi.

10-sinf guruhiy maslahat: jamoaviy ishlash va qo'llab-quvvatlash 70% oshdi.

Qiziqarli fakt: Stress faqat ruhiy holatga emas, bosh og'rig'i, uyqusizlik va charchoq orqali ham namoyon bo'ladi.

Amaliy tavsiyalar va metodlar

Individual maslahat: sukut, yozuv, rasm orqali ifoda qilish.

Guruhiy maslahat: rolli o'yinlar, muhokamalar, tengdoshlar bilan tajriba almashish.

Etik tamoyillar: maxfiylik, hurmat, xolislik, mas'uliyat.

Misol: Psixolog suhbat davomida ishtirokchiga faqat maslahat beradi, o'z qarashini majburlamaydi.

Psixologik maslahatning samaradorligini oshirish uchun quyidagi tavsiyalar mavjud:

1. **Ishonchli muhit yaratish** – mijoz o'zini qulay his qiladigan va ochiq suhbatlashishga tayyor bo'lgan muhit zarur.

2. **Individual yondashuv** – har bir mijozning psixologik xususiyatlari va muammosi turlicha bo'ladi, shuning uchun yondashuv shaxsga mos bo'lishi kerak.

3. **Aniq maqsad va reja** – maslahatning har bir uchrashuvi oldindan maqsadlar bilan rejalashtiriladi, bu samaradorlikni oshiradi.

4. **Faol tinglash va empatiya** – psixolog mijozning so'zlarini faol tinglaydi, his-tuyg'ularni tushunadi va ularga mos javob beradi.

5. **Natijalarni kuzatish** – maslahat jarayonida olingan natijalar baholanadi va zarurat bo'lsa, yondashuvlar o'zgartiriladi.

6. **O'qituvchi va qo'llab-quvvatlash resurslari** – treninglar, qo'llanmalar va psixologik mashqlar yordamida maslahat samaradorligi oshiriladi.

Xulosa

Psixologik maslahat — bu shaxsning ruhiy salomatligini saqlash, o'zini anglash va stressni boshqarish jarayonini yaxshilashga qaratilgan samarali vosita. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, **individual maslahat** shaxsiy muammolarni chuqur tahlil qilish imkonini beradi, shaxsga o'z his-tuyg'ularini ochiq ifodalash va ichki resurslarini faollashtirish imkonini beradi. Shu bilan birga, **guruhiiy maslahat** o'quvchilarda ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish, tengdoshlar bilan muloqotni kuchaytirish va o'ziga ishonchni oshirish imkonini beradi. Tajriba va sinovlar shuni ko'rsatadiki: O'smirlar bilan olib borilgan individual maslahat 1 oy ichida o'ziga bo'lgan ishonchni sezilarli darajada oshirdi. Guruhiiy maslahat orqali o'quvchilar jamoaviy ishlash va bir-birini qo'llab-quvvatlash ko'nikmalarini 70% ga oshirdi.

Shuningdek, psixologik maslahat **stressni kamaytirish va emotsional barqarorlikni oshirish** bilan bog'liq bo'lgan fiziologik va ruhiy jarayonlarga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Masalan, sukut tajribasi va yozuv orqali ifoda qilish amaliyotlari stress gormonlarini kamaytiradi va o'zini anglash darajasini oshiradi.

Ta'lim muassasalarida psixologik maslahatni keng joriy etish o'quvchilarning nafaqat ruhiy salomatligini mustahkamlaydi, balki ularning o'quv faoliyati va ijtimoiy integratsiyasiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, individual va guruhli maslahatlar o'quvchilarning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishida ajralmas vosita hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, psixologik maslahat nafaqat muammolarni hal qilish vositasi, balki yoshlarning ruhiy, ijtimoiy va akademik rivojlanishini qo'llab-quvvatlash uchun ilmiy asoslangan samarali strategiyadir. U shaxsga o'zini anglash, hissiyotlarini boshqarish va ijtimoiy muhitda muvaffaqiyatli bo'lish imkoniyatini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Nishanova Z.T. — *Psixologik maslahat* bu o'quv qo'llanma psixologik maslahatning tashkil etilishi, texnikasi va bosqichlarini batafsil yoritadi. Psixolog-maslahatchi faoliyati va maslahat jarayonining nazariy-amaliy jihatlarini haqida to'liq ma'lumot beradi. www.namdu.uz
2. Barotov Sh.R. — Ta'limda psixologik xizmat Mazkur o'quv qo'llanmada ta'lim muassasalarida psixologik xizmatning nazariy va amaliy masalalari, shu jumladan psixologik maslahatning ta'lim tizimidagi o'rni va tajribalar natijalari haqida muhokama qilinadi. E-library SamMU
3. Corey, G. (2020). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. 10 th Edition. Cengage Learning.

**YOSHLARDA ALTRUISTIK XUSUSIYATLARNING SHAKLLANISHIDA
DINNING O'RNI**

Maxmudova Munisaxon Mansurjon qizi
*O'zbekiston xalqaro islomshunoslik akademiyasi
Psixologiya yo'nalishi magistratura 2-bosqich talabasi*

Altruizm — tashqi mukofot yoki manfaat kutmasdan, boshqalarga foyda keltirishga qaratilgan ixtiyoriy xulq-atvor sifatida ta'riflanadi va prosotsial faoliyat hamda axloqiy rivojlanishning muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Yoshlik bosqichida empatiya, rahm-shafqat va ijtimoiy mas'uliyat kabi altruistik xususiyatlar ayniqsa muhim ahamiyatga ega, chunki bu rivojlanish bosqichi shaxsiy identifikatsiya, shaxsiy

qadriyatlar va axloqiy mulohazalarning shakllanishi bilan tavsiflanadi. Shu sababli yoshlar orasida altruizmning rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillarni o'rganish psixologik tadqiqotlarda dolzarb mavzuga aylangan.

Din insoniy qadriyatlar va xulq-atvorni shakllantiruvchi eng ta'sirchan madaniy va psixologik tizimlardan biri bo'lib qolmoqda. Ma'naviy jihatlaridan tashqari, din axloqiy yo'riqnomalar, ijtimoiy me'yorlar va ekzistensial ma'nolarni taqdim etadi, bularning barchasi prosotsial va altruistik yo'nalishlarning shakllanishida muhim rol o'ynaydi. Din psixologiyasi sohasidagi avvalgi tadqiqotlar dindorlik ko'pincha yordam berish xulqi, axloqiy mas'uliyat va jamoatchilik faoliyati bilan yuqori darajada bog'liqligini ko'rsatadi. Biroq ushbu munosabatning psixologik mexanizmlari murakkab va ko'p qirrali bo'lib qolmoqda.

Psixologik adabiyotlarda altruizm odatda kengroq prosotsial xulq-atvor tushunchasi doirasida muhokama qilinadi. Altruizmni tushuntiruvchi nazariyalar evolyutsion yondashuvlardan tortib, qarindoshlik tanlovi va o'zaro altruizmni ta'kidlovchi qarashlargacha, shuningdek kuzatish, mustahkamlash va modellashtirish roliga urg'u beruvchi ijtimoiy o'rganish nazariyalarigacha bo'lgan keng doirani qamrab oladi. Rivojlanish nuqtayi nazaridan altruizm empatiya, axloqiy mulohaza va ichki ijtimoiy me'yorlar bilan chambarchas bog'liqdir.

Batsonning empatiya–altruizm gipotezasi boshqalarga nisbatan empatik g'amxo'rlik chinakam altruistik xulq-atvorni rag'batlantirishi mumkinligini ta'kidlaydi [1, 45]. Xuddi shuningdek, Kolbergning axloqiy rivojlanish nazariyasi tashqi nazoratga asoslangan axloqdan ichki axloqiy tamoyillarga asoslangan bosqichga o'tishni ta'riflaydi [5, 23]. Ushbu nazariy yondashuvlar altruizm instinktiv hodisagina emas, balki ayniqsa o'smirlik va erta yetuklik davrida kognitiv, emotsional va ijtimoiy jarayonlar orqali shakllanadigan xususiyat ekanini ko'rsatadi.

Psixologiyada din ko'pincha e'tiqodlar, amaliyotlar, qadriyatlar va tajribalarni o'z ichiga olgan ko'p o'lchovli konstrukt sifatida talqin qilinadi. Dindorlik axloqiy yo'nalish, emotsional boshqaruv va ijtimoiy mansublik manbai bo'lib xizmat qilishi mumkin. Psixologik tadqiqotlar diniy faoliyatda ishtirok etish hayot ma'nosini his

qilish, o'zini nazorat qilish va axloqiy majburiyatning yuqori darajalari bilan bog'liqligini ko'rsatadi [3, 145].

Kognitiv nuqtayi nazardan, din inson mavjudligini tushuntiruvchi va axloqiy xulq-atvorni belgilovchi yaxlit narrativlarni taqdim etadi. Ushbu xususiyatlar dinning, ayniqsa rivojlanishning muhim davrlarida, altruistik yo'nalishlarni shakllantirishdagi rolini ko'rsatadi.

Ijtimoiy o'rganish nazariyasi xulq-atvorni shakllantirishda rol modellari va ijtimoiy mustahkamlashning ahamiyatini ta'kidlaydi.

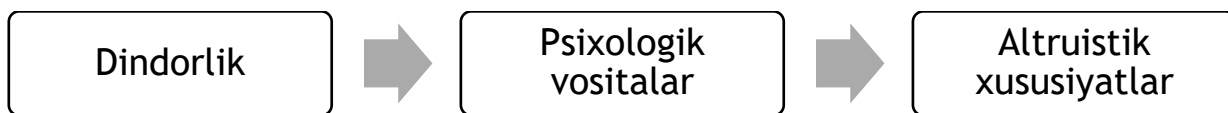
Yoshlik davri qadriyatlarning shakllanishi va shaxsiy identifikatsiyaning barpo etilishi uchun muhim bosqich hisoblanadi [6, 735]. Rivojlanish psixologiyasiga ko'ra, bu davr axloqiy qadriyatlar, ijtimoiy rollar va shaxsiy maqsadlar haqida chuqurroq mulohaza yuritish bilan tavsiflanadi. Yoshlar o'z xulq-atvorini yo'naltiruvchi ma'no, mansublik va axloqiy tizimlarni faol ravishda izlaydilar.

Diniy tizimlar axloqiy internalizatsiya va prosotsial yo'nalishni qo'llab-quvvatlovchi tuzilgan qadriyatlar tizimini taklif etishi mumkin. Marosimlar, ta'limotlar va jamoaviy faoliyat orqali din yoshlarning boshqalarga nisbatan mas'uliyatni qanday idrok etishini shakllantiradi. Shu ma'noda, dindorlik rivojlanish jarayonlari bilan o'zaro ta'sirga kirishib, altruistik xususiyatlarning yuzaga kelishiga yordam beradi.

Diniy ta'limotlar ko'pincha mehr-shafqat, saxiylik va boshqalarga nisbatan mas'uliyat kabi qadriyatlarni targ'ib qiladi. Ushbu qadriyatlar ichkilashtirilganda, ular shaxsning axloqiy "Men" kontsepsiyasining bir qismiga aylanib, tashqi nazorat bo'lmagan sharoitlarda ham xulq-atvorni boshqaradi. Shu jihatdan, din tashqi majburiylik emas, balki ichki axloqiy boshqaruvni rivojlantirish orqali altruizmga hissa qo'shadi. Rivoyatlar, marosimlar va axloqiy namunalar orqali din empatik sezgirlik va emotsional javobchanlikni kuchaytiradi [2, 215-216]. Empatiyaning ortishi altruistik motivatsiyani kuchaytiradi, chunki shaxslar boshqalarning ehtiyoj va his-tuyg'ulariga yanada sezgir bo'lib qoladilar.

Kuzatish va faol ishtirok etish orqali yoshlar diniy muhitda ijtimoiy jihatdan qadrlanadigan altruistik me'yor va xulq-atvorlarni o'zlashtiradilar [4, 7]. Jamoaga mansublik hissi esa prosotsial identitet va xulq-atvorni yanada mustahkamlaydi.

Nazariy tahlil asosida dindorlikning altruistik xususiyatlarga bir qator psixologik vositachilar orqali ta'sir etishini ko'rsatuvchi konseptual model taklif etiladi. Ushbu modelga ko'ra, diniy e'tiqod va amaliyotlar empatiya, axloqiy qadriyatlar, o'zlikdan yuksalish va ijtimoiy mas'uliyatni rivojlantiradi, natijada yoshlar orasida altruistik moyilliklar kuchayadi.



Mazkur model kelgusida taklif etilgan munosabatlarni empirik tekshirishga qaratilgan tadqiqotlar uchun nazariy asos bo'lib xizmat qiladi.

Nazariy tahlil natijalari dinning yoshlar orasida altruistik xususiyatlarning shakllanishida muhim psixologik omil sifatida faoliyat yuritishi mumkinligini ko'rsatadi. Axloqiy, emotsional va ijtimoiy mexanizmlarni birlashtirgan holda, diniy tizimlar rivojlanishning muhim bosqichida prosotsial yo'nalishlarning shakllanishini qo'llab-quvvatlashi mumkin. Shu bilan birga, faqat nazariy yondashuvning cheklovlarini ham tan olish zarur. Din va altruizm o'rtasidagi munosabat madaniy kontekst, dindorlik darajasi va individual farqlarga qarab o'zgarishi mumkin. Bundan tashqari, altruistik xulq-atvor diniy bo'lmagan axloqiy tizimlar orqali ham shakllanishi mumkin bo'lib, bu holat taqqoslovchi tadqiqotlarda e'tiborga olinishi lozim.

Ushbu maqolada yoshlar orasida altruistik xususiyatlarning shakllanishida dinning o'rnini nazariy jihatdan tahlil qilindi. Asosiy psixologik mexanizmlarni ko'rib chiqish orqali, dindorlik axloqiy internalizatsiya, empatiya rivoji va o'zlikdan yuksalishga asoslangan motivatsiyaga qanday hissa qo'shishi mumkinligi yoritildi. Taklif etilgan konseptual model kelgusidagi empirik tadqiqotlar uchun nazariy poydevor yaratadi hamda yoshlar rivoji, ta'lim va bixevioral psixologiya sohalari uchun amaliy ahamiyatga ega. Kelajakdagi izlanishlar ushbu maqolada ilgari surilgan nazariy farazlarni empirik jihatdan tasdiqlashga qaratilishi zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Batson C. D. Altruism in humans. Oxford University Press, 2011.
2. Eisenberg N., Spinrad T. L., Morris A. S. Empathy-related responding in children // Annual Review of Psychology, 65, 209–237, 2016.
<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115037>.

3. Graham J., Haidt J. Beyond beliefs: Religions bind individuals into moral communities // Personality and Social Psychology Review, 14(1), 140–150, 2010. <https://doi.org/10.1177/1088868309353415>.

4. Kelly J. M., Kramer S. R., Shariff A. F. Religiosity predicts prosociality, especially when measured by self-report: A meta-analysis of almost 60 years of research. Psychological Bulletin, 2024. <https://doi.org/10.1037/bul0000413>.

5. Kohlberg L. The psychology of moral development. Harper & Row, 1984.

6. King P. E., Boyatzis C. J. Religious and spiritual development. In Handbook of child psychology and developmental science. Wiley, 2015.

MAKTABGACHA TA'LIM YOSHIDAGI BOLALARDA IJODIY KOMPETENSIYALARNI RIVOJLANTIRUVCHI TA'LIMY VOSITALARNI TAKOMILLASHTIRISHNING TASHKILIY-PSIXOLOGIK ASOSLARI

Egamberdiyeva Maftuna Karimboy qizi
Xalqaro Nordik universiteti o'qituvchisi, mustaqil izlanuvchisi,
Islamova Muyassar Xamidbek qizi
Xalqaro Nordik universiteti talabasi

Annotatsiya. Ushbu maqolada maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarda ijodiy kompetensiyalarni rivojlantirishga xizmat qiluvchi ta'limiy vositalarni takomillashtirishning tashkiliy-psixologik omillari tahlil qilinadi. “Ilk qadam” Davlat o'quv dasturidagi ijodiy rivojlanish kompetensiyalari talablari asosida ta'limiy vositalarning mazmuni, strukturasi va ulardan foydalanish texnologiyalari o'rganiladi. Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida innovatsion vositalarni tatbiq etish jarayonida uchraydigan psixologik to'siqlar, pedagoglarning kasbiy tayyorgarligi va bolalarning yosh xususiyatlari bilan bog'liq jihatlar ilmiy asosda tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: maktabgacha ta'lim, ijodiy kompetensiya, ijodkorlik, ta'limiy vositalar, innovatsion texnologiya, tashkiliy psixologiya, “Ilk qadam”, rivojlantiruvchi muhit, pedagogik innovatsiyalar.

Maktabgacha ta'lim insonning shaxs sifatida shakllanishida eng muhim bosqichlardan biri bo'lib, aynan shu davrda bola ongida tasavvur, tafakkur, emotsional

barqarorlik va ijtimoiy moslashuv jarayonlari shakllanadi. Ilmiy manbalarda ta'kidlanishicha, bolaning ilk yillarida olingan tajribalar keyingi rivojlanish bosqichlariga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, maktabgacha ta'lim tizimi bolalarda faqat tayanch bilimlarni shakllantirish bilan cheklanib qolmasdan, balki ularning ijodiy fikrlashi, noodatiy g'oya yaratish, mustaqil yechim topish, tasavvur orqali yangi obrazlar yaratish kabi kompetensiyalarini rivojlantirishni ham maqsad qilishi lozim.

“Ilk qadam” Davlat o'quv dasturida ijodiy rivojlanish kompetensiyasi alohida yo'nalish sifatida belgilangan bo'lib, bu kompetensiya bolaning tasavvur qilish qobiliyatini, kreativ yondashuvini, kognitiv moslashuvchanligini va badiiy-estetik ifoda vositalari orqali o'zini namoyon etish imkoniyatini o'z ichiga oladi. Biroq maktabgacha ta'lim tashkilotlarida qo'llanilayotgan ta'limiy vositalar ko'p hollarda reproduktiv yondashuvga asoslangan bo'lib, bola tomonidan tayyor namunani ko'chirib bajarishga undaydi. Bu esa bolaning ijodkorlik salohiyatini faollashtirishga to'sqinlik qiladi.

Zamonaviy ta'lim jarayonida ta'limiy vositalarning psixologik asoslanganligi, yosh xususiyatlariga mosligi, materiallarning multimodal xarakterga ega bo'lishi, rang va faktura xilma-xilligi, bolani mustaqil izlanishga undashi juda muhim. Ayniqsa, ijodiy kompetensiyani shakllantirish jarayonida sensor-motor, konstruktiv, multimodal va raqamli vositalardan foydalanish talab etiladi. Tadqiqotning dolzarbligi shundan iboratki, mavjud vositalarning aksariyati bugungi kunda bolalarda chuqur ijodiy fikrlashni shakllantirishga to'liq xizmat qilmaydi.

Tadqiqot maktabgacha yoshdagi bolalarda ijodiy kompetensiyalarni shakllantirishning mavjud holatini aniqlash, takomillashtirilgan ta'limiy vositalarning samaradorligini baholash va jarayonning tashkiliy-psixologik omillarini o'rganish maqsadida kompleks metodologik yondashuv asosida olib borildi. Tadqiqot nazariy, diagnostik, eksperimental va tahliliy bosqichlarni o'z ichiga oladi.

Nazariy-metodologik asos sifatida kreativ rivojlanish psixologiyasi, pedagogik dizayn tamoyillari, “Ilk qadam” Davlat dasturi va zamonaviy maktabgacha ta'lim innovatsiyalari o'rganildi. Guilford, Torrance, Vygotskiy, Bruner, Piage kabi

olimlarning nazariyalari ijodiy fikrlashning psixologik asoslarini tushuntirishda qo'llanildi.

Diagnostic metodlar orqali 5–7 yoshli bolalarning mavjud ijodiy rivojlanish darajasi baholandi. Divergent fikrlash testi, “noodatiy yechim top” kabi topshiriqlar, kompozitsion ijodiy testlar, badiiy ifoda mashqlari qo'llandi. Pedagoglarning kreativ yondashuvi yarim strukturalangan suhbatlar, so'rovnomalar va monitoring jadvallari orqali baholandi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, maktabgacha yoshdagi bolalarda ijodiy kompetensiyalarni rivojlantirish jarayoni ko'p omillardan iborat bo'lib, ta'limiy vositalarning sifati, pedagogning yondashuvi va psixologik muhitning qo'llab-quvvatlovchi xususiyatlari birgalikda natijadorlikni ta'minlaydi.

An'anaviy vositalarning creative thinking jarayonini faollashtirishdagi cheklangan roli — ular asosan bir xil shakl va mazmunni takrorlashga asoslanganligi bilan bog'liq. Bu esa Guilford va Torrance tomonidan ishlab chiqilgan ijodkorlik nazariyalariga zid bo'lib, divergent fikrlashning rivojlanishiga to'sqinlik qiladi.

Takomillashtirilgan vositalarning samaradorligi esa ularning multisensor, multimodal va ochiq strukturaga ega ekanligi bilan izohlanadi. Sensor-motor materiallar orqali miya neyronlarining faol integratsiyasi kuchayadi, konstruktiv vositalar esa bolaning fazoviy, kombinator va assotsiativ tafakkurini boyitadi. Raqamli platformalar syujet qurish, obrazlarni yaratish, sabab-oqibatni tushunish ko'nikmalarini shakllantiradi. Bu jarayonlarning barchasi ijodiy kompetensiyaning chuqur rivojlanishiga xizmat qiladi.

Tashkiliy-psixologik omillar — pedagogning yondashuvi, guruh muhitining ochiqligi, baholashning qo'llab-quvvatlovchi xarakteri — ijodiy jarayonni kuchaytiruvchi asosiy faktorlar sifatida namoyon bo'ldi. Montessori, Reggio Emilia va STEAM kabi yondashuvlarda aynan muhit va pedagogning roli yetakchi omil sifatida ko'rsatilgani natijalar bilan mos keladi.

Yakuniy xulosalar shuni ko'rsatadiki, maktabgacha ta'limda ijodiy kompetensiyalarni rivojlantirish uchun ta'limiy vositalarni modernizatsiya qilish zaruriy ehtiyojdir. An'anaviy vositalar ijodkorlik salohiyatini ochishga to'liq xizmat

qilmaydi, chunki ular reproduktiv yondashuvga asoslangan. Takomillashtirilgan sensor-motor, konstruktiv, multimodal va raqamli vositalar esa ijodiy kompetensiyaning barcha komponentlarini — tasavvur, noodatiy fikrlash, fluensiya, original g'oya yaratish — sezilarli darajada faollashtiradi.

Maktabgacha ta'lim tizimida quyidagi tavsiyalarni amalga oshirish maqsadga muvofiq:

1. Ta'limiy vositalarni innovatsion modellar asosida yangilash.
2. Pedagoglar uchun kreativ metodlar bo'yicha muntazam malaka oshirish treninglarini yo'lga qo'yish.
3. Guruhlarda ijodiy muhit yaratishga qaratilgan tashkiliy-psixologik tuzilmani shakllantirish.
4. STEAM, Montessori, Reggio Emilia yondashuvlarini integratsiya qilish.
5. Raqamli kreativ platformalardan ta'lim jarayonida tizimli foydalanish.

Ushbu tavsiyalar maktabgacha ta'lim sifatini oshirish, bolalar ijodiy salohiyatini erta bosqichda rivojlantirish va kelajakdagi muvaffaqiyatlari uchun mustahkam poydevor yaratishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Yo'ldosheva, G., To'raeva, N. *Maktabgacha ta'lim metodikasi*. — Toshkent: Fan va texnologiya, 2020.
2. Rahimova, N. *Bolalarda ijodiy fikrlashni rivojlantirish metodlari*. — Toshkent: Yangi asr avlodi, 2019.
3. Egamberdiyeva M.K “Maktabgacha tayyorlov guruhlaridagi bolalarda ijodiy kompetensiyaning shakllantirishning psixologik-pedagogik asoslari” Maktabgacha ta'limda uzluksiz kasbiy rivojlantirish: muammo va yechimlar respublika ilmiy-amaliy kanfrensiya Toshkent-2025 25-iyun

O'SMIRLARDA EMOTSIONAL O'ZGARISHLAR VA ULAR BILAN SAMARALI MULOQOT USULLARI

Teshaboyeva Nargiza Bilolidinovna
Andijon viloyati Oltinko'l tumani 2-son politexnikumi psixologi

Annotatsiya. Mazkur maqolada o'smir yoshidagi bolalarda yuz beradigan emotsional o'zgarishlar, ularning psixologik xususiyatlari hamda ota-ona va pedagoglarning ular bilan samarali muloqot usullari haqida fikr yuritiladi.

Kalit so'zlar: o'smirlik davri, emotsional o'zgarish, muloqot, psixologik qo'llab-quvvatlash, tarbiya.

Abstract: This article discusses the emotional changes that occur in adolescent children, their psychological characteristics, and methods of effective communication with them by parents and educators. Keywords: adolescence, emotional change, communication, psychological support, upbringing.

Kirish

O'smirlik davri inson hayotining eng mas'uliyatli va murakkab bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda bolalarda jismoniy, ruhiy va emotsional o'zgarishlar kuchayadi. Ayniqsa, his-tuyg'ularning tez-tez almashib turishi, mustaqillikka intilish va o'z fikrini qat'iy himoya qilish kabi xususiyatlar ko'proq namoyon bo'ladi. Shu sababli ota-ona, o'qituvchi va jamiyatning bu jarayonga to'g'ri yondashuvi muhim ahamiyat kasb etadi. Asosiy qism O'smirlik davrida emotsional o'zgarishlarning asosiy sabablari quyidagilardan iborat: 1. Biologik o'zgarishlar. Bu davrda gormonal jarayonlar faollashadi, natijada o'smir tez jahldor, kayfiyati o'zgaruvchan bo'lishi mumkin. 2. Shaxsiylikni izlash. O'smir o'z "men"ini anglashga harakat qiladi, mustaqil qaror qabul qilishni xohlaydi. 3. Ijtimoiy munosabatlar. Do'stlar, sinfdoshlar, oiladagi aloqalar o'smirning ruhiy holatiga katta ta'sir ko'rsatadi. Samarali muloqot usullariga quyidagilar kiradi: □ Eshitish va tushunishga harakat qilish. Ota-ona yoki o'qituvchi o'smirning gapini bo'lmasdan tinglashi zarur. Bu unga hurmat va ishonch uyg'otadi. □ Ijobiy munosabat bildirish. O'smirning kichik yutuqlarini ham e'tirof etish uning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlaydi.

Tanqidni to'g'ri ifoda etish. Shaxsiyatni emas, balki xatti-harakatni tanqid qilish kerak. Hamkorlik ruhida yondashuv. Qarorlarni birgalikda muhokama qilish o'smirni mas'uliyatli bo'lishga o'rgatadi. O'smirlarning emotsional rivojlanishiga faqat biologik o'zgarishlar emas, balki ijtimoiy omillar ham kuchli ta'sir ko'rsatadi. Maktab muhiti, tengdoshlar bilan aloqalar, internet va ijtimoiy tarmoqlar o'smirning kayfiyati, dunyoqarashi hamda o'ziga bo'lgan ishonchini shakllantiruvchi asosiy omillardan hisoblanadi.

1. Maktab muhitining ta'siri. O'quvchilarning dars jarayonidagi muvaffaqiyatlari yoki qiyinchiliklari, o'qituvchilar bilan munosabatlari, sinfdoshlar orasidagi o'rni ularning emotsional holatiga bevosita ta'sir qiladi. Maktabda o'zini qadrlangan va e'tirof etilgan his qilgan o'smir ko'proq ijobiy kayfiyatda bo'ladi. Aksincha, doimiy tanqid, e'tiborsizlik va past baholash uning o'ziga ishonchini pasaytiradi.

2. Do'stlar davrasining roli. O'smirlik davrida do'stlarning fikri ota-onanikidan ham muhimroq bo'lib qolishi mumkin. Ular ko'pincha o'zini tengdoshlar davrasida qanday qabul qilinishiga qarab baholaydi. Shu bois, do'stlar bilan sog'lom aloqalar o'smirning emotsional barqarorligi uchun juda muhim. Biroq noto'g'ri davraga tushib qolgan o'smirda salbiy odatlar paydo bo'lish xavfi ham bor.

3. Internet va ijtimoiy tarmoqlar ta'siri. Bugungi kunda o'smirlarning emotsional o'zgarishlarida internet va ijtimoiy tarmoqlar katta o'rin tutadi. Virtual makonda ular o'zini erkinroq his qiladi, lekin ko'pincha taqqoslash, ideal obrazlarga intilish sababli o'zini past baholash hollari ham uchraydi. Shuningdek, "onlayn qaramlik" ham o'smirlarning ruhiy salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu bois ota-onalar internetdan foydalanish vaqtini nazorat qilish bilan birga, bolaga ishonch bildirishlari lozim.

4. Emotsional barqarorlikni shakllantirish yo'llari. O'smirlarning ruhiy dunyosini qo'llab-quvvatlashda sport, san'at, ijodiy mashg'ulotlar katta ahamiyatga ega. Mashg'ulotlar orqali o'smir o'zini ifoda etadi, ortiqcha stress va tashvishlardan xalos bo'ladi. Bundan tashqari, oilaviy suhbatlar, birgalikdagi dam olish, kichik mas'uliyatlarni topshirish ham o'smirning emotsional barqarorligini oshiradi.

5. Psixologik yordam va maslahatlar. Ba'zi hollarda o'smirlarning kayfiyati keskin tushishi, o'zini yolg'iz his qilishi, jamoaga qo'shilmaslik holatlari kuzatilishi mumkin. Bunday vaziyatlarda maktab psixologining yordamidan foydalanish, maxsus treninglar o'tkazish yaxshi natija beradi. Psixologik qo'llab-quvvatlash o'smirning o'zini anglashiga, ichki muammolarini yengishiga yordam beradi.

O'smirlik davri ko'plab psixologlar tomonidan "inqiroz davri" deb ham ataladi. Chunki bu yoshda bolaning xarakteri shakllanadi, dunyoqarashi o'zgaradi va u o'zini kattalar qatorida ko'rishni istaydi. Biroq aynan shu jarayon ota-ona va o'smir o'rtasida ko'plab kelishmovchiliklarga sabab bo'ladi. O'smirlarda kuzatiladigan emotsional xususiyatlar:

- ☐ O'ziga haddan tashqari talabchanlik va o'zini tanqid qilish.
- ☐ Mustaqil bo'lishga intilish, biroq hali tajriba yetarli emasligi.
- ☐ Ko'pincha "asabiylashish", tez jahllanish.

- ☐ Kayfiyatning tez-tez o'zgarib turishi.

- ☐ Kattalarning fikriga qarshi chiqish orqali o'zini himoya qilish.

Ota-ona va pedagoglarning keng tarqalgan xatolari:

1. O'smirning fikrini inkor qilish yoki uni "bola" deb hisoblash.

2. Qattiq nazorat o'rnatish va erkinlik bermaslik.

3. Jamoat ichida tanqid qilish, uyaltirish.

4. O'smirning qiziqishlarini e'tiborsiz qoldirish.

5. Telefon yoki internetdan foydalanishni keskin taqiqlash (bu faqat qarshilikni kuchaytiradi).

Amaliy tavsiyalar:

- ☐ O'smirni qaror qabul qilish jarayonlariga jalb qilish (masalan, oilaviy muhokamalarda so'z berish).

- ☐ Har kuni hech bo'lmaganda 15–20 daqiqa samimiy suhbat qurish.

- ☐ Unga kichik mas'uliyatlar topshirish (uy yumushlari, kichik xaridlar) va bu orqali ishonch bildirish.

- ☐ Emotsiyalarni boshqarishni o'rgatish: sport, musiqaga qiziqtirish, nafas mashqlari, kunlik yuritish.

□“Sen buni qila olmaysan” o‘rniga “Men senga ishonaman” kabi ijobiy jumladan foydalanish.

Oila muhiti—o‘smirning ruhiy barqarorligi uchun eng muhim omil hisoblanadi. Oilada mehr, samimiyat, o‘zaro hurmat bo‘lsa, bola ham ijtimoiy hayotda ko‘proq muvaffaqiyat qozonadi. Aks holda, mehr va e‘tibor yetishmagan o‘smir ko‘pincha salbiy do‘stlar ta’siriga tushib qolishi mumkin. Xulosa O‘smirlik davri — inson hayotidagi eng murakkab va hissiyotlarga boy bosqichdir. Bu davrda bola o‘z shaxsini anglashga, mustaqillikka va jamiyatda o‘z o‘rnini topishga intiladi. Shu jarayonda ota-ona va pedagoglarning vazifasi o‘smirni tushunish, unga mehr bilan yondashish va to‘g‘ri muloqot qilishdir. Samarali muloqot usullarini qo‘llash orqali o‘smirning ruhiy barqarorligi, ijtimoiy moslashuvi va shaxs sifatida shakllanishi ta’minlanadi.

O‘SMIRLIK DAVRIDA TRANSFORMATSIYA: NAZORAT PARADIGMASIDA ISHONCHLI HAMKORLIKKA O‘TISH

*Salayeva Ruxsora Qudrat qizi
Xorazm viloyati Xonqa tuman 16-son maktab psixologi,
Otaboyeva Marhabo Alisher qizi
Xorazm viloyati Xonqa tuman 26-son maktab psixologi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada o‘smirlik davridagi shaxsiyat shakllanishining psixologik determinantalari, ota-ona va farzand o‘rtasidagi munosabatlarning vertikal (ierarxik) tizimdan gorizontal (demokratik) tizimga o‘tish zaruriyati hamda "ishonch ko‘prigi"ni qurishning kognitiv-bixevioral jihatlari tahlil qilinadi.

Ontogenezdagi Inqirozli Davr

O‘smirlik (pubertat) davri — ontogenezning eng murakkab bosqichi bo‘lib, u nafaqat fiziologik metamorfozalar, balki ijtimoiy statusning tubdan o‘zgarishi bilan ham xarakterlanadi. L.S. Vigotskiy ta’riflaganidek, o‘smirlikning markaziy

neoplazmasi (yangi tuzilmasi) — bu "**kattalik hissi**" (чувство взрослости) dir. Aynan shu his ota-onalarning an'anaviy nazorat mexanizmlari bilan toqqa-to'qnash keladi.

Nazoratning Psixologik Inqirozi: Nima uchun eski usullar ishlamaydi?

Bolalikda ota-ona va farzand munosabati "subyekt-obyekt" modeliga asoslanadi. Ya'ni, ota-ona qaror qabul qiladi, bola ijro etadi. Biroq, o'smirda **avtonomiya ehtiyoji** shakllangach, tashqi nazorat (external control) uning shaxsiy "Men"iga tajovuz sifatida qabul qilinadi.

Reaktiv qarshilik (Reactance Theory): Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, inson o'z tanlov erkinligi cheklanayotganini his qilsa, u taqiqlangan harakatni amalga oshirishga ko'proq moyil bo'ladi.

Kognitiv rivojlanish: O'smirda mavhum mantiqiy fikrlash rivojlanadi. U endi "chunki men aytdim" degan argumentni qabul qilmaydi; u mantiqiy asos va teng huquqlilikni talab qiladi.

Ishonch — Barqaror Shaxsiyat Poydevori

Ishonchga asoslangan munosabat o'smirda o'zini xavfsiz his qilish va "ijtimoiylashuv laboratoriyasi"da xato qilish huquqini beradi. Akademik nuqtai nazardan, ishonch ikki komponentdan iborat:

1. **Kognitiv ishonch:** Ota-onaning farzand qobiliyatiga va mas'uliyatiga bo'lgan ishonchi.

2. **Affektiv ishonch:** Tuyg'ularning ochiqligi va emotsional daxldorlik.

"Do'stlik" Konsepsiyasining Psixologik Talqini

Psixologiyada "ota-ona — o'smir do'stligi" tushunchasi ko'pincha noto'g'ri talqin qilinadi. Bu o'rinda gap "**Ierarxik hamkorlik**" haqida bormoqda.

Emotsional yaqinlik: Bu o'smir o'z muammolari bilan kelganda hukm qilinmasligini bilishidir.

Distansiya saqlash: Shaxsiy chegaralar (boundaries) hurmat qilinishi shart. Ota-ona o'smirning hamma sirlarini bilishga intilmasligi kerak — bu uning individuallashuv (individuation) jarayoni uchun zarur.

Nazoratdan Ishonchga O'tishning Amaliy Strategiyalari

A. Monitoringni Shartli Kelishuvga Almashtirish

Qat'iy nazorat o'rniga "Kelishuv shartnomasi" metodikasini qo'llash tavsiya etiladi. Bunda huquqlar va majburiyatlar aniq belgilanadi. Masalan, "Agar sen o'z vaqtida uyga kelsang (majburiyat), dam olish kunlari do'stlaring bilan qolish vaqtingni uzaytiramiz (imtiyoz)". Bu o'smirda **o'z-o'zini regulatsiya qilish** (self-regulation) ko'nikmasini shakllantiradi.

B. Aktiv Tinglash va Validatsiya

O'smirning tuyg'ularini "arzimas" deb hisoblamaslik (validatsiya). Agar u o'zini yomon his qilayotgan bo'lsa, unga yechim berishdan oldin uning hissini tan oling: *"Men sening g'azablanayotganingni tushunaman, bu vaziyatda men ham shunday his qilgan bo'lardim"*.

C. Deklarativ uslubdan Diskursiv uslubga o'tish

Buyruq ohangidagi gaplarni (Imperativ) so'roq va muhokama ohangiga o'tkazish.

- *Deklarativ*: "Hozir darsingni qil!"
- *Diskursiv*: "Vaqtingni qanday taqsimlashni rejalashtiryapsan? Yordamim kerakmi?"

Psixoprofilaktik Tavsiyalar

Ota-ona o'smir bilan muloqotda quyidagi *****"Uchta 'O' qoidasi"*****ga amal qilishi kerak:

1. **Ochiqlik**: O'z tuyg'ulari va xatolari haqida gapirishdan qo'rqmaslik.
2. **Oqillik**: Har qanday vaziyatda emotsional reaksiyadan ko'ra, mantiqiy yechimni ustun qo'yish.
3. **Obyektivlik**: Farzandni boshqalar bilan solishtirmaslik, uning shaxsiy o'sish dinamikasiga e'tibor qaratish.

Xulosa

Nazoratdan ishonchga o'tish — bu bir tomonlama jarayon emas. Bu ota-onadan o'zining ichki qo'rquvlarini (farzandini yo'qotish, xato qilishidan qo'rqish) yengishni talab qiladi. Ishonch ko'prigi qurilganda, o'smir ota-onasidan qochishga emas, balki eng og'ir damlarda aynan o'sha "xavfsiz bandargoh"ga qaytishga intiladi. Bu esa o'spirinlik davridagi deviant xulq-atvorning oldini olishdagi eng samarali vositadir.

Psixologik amaliyotda ota-ona va o'smir o'rtasidagi munosabatlarni tahlil qilishda A.Ya. Varga va V.V. Stolinning "Ota-onaning bolaga munosabati" (ORO) testi keng qo'llaniladi. Ushbu metodika orqali ota-onalar o'zlarining qaysi "qutb"da ekanliklarini aniqlashlari mumkin:

- **Qabul qilish (Acceptance):** Farzandni boricha sevis va uning shaxsiyatini hurmat qilish.

- **Avtoritar giper-sotsializatsiya:** Doimiy nazorat, yutuqlarni talab qilish va qat'iy intizom.

- **Simbioz:** Bola bilan masofaning yo'qligi, uni o'zidan uzoqlashtirmaslikka urinish (o'smirlikda bu rivojlanishga to'sqinlik qiladi).

O'smirlik davridagi kognitiv va emotsional transformatsiyalar

Yo'nalish	Bolalik (Obyekt davri)	O'smirlik (Subyekt davri)	Psixologik tavsiya
Fikr yuritish	Konkret, obrazli	Abstrakt, tahliliy	Argumentlar bilan gapiring
Etakchi faoliyat	O'yin va o'qish	Intim-shaxsiy muloqot	Uning do'stlarini hurmat qiling
Ijtimoiy ehtiyoj	Kattalar himoyasi	Tengdoshlar e'tirofi	Guruhdagi statusini tushuning
Affekt ko'rinishi	Tez o'tuvchi hissiyotlar	Aktsentuatsiya (hissiy portlashlar)	Vaziyatni "muzlatib", keyin gapiring

Konstruktiv muloqot texnologiyasi: "Men-Xabar" (I-Message) uslubi

Akademik psixologiyada ishonchni tiklashning eng samarali usullaridan biri — bu muloqotda "Sen-ayblash"dan "Men-his qilish"ga o'tishdir.

- **Xato (Sen-ayblash):** "Sen yana kech qolding, juda mas'uliyatsizsan!" (Bu mudofaa va agressiyani chaqiradi).

- **To'g'ri (Men-xabar):** "Sen kech qolganingda men qattiq xavotirga tushaman va o'zimni yomon his qilaman. Kelishuvimizga amal qilishing men uchun muhim." (Bu o'smirda aybdorlik emas, balki **mas'uliyat** uyg'otadi).

9. Ekspert xulosasi: Dinamik muvozanat

O'smir bilan do'st bo'lish — bu uni o'z holiga tashlab qo'yish (liberalizm) yoki uning har bir qadamini poylash (totalitarizm) emas. Bu — *******"Demokratik monitoring"*******dir. Ya'ni, ota-ona doim yordamga tayyor, lekin farzandi so'ramaguncha uning ichki dunyosiga bostirib kirmaydi.

DESTRUKTIV EMOTSIONAL HOLATLAR O'RTASIDAGI ALOQANING PSIXOLOGIK TAHLILI

Darvishxojayev Xasan Abdulxakimovich
University of Business and Science "Pedagogika va psixologiya" kafedrası
o`qituvchisi,
Isoqova Go'zalxon Abdijabbarovna
University of Business and Science Psixologiya yo`nalishi talabasi

Annotatsiya. Mazkur maqolada destruktiv emotsional holatlar o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik psixologik jihatdan tahlil qilinadi. Tadqiqotda agressiya va depressiyaning shakllanish mexanizmlari, ularning biologik, kognitiv hamda xulq-atvor omillari asosida yuzaga kelishi yoritilgan. Destruktiv emotsional holatlarning birgalikda namoyon bo'lishi shaxsning psixologik barqarorligi va ijtimoiy moslashuviga salbiy ta'sir ko'rsatishi ilmiy dalillar asosida asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: Destruktiv emotsiyalar, agressiya, depressiya, psixologik holat, xulq-atvor buzilishi, komorbidlik, emotsional disfunktsiya.

Agressiya va depressiya zamonaviy psixologiya hamda neyropsixologiya fanlarida o'zaro chambarchas bog'liq bo'lgan murakkab psixik holatlar sifatida talqin etiladi. Ushbu holatlar bir qator umumiy biologik, neyrofiziologik va psixologik mexanizmlar asosida shakllanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, inson organizmida faoliyat yurituvchi ayrim neyrokimyoviy moddalarning (masalan, serotonin, dopamin va noradrenalin) muvozanati ham aggressiv, ham depressiv holatlarning yuzaga kelishida muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, miyada mavjud bo'lgan o'ziga xos neyron tarmoqlar va funksional tizimlar ushbu holatlarni tartibga solish va nazorat

qilish jarayonida bevosita ishtirok etadi [1]. Inson miyasining bir qator strukturalari, jumladan, limbik tizim, prefrontal korteks va amigdala agressiya va depressiyaning paydo bo'lishi, kuchayishi yoki susayishiga ta'sir ko'rsatadi. Ushbu miya tuzilmalari emotsional javoblar, impulslarni nazorat qilish hamda stressga munosabatni boshqarishda yetakchi rol o'ynaydi. Shu sababli, bu strukturalardagi funksional buzilishlar yoki nomutanosibliklar agressiv va depressiv xatti-harakatlarning kuchayishiga olib kelishi mumkin [2].

Agressiya va depressiyaga moyillik ko'pincha shaxsning individual psixologik xususiyatlari, temperament tipi va xulq-atvor buzilishlari bilan bog'liq holda namoyon bo'ladi. Bunday holatlar, ayniqsa, ijtimoiy moslashuv darajasi past bo'lgan, stressga chidamliligi yetarli bo'lmagan shaxslarda ko'proq uchraydi [3]. Bir qarashda, agressiya va depressiya bir-biriga qarama-qarshi holatlar sifatida qabul qilinishi mumkin. Chunki depressiya, asosan, ichki emotsional holatlarning susayishi, umidsizlik, passivlik va o'zini ayblash kabi belgilar bilan ifodalanadi [4], agressiya esa tashqi muhitga yo'naltirilgan tajovuzkor xatti-harakatlar, dushmanlik va impulsivlik orqali namoyon bo'ladi [5]. Biroq ilmiy tadqiqotlar ushbu ikki holat o'rtasida chuqur bog'liqlik mavjudligini ko'rsatmoqda. Oldingi tadqiqotlarda agressiya va depressiya xulq-atvorning turli shakllari sifatida tahlil qilinib, ular ko'p hollarda birgalikda yuzaga kelishi aniqlangan. Ayniqsa, bolalar va o'smirlar orasida agressiv va depressiv belgilar bir vaqtning o'zida namoyon bo'lishi keng tarqalgan holat hisoblanadi. Agressiya va depressiyaning komorbid holatda kechishi bir qator jiddiy psixologik va ijtimoiy muammolarni keltirib chiqaradi. Bunday shaxslarda depressiv simptomlar uzoq muddat davom etishi, ijtimoiy munosabatlarda qiyinchiliklar yuzaga kelishi, shaxslararo aloqalardan chekinish, sotsiopatologik disfunktsiyalar kuchayishi mumkin. Bundan tashqari, suitsidal xatti-harakatlarga moyillik va psixoaktiv moddalarni iste'mol qilish xavfi ham sezilarli darajada ortadi [6].

Mazkur holatlarning muhim jihatlaridan biri shundaki, agressiv va depressiv shaxslar axborotni qabul qilish, qayta ishlash va talqin etishda o'ziga xos kognitiv sxemalarga ega bo'ladilar. Bu sxemalar faqat bir vaqtda shakllanib qolmay, balki har bir shaxsda turli darajada ifodalanadi. Agressiya va depressiyaning kuchi hamda

namoyon bo'lish shakli ko'pincha ushbu holatlardan qaysi biri birinchi yuzaga kelganiga bog'liq bo'lishi mumkin.

Agressiya va depressiya o'rtasidagi munosabatlarni tushuntirishdagi eng murakkab ilmiy masalalardan biri ushbu bog'liqlikning rekursiv (bir yo'nalishli) yoki norekursiv (ikki tomonlama) xarakterga egaligini aniqlashdan iboratdir. Ba'zi nazariy yondashuvlarga ko'ra, depressiv holatlarga xos bo'lgan past o'z-o'zini baholash agressiv xatti-harakatlarning yuzaga kelish zanjirida muhim bo'g'in sifatida namoyon bo'ladi. Ushbu qarashga binoan, shaxs o'zini qadrsiz his qilishi natijasida ichki zo'riqish kuchayib, bu holat tashqi agressiya orqali ifodalanishi mumkin. Biroq, empirik tadqiqotlar bunday yondashuv har doim ham universallikka ega emasligini ko'rsatadi. Masalan, og'ir jinoyatlar — qotillik yoki zo'rlash kabi agressiv harakatlar ko'pincha o'ziga yuqori baho beradigan, ustunlik va kuch hissi kuchli bo'lgan shaxslar tomonidan sodir etilishi aniqlangan. Bu holat agressiya faqat past o'z-o'zini baholash bilan bog'liq degan qarashni shubha ostiga qo'yadi. Shuningdek, maniakal-depressiv buzilishlarga ega shaxslar misolida ham agressiya ko'proq maniakal fazada kuzatiladi. Baumeister, Bushman va Campbell tadqiqotlariga ko'ra, mazkur bosqich yuqori o'ziga ishonch, energiya faolligi, optimistik kayfiyat va ijobiy emotsional fon bilan tavsiflanadi. Shu sababli, agressiyaning aynan shu fazada yuzaga kelishi intuitiv jihatdan kutilmagan holat sifatida namoyon bo'ladi.

Ilmiy adabiyotlarda uzoq vaqt davomida hukmron bo'lib kelgan "past o'z-o'zini baholash agressiyaning asosiy sababi" degan g'oya hozirgi kunda tadqiqotchilar o'rtasida bahsli masalaga aylangan [9]. Mazkur omil agressiyaning to'g'ridan-to'g'ri sababi ekanligi hali aniq isbotlanmagan bo'lsa-da, ayrim tadqiqotlar kuchli depressiv buzilishlardan aziyat chekayotgan shaxslar agressiv xulq-atvorning jiddiy shakllariga moyil bo'lishi mumkinligini ko'rsatadi. Tengdoshlar tomonidan rad etilish, salbiy ijtimoiy munosabatlar, maktabdagi muvaffaqiyatsizlik, mustaqil ijtimoiy stresslar va oilaviy muammolar agressiyaning depressiyadan oldin qo'zg'atuvchi ijtimoiy omillar sirasiga kiradi. Biroq, ushbu mexanizmlar har doim ham depressiyadan agressiyaning keltirib chiqaradi deb baholanishi mumkin emas, chunki ayrim hollarda ular bir-biridan mustaqil ravishda ham ushbu holatlarning kuchayishiga olib keladi. Umuman olganda,

agressiya va depressiyaning shakllanishi va saqlanib qolishida kognitiv jarayonlar, ijtimoiy muhit hamda individual psixofiziologik omillar muhim ahamiyat kasb etadi. Tadqiqotchilar ushbu destruktiv emotsional holatlar o'zaro murakkab va ko'p qatlamli aloqaga ega ekanligini, bu esa shaxsning ichki psixologik tuzilmasi va tashqi ijtimoiy sharoitlar uyg'unligi bilan belgilanishini ta'kidlaydilar. Shuningdek, mazkur noadaptiv xulq-atvor shakllarining etiologiyasida shaxsning fiziologik yoshi va individual rivojlanish xususiyatlari ham muhim omil sifatida namoyon bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Montoya E. R., Terburg D., Bos P. A., Van Honk, J. (2012). Testosterone, cortisol, and serotonin as key regulators of social aggression: A review and theoretical perspective. *Motivation and Emotion*, 36 (1), 65-73.
2. Zöllner R., Schulte-Güstenberg L. R., Wulff L., Schöning S. (2018). Low left amygdala volume is associated with a longer duration of unipolar depression. *Journal of Neural Transmission*, 125 (2), 229-238.
3. Levi M. D., Nussbaum D. S., Rich J. B. (2010). Neuropsychological and personality characteristics of predatory, irritable, and nonviolent offenders: Support for a typology of criminal human aggression. *Criminal Justice and Behavior*, 37 (6), 633-655.
4. National Institute of Mental Health (2018). Depression. Retrieved September 8, 2018, from <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression/index.shtml>
5. Steiner H., Silverman M., Karnik, N. S., Huemer J. (2011). Psychopathology, trauma and delinquency: Subtypes of aggression and their relevance for understanding young offenders. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 5 (1), 21.
6. Messer S. C., Gross A. M. (1994). Childhood depression and aggression: A covariance structure analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 32(6), 663-678.
7. Panak W.F., Garber J. (1992). Role of aggression, rejection, and attributions in the prediction of depression in children. *Development and Psychopathology*, 4 (1), 145-165.
8. Quiggle N.L., Garber J., Panak W.F., Dodge, K.A. (1992). Social information processing in aggressive and depressed children. *Child Development*, 63 (6), 1305-1320.
9. Baumeister R.F., Bushman B.J., Campbell, W.K. (2000). Self-esteem, narcissism, and aggression: Does violence result from low self-esteem or from threatened egotism. *Current Directions in Psychological Science*, 9 (1), 26-29.
10. A.Rashidov. Bolajak oqituvchilarni dars mashg'ulotlarini tashkillashtirishda loyiha metodining ahamiyati. *Academic research in educational sciences*, 2023.

TEMPERAMENTNING SHAXS XULQ-ATVORIGA TA'SIRI

Soliqulov Yusufjon

Nizomiy nomidagi TDPU Pedagogika va psixologiya fakulteti amaliy psixologiya yo'nalishi 2-kurs 201-guruh talabasi

Annotatsiya. Ushbu maqolada temperamentning shaxs xulq-atvorining shakllanishi va rivojlanishidagi o'rni ilmiy asosda tahlil qilinadi. Tadqiqotda temperament tushunchasi, uning biologik va ijtimoiy omillar bilan bog'liqligi hamda temperament turlarining shaxsning hissiy holati, stressga chidamliligi, ijtimoiy munosabatlari va motivatsiyasiga ta'siri yoritib beriladi. Shuningdek, temperamentning pedagogik va psixologik amaliyotdagi ahamiyati ochib berilib, ta'lim-tarbiya jarayonida individual yondashuvni shakllantirishdagi roli asoslanadi. Maqola natijalari temperamentni hisobga olgan holda shaxs xulq-atvorini samarali rivojlantirishga xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: temperament, shaxs, xulq-atvor, psixologik rivojlanish, stressga chidamlilik, individual yondashuv.

Kirish

Psixologiya fanida temperament xususiyatlari deganda, alohida bir shaxsning psixik faoliyati dinamikasini belgilovchi psixikaning barqaror, o'zgarmas individual-tipologik xususiyatlari majmuasi tushuniladi: Mazkur xususiyatlar turli shakl va mazmunga ega bo'lgan motivlarda, psixik holatlarda, maqsadlarda, faoliyatlarda nisbatan o'zgarmas temperament tipini tavsiflovchi tuzilmani tashkil qiladi.

Zamonaviy psixologiya fanida shaxsni har tomonlama o'rganish muhim ahamiyat kasb etadi. Shaxsning xulq-atvori, hissiy holati va ijtimoiy munosabatlari uning individual-psixologik xususiyatlari bilan chambarchas bog'liqdir. Ana shunday muhim xususiyatlardan biri temperament hisoblanadi. Temperament shaxsning tug'ma psixologik xususiyati bo'lib, uning faoliyat sur'ati, hissiy reaksiyalari va tashqi muhitga munosabatini belgilaydi.

Bugungi kunda ta'lim va tarbiya jarayonida shaxsning individual xususiyatlarini, xususan temperamentini hisobga olish dolzarb masalalardan biridir. Chunki

temperament shaxs xulq-atvorining barqaror jihatlarini belgilab, insonning stressli vaziyatlarga munosabati, muloqot uslubi va faoliyat samaradorligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli temperamentning shaxs xulq-atvoriga ta'sirini ilmiy jihatdan o'rganish muhim ahamiyatga ega.

Mazkur maqolaning maqsadi temperament tushunchasini ilmiy asosda tahlil qilish, uning shaxs xulq-atvoriga ta'sirini aniqlash hamda psixologik va pedagogik amaliyotdagi ahamiyatini yoritib berishdan iborat.

1. Temperament tushunchasi va uning ilmiy asoslari

Temperament tushunchasi qadim zamonlardan beri olimlarning e'tiborini tortib kelgan. Ilk bor temperament haqida Gippokrat tomonidan to'rt xil suyuqlik (qon, balg'am, sariq va qora safro) nazariyasi ilgari surilgan. Keyinchalik bu nazariya Galen tomonidan rivojlantirilgan. Zamonaviy psixologiyada esa temperament nerv tizimining tug'ma xususiyatlari bilan izohlanadi.

Temperament shaxsning ruhiy jarayonlarining tezligi, kuchi, barqarorligi va muvozanati bilan bog'liq bo'lib, u insonning xulq-atvorida doimiy tarzda namoyon bo'ladi. Temperament shaxsning ijtimoiy tajribasi davomida o'zgarmaydi, biroq uning namoyon bo'lish shakllari tarbiya va muhit ta'sirida ma'lum darajada boshqarilishi mumkin. Ilmiy adabiyotlarda temperament asosan nerv tizimining kuchi, muvozanati va harakatchanligi bilan bog'liq holda tushuntiriladi. Bu xususiyatlar shaxsning tashqi ta'sirlarga qanday munosabat bildirishini belgilaydi.

Temperament turlari va ularning xususiyatlari, hamda tarfi.

Temperament "temperamentum" degan so'zdan olingan bo'lib, buning ma'nosi "aralashma" degan tushunchani anglatadi — bu individning tug'ma xususiyatlari bo'lib, uning hissiy va harakatlanuvchanlik jihatlarini belgilaydi. Birinchi marta temperamentni tasniflashga urinishlar qadimgi yunoniston va Rimda amalga oshirilgan. Eng mashhur tasniflardan biri Hippokrat tomonidan ishlab chiqilgan "to'rt element" nazariyasiga asoslanadi. Bu nazariyaga ko'ra, temperament to'rt turga bo'lingan: sangvinik, xolerik, flemmatiko, melanxolik. Har bir temperament turi shaxs xulq-atvorida o'ziga xos jihatlar bilan namoyon bo'ladi.

Sangvinik temperamentga ega shaxslar faol, ijtimoiy, tezkor va moslashuvchan bo'ladilar. Ular yangi vaziyatlarga tez moslashadi, muloqotga kirishuvchan va optimistik kayfiyatga ega bo'ladilar.

Xolerik temperament vakillari tezkor, hissiyotga beriluvchan va jo'shqin bo'lishadi. Ularning xulq-atvori keskinlik va yuqori faollik bilan ajralib turadi, biroq ba'zan sabrsizlik va hissiy beqarorlik kuzatiladi.

Flegmatik shaxslar vazmin, sokin va barqaror bo'lib, ularning xulq-atvori sekin, lekin izchil kechadi. Ular stressga nisbatan chidamli va muvozanatli hisoblanadi.

Melanxolik temperament vakillari sezgir, mulohazali va hissiy jihatdan nozik bo'ladilar. Ular tashqi ta'sirlarga kuchli reaksiya bildirishi mumkin, shu bois ularning xulq-atvorida tortinchoqlik va ehtiyotkorlik ustun bo'ladi.

Ushbu klassifikatsiya keyinchalik zamonaviy psixologlar tomonidan rivojlantirildi va temperamentning biologik, ijtimoiy va madaniy jihatlari haqida kengroq tasavvur hosil qilindi. Bu turdagi tasniflash insonning o'ziga xos xususiyatlarini aniq belgilashga imkon beradi va turli shaxsiyatlarni tushunishda muhim ahamiyatga ega.

3. Temperamentning shaxs xulq-atvoriga ta'siri

Temperament shaxs xulq-atvorining dinamik tomonlarini belgilaydi. U insonning faoliyat tezligi, hissiy reaksiyalari va stressli vaziyatlarga munosabatida yaqqol namoyon bo'ladi.

Masalan, sangvinik va xolerik shaxslar faoliyatda tashabbuskor bo'lsa, flegmatik va melanxolik shaxslar ehtiyotkorlik va mulohazakorlikni afzal ko'radilar. Temperament shuningdek shaxsning muloqot uslubiga ham ta'sir qiladi. Ba'zi shaxslar ochiq va kirishuvchan bo'lsa, boshqalari yopiq va kamgap bo'lishi mumkin.

Stressga chidamlilik ham temperament bilan bevosita bog'liqdir. Kuchli nerv tizimiga ega shaxslar stressli vaziyatlarda o'zini boshqara oladi, kuchsiz nerv tizimiga ega shaxslar esa bunday holatlarda tez charchaydi yoki hissiy zo'riqishga duch keladi.

Temperament va shaxs rivojlanishi

Temperament shaxs rivojlanishining biologik asosini tashkil etadi. U shaxsning ijtimoiy tajribani qanday o'zlashtirishini belgilab beradi. Tarbiya va ta'lim jarayonida

temperamentni hisobga olish orqali shaxsning ijobiy sifatlarini rivojlantirish va salbiy jihatlarini yumshatish mumkin. Shaxsning o'z-o'zini boshqarish, motivatsiya va maqsadga intilish kabi sifatleri ham temperament bilan uzviy bog'liq. To'g'ri tashkil etilgan tarbiya jarayoni temperament xususiyatlarini ijobiy yo'nalishga yo'naltiradi.

Temperamentning pedagogik va psixologik amaliyotdagi ahamiyati

Pedagogik jarayonda temperamentni hisobga olish o'quvchilarga individual yondashuvni ta'minlaydi. Har bir o'quvchining temperament xususiyatlarini bilish o'qituvchiga ta'lim jarayonini samarali tashkil etish imkonini beradi. Pedagogika sohasida temperamentni hisobga olish bolalarning ta'lim va tarbiyasini moslashtirish uchun muhimdir. Har bir bolaga uning temperamentiga mos tarzda yondashish kerak. Flemmatiko bolalar ko'pincha sekin o'qishadi, ularning o'qish motivatsiyasi va tashabbuskorligi boshqa bolalarga qaraganda pastroq bo'lishi mumkin. Sangvinik bolalar esa faol, ijtimoiy va tez o'zlashtiruvchi bo'lishadi. Xolerik bolalar esa o'zlarini ko'rsatishga intiladilar, lekin ular tez xafa bo'lishlari mumkin, shuning uchun ular bilan ishlashda sabr-toqat va qo'llab-quvvatlash zarur. Pedagogik amaliyotda temperamentning turli jihatlarini hisobga olish, bolalarning individual ehtiyojlariga mos yondashish va ularning ijtimoiy, emotsional va intellektual rivojlanishini qo'llab-quvvatlashda muhim rol o'ynaydi.

Psixologik amaliyotda esa temperament shaxs bilan ishlashda muhim diagnostik omil hisoblanadi. Maslahat berish, psixokorreksiya va profilaktika jarayonlarida temperamentni hisobga olish ijobiy natijalarga olib keladi. Temperament — bu shaxsning tug'ma, nisbatan barqaror psixologik xususiyatlari bo'lib, u insonning hissiy reaksiyalari, faollik darajasi, tezkorligi va tashqi ta'sirlarga munosabat bildirish uslubini belgilaydi. Psixologik amaliyotda temperamentni hisobga olish mutaxassis faoliyatining samaradorligini oshirishda muhim o'rin tutadi. Avvalo, temperament shaxsning xulq-atvorini tushunish va bashorat qilish imkonini beradi. Masalan, xolerik temperamentga ega shaxslar tezkor, hissiyotga beriluvchan va faol bo'lsa, flegmatiklar sokin, vazmin va sekin harakat qiladi. Psixolog mijozning temperament turini aniqlash orqali uning muammolarga qanday munosabat bildirishini, stress holatida o'zini qanday tutishini oldindan taxmin qila oladi. Bu esa individual yondashuvni

ta'minlaydi. Psixologik maslahat va psixokorreksiya jarayonida ham temperament katta ahamiyatga ega. Bir xil metod barcha temperament egalari uchun bir xil natija bermaydi. Masalan, sangvinik va xolerik shaxslarda faol suhbat, trening va rolli o'yinlar samarali bo'lsa, melanxolik va flegmatik shaxslar bilan sekin, ehtiyotkor va qo'llab-quvvatlovchi yondashuv talab etiladi. Demak, temperamentni hisobga olish psixologik yordamning sifatini oshiradi. Ta'lim va tarbiya jarayonida temperament o'quvchi yoki talabaning o'rganish uslubini belgilaydi. Ba'zi temperament egalari tez o'zlashtirsa, boshqalarga ko'proq vaqt va takrorlash kerak bo'ladi. Psixolog-amaliyotchi pedagoglar bilan hamkorlikda o'quvchilarning temperament xususiyatlarini aniqlab, ularga mos metodlarni tavsiya qilishi mumkin. Bu esa o'quv motivatsiyasini oshirishga xizmat qiladi.

Kasbga yo'naltirishda temperamentning ahamiyati ayniqsa katta. Har bir kasb ma'lum psixologik talablarni qo'yadi. Masalan, tezkor qaror qabul qilishni talab etadigan kasblar xolerik va sangvinik shaxslarga mos kelsa, diqqat va sabr talab qiluvchi kasblar flegmatik va melanxolik shaxslarga ko'proq mos bo'lishi mumkin. Psixolog temperamentni inobatga olgan holda shaxsning kasbiy moslashuvini yengillashtiradi.

Xulosa qilib aytganda, temperament psixologik amaliyotda shaxsni chuqur tushunish, individual yondashuvni ta'minlash va samarali psixologik yordam ko'rsatishda muhim omil hisoblanadi. Temperamentni to'g'ri baholash va undan oqilona foydalanish psixolog faoliyatining ilmiy va amaliy qiymatini oshiradi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, temperament shaxs xulq-atvorining shakllanishida muhim o'rin tutadi. U shaxsning hissiy holati, faoliyati, stressga munosabati va ijtimoiy aloqalarini belgilovchi asosiy omillardan biridir. Temperament tug'ma xususiyat bo'lishiga qaramay, tarbiya va ta'lim jarayonida uni to'g'ri yo'naltirish orqali shaxs rivojiga ijobiy ta'sir ko'rsatish mumkin. Shuning uchun temperamentni o'rganish va amaliyotda hisobga olish pedagogika va psixologiya fanlarining muhim vazifalaridan biri hisoblanadi. Temperament shaxs xulq-atvorining shakllanishida muhim va barqaror psixologik omil hisoblanadi. U insonning hissiy reaksiyalari, faollik darajasi,

tezkorligi hamda atrof-muhit ta'sirlariga munosabat bildirish uslubini belgilab beradi. Shaxsning kundalik hayotdagi xatti-harakatlari, muloqot uslubi, nizoli vaziyatlarga munosabati va qaror qabul qilish jarayonida temperamentning ta'siri yaqqol namoyon bo'ladi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, temperament xulq-atvorni bevosita belgilab bermaydi, balki unga ma'lum yo'nalish beradi. Tarbiya, ijtimoiy muhit va shaxsiy tajriba temperament bilan o'zaro ta'sirlashgan holda shaxs xulq-atvorini shakllantiradi. Shu bois, bir xil temperamentga ega bo'lgan shaxslarning xulq-atvorida ham individual farqlar kuzatiladi.

Psixologik amaliyotda temperamentni inobatga olish shaxs xulq-atvorini to'g'ri tushunish va baholash imkonini yaratadi. Bu esa psixologik maslahat, tarbiya, ta'lim va kasbga yo'naltirish jarayonlarida samarali yondashuvni ta'minlaydi. Demak, temperamentni chuqur o'rganish va uni shaxs xulq-atvori bilan bog'liq holda tahlil qilish psixologiya fanining muhim ilmiy-amaliy vazifalaridan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. G'oziyev E. **Psixologiya**. – Toshkent: O'qituvchi.
2. Davletshin M. **Umumiy psixologiya**. – Toshkent.
3. Nemov R.S. **Psixologiya**. – Moskva.
4. Leontev A.N. **Faoliyat. Ong. Shaxs**.
5. Rubinshteyn S.L. **Umumiy psixologiya asoslari**.

TA'LIM JARAYONIDA PSIXOLOGIK OMILLARNING O'RNI

Xo'shboqov Kamoliddin

Termiz davlat pedagogika instituti Amaliy psixologiya kafedrası o'qituvchisi

Bugungi kunda ta'lim tizimi jamiyatning ijtimoiy-iqtisodiy va madaniy rivojlanishida muhim o'rin egallaydi. Fan va texnologiyalar tez sur'atlar bilan rivojlanayotgan bir sharoitda ta'lim mazmuni va sifatiga bo'lgan talablar ham ortib bormoqda. Zamonaviy ta'lim jarayonida bilim berish bilan bir qatorda o'quvchi shaxsini psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash, uning mustaqil fikrlash va ijodiy

salohiyatini rivojlantirish muhim vazifaga aylangan. Shu bilan birga, ta'lim jarayonida qator psixologik va pedagogik muammolar yuzaga kelib, ular ta'lim samaradorligiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda.

Zamonaviy ta'lim tizimida eng ko'p uchraydigan muammolardan biri o'quvchilarning o'qishga bo'lgan ichki motivatsiyasining yetarli darajada shakllanmaganligidir. Axborot oqimining ko'pligi, raqamli texnologiyalarning ta'siri natijasida diqqatni jamlash qiyinlashmoqda. Natijada o'quvchilarda tez zerikish, ruhiy charchoq va befarqlik holatlari kuzatiladi. Bundan tashqari, baholash jarayonidagi bosim, ota-ona va jamiyatning yuqori talablari o'quvchilarda stress va xavotirni keltirib chiqaradi. Individual psixologik farqlar e'tiborga olinmaganda, ayrim o'quvchilar o'z imkoniyatlarini to'liq namoyon eta olmaydi, bu esa o'ziga bo'lgan ishonchning pasayishiga olib keladi. Pedagogik muammolar asosan ta'lim metodlari va o'qituvchining kasbiy tayyorgarligi bilan bog'liqdir. Ba'zi hollarda dars jarayonida an'anaviy, biryoqlama yondashuv ustun bo'lib, o'quvchilarning faolligi yetarli darajada ta'minlanmaydi. Bu esa mustaqil fikrlash, muammoli vaziyatlarni tahlil qilish ko'nikmalarining rivojlanishini cheklaydi. Shuningdek, pedagoglarning zamonaviy ta'lim texnologiyalari va innovatsion metodlardan foydalanish bo'yicha tajribasi yetarli bo'lmaganda, dars samaradorligi pasayadi. Baholash tizimining faqat yakuniy natijaga qaratilishi esa ta'lim jarayonining mazmunini ikkinchi o'ringa tushirib qo'yadi.

Psixologik va pedagogik muammolarni bartaraf etishda ta'lim jarayoniga shaxsga yo'naltirilgan yondashuvni joriy etish muhim ahamiyatga ega. O'quvchilarning qiziqishlari, qobiliyatlari va psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda tashkil etilgan ta'lim jarayoni ularning faolligini oshiradi. Interaktiv usullar, muammoli ta'lim, loyiha va hamkorlikka asoslangan mashg'ulotlardan foydalanish o'quvchilarning bilimlarni ongli o'zlashtirishiga xizmat qiladi. Shu bilan birga, pedagoglarning kasbiy malakasini oshirish, psixologik bilimlarini boyitish va doimiy o'z ustida ishlashi ta'lim sifatini yaxshilashning muhim shartlaridan biridir. Psixologik va pedagogik muammolarni bartaraf etishda ta'lim jarayoniga shaxsga yo'naltirilgan yondashuvni joriy etish muhim ahamiyatga ega. O'quvchilarning qiziqishlari, qobiliyatlari va

psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda tashkil etilgan ta'lim jarayoni ularning faolligini oshiradi. Interaktiv usullar, muammoli ta'lim, loyiha va hamkorlikka asoslangan mashg'ulotlardan foydalanish o'quvchilarning bilimlarni ongli o'zlashtirishiga xizmat qiladi. Shu bilan birga, pedagoglarning kasbiy malakasini oshirish, psixologik bilimlarini boyitish va doimiy o'z ustida ishlashi ta'lim sifatini yaxshilashning muhim shartlaridan biridir.

Zamonaviy ta'lim tizimida pedagogik jarayon samaradorligini ta'minlashda psixologik omillar muhim o'rin egallaydi. Ta'lim jarayoni murakkab ijtimoiy-psixologik hodisa bo'lib, unda o'quvchining bilish faoliyati, emotsional holati, shaxsiy xususiyatlari va ijtimoiy muhit bilan o'zaro aloqasi namoyon bo'ladi. Shu bois ta'lim jarayonini tashkil etishda faqat metodik va tashkiliy jihatlar emas, balki psixologik omillarni ham chuqur tahlil qilish talab etiladi. Psixologik omillar o'quvchilarning bilimlarni qabul qilishi, qayta ishlashi va amaliyotda qo'llash jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Agar ta'lim jarayonida o'quvchining ruhiy holati, ehtiyojlari va individual imkoniyatlari inobatga olinmasa, ta'lim samaradorligi pasayadi. Shu nuqtai nazardan, zamonaviy pedagogik faoliyat psixologik yondashuv bilan uzviy bog'liq holda olib borilishi lozim.

Motivatsiyaning ta'lim jarayonidagi ahamiyati. Motivatsiya ta'lim jarayonining yetakchi psixologik omillaridan biri hisoblanadi. O'quvchining bilim olishga bo'lgan ichki ehtiyoji va qiziqishi uning o'quv faoliyatidagi faolligini belgilaydi. Ichki motivatsiya ustun bo'lgan taqdirda, o'quvchi bilimlarni ongli ravishda o'zlashtiradi, mustaqil izlanishga intiladi va o'qish jarayonidan qoniqish hosil qiladi. Aksincha, tashqi motivatsiya — baho, majburiyat yoki jazodan qo'rquv asosida shakllangan o'qish jarayoni qisqa muddatli natija beradi. Bunday holatda bilimlar yuzaki o'zlashtiriladi va tez unutiladi. Shu sababli pedagoglar o'quvchilarda ichki motivatsiyani shakllantirishga xizmat qiluvchi metodlardan, jumladan, muammoli vaziyatlar, amaliy topshiriqlar va ijodiy faoliyatdan foydalanishlari zarur.

Ta'lim jarayonida diqqat va xotira bilish faoliyatining asosiy psixologik mexanizmlari hisoblanadi. O'quvchining diqqatni jamlay olish qobiliyati o'quv materialining samarali o'zlashtirilishini ta'minlaydi. Diqqatning barqarorligi ko'p

jihatdan ta'lim muhitining psixologik qulayligiga bog'liq. Haddan tashqari yuklama, shovqin va emotsional bosim diqqatning tez susayishiga olib keladi.

Xotira esa o'rganilgan axborotni saqlash va qayta tiklash imkoniyatini belgilaydi. Ta'lim jarayonida mantiqiy izchillik, tizimlilik va takrorlashga asoslangan mashg'ulotlar xotira samaradorligini oshiradi. Amaliy faoliyat bilan bog'langan bilimlar esa uzoq muddatli xotirada mustahkam saqlanadi.

O'quvchilarning emotsional holati ta'lim jarayonining muhim ko'rsatkichlaridan biridir. Ijobiy psixologik muhit o'quvchilarda o'ziga ishonchni kuchaytiradi, faol ishtirok etishga undaydi va bilim olishga bo'lgan qiziqishni oshiradi. Pedagogning qo'llab-quvvatlovchi munosabati, adolatli baholashi va ochiq muloqoti ijobiy emotsional muhitni shakllantiradi. Salbiy emotsiyalar, xususan, stress va xavotir holatlari o'quvchilarning fikrlash jarayonini cheklaydi. Imtihonlar va nazorat ishlari bilan bog'liq ruhiy bosim diqqatning pasayishiga va bilimlarni namoyon etishda qiyinchiliklarga olib keladi. Shu sababli ta'lim jarayonida psixologik qo'llab-quvvatlash muhim ahamiyat kasb etadi. Har bir o'quvchi temperament, qobiliyat, tafakkur tezligi va o'rganish uslubi jihatidan individual xususiyatlarga ega. Ta'lim jarayonida ushbu farqlar e'tiborga olinmagan hollarda, ayrim o'quvchilar o'z salohiyatini to'liq namoyon eta olmaydi. Individual yondashuv asosida tashkil etilgan ta'lim esa o'quvchilarning psixologik qulayligini ta'minlab, ularning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi.

Ta'lim jarayonida pedagog shaxsining psixologik tayyorgarligi alohida ahamiyatga ega. O'qituvchining empatiyasi, muloqot madaniyati va ruhiy barqarorligi o'quvchilarning ta'lim jarayoniga moslashuvini yengillashtiradi. Psixologik jihatdan savodli pedagog o'quvchilarning ehtiyojlarini to'g'ri anglaydi va ta'lim jarayonini samarali tashkil etadi.

Xulosa qilib aytganda, ta'lim jarayonida psixologik omillarni hisobga olish ta'lim sifatini oshirishning muhim sharti hisoblanadi. Motivatsiya, diqqat, xotira, emotsional holat va individual xususiyatlar uyg'unligi ta'lim jarayonining samarali kechishini ta'minlaydi. Shu bois zamonaviy ta'lim tizimida pedagogik va psixologik yondashuvlar bir butun holda amalga oshirilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Karimova V.M. **Pedagogik psixologiya.** – Toshkent: Fan va texnologiya, 2015.
2. G'oziev E.G'. **Yosh va pedagogik psixologiya.** – Toshkent: O'qituvchi, 2008.
3. Zunnunov A. **Zamonaviy pedagogik texnologiyalar.** – Toshkent: Fan, 2016.
4. Xolmirzayev F. **Pedagogik psixologiya asoslari.** – Toshkent: Akademnashr, 2014.
5. Abdurahmonov A. **Shaxs psixologiyasi.** – Toshkent: Fan, 2009.
6. Ismoilova Z. **Ta'lim jarayonida motivatsiya va psixologik muhit.** – Toshkent: Fan va texnologiya, 2018.

**EMOTSIONAL O'ZINI BAHOLASH DARAJASINI ANIQLASH
METODIKASI VA UNING PSIXOLOGIK AHAMIYATI**

Shahnoza Toxirova

Sariosiyo tuman "Inson" ijtimoiy xizmatlar markazi psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada maktabgacha va boshlang'ich maktab yoshidagi bolalarda emotsional o'zini baholash darajasini aniqlashga qaratilgan proyektiv metodika tahlil qilinadi. Metodikaning asosiy tarkibiy qismiga kiruvchi 7 subtestning psixologik mazmuni va diagnostika imkoniyatlari yoritiladi. Shuningdek, tadqiqot natijalarini tahlil qilish mezonlari va amaliy tavsiyalar berilgan. Maqola yosh bolalarda shaxsning "Men" konsepsiyasini rivojlantirish, o'zini baholash va ijtimoiy munosabatlarni yaxshilash bo'yicha psixologik yordam ko'rsatishda samarali vosita sifatida proyektiv usullarni qo'llashga bag'ishlangan.

Kalit so'zlar: emotsional o'zini baholash, "Men" konsepsiyasi, maktabgacha yosh, proyektiv metodika, ijtimoiy moslashuv, identifikatsiya

Kirish

O'zini baholash — shaxsning o'z qadr-qimmatini anglash darajasini ifodalaydi va bolalarning psixologik rivojlanishida muhim o'rin tutadi (Rosenberg, 1965). Ayniqsa maktabgacha va boshlang'ich maktab yoshida shakllanayotgan "Men" konsepsiyasi

shaxsning keyingi ijtimoiy va hissiy holatlarini belgilovchi omil hisoblanadi. Shu bois psixologik amaliyotda o'zini baholash darajasini aniqlashga qaratilgan turli metodikalar qo'llaniladi. Ularning orasida proyektiv metodikalar maxsus ahamiyatga ega bo'lib, bola sub'ektiv tajribasini ochishda samarali vositadir (Lebedinskaya, 2001).

Metodika tavsifi

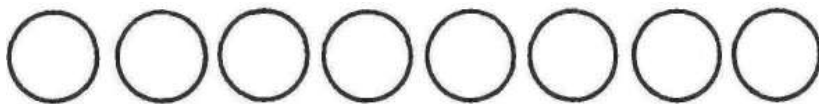
Tadqiqot maktabgacha va kichik maktab yoshidagi bolalar o'rtasida amalga oshiriladi. Metodika 7 ta subtestdan iborat bo'lib, bolaga sxematik chizmalar orqali o'z o'rnini va atrofdagilar bilan munosabatlarni ko'rsatish taklif etiladi. Subtestlarning qisqacha mazmuni quyidagicha:

- **Subtest 1:** O'zini jamoadagi joyini belgilash;
- **Subtest 2:** Ya'ni yaqinlar (ota-ona, oila a'zolari, do'stlar) bilan munosabatlarni ko'rsatish;
- **Subtest 3:** Ijtimoiy guruhda o'z o'rnini aniqlash;
- **Subtest 4:** Individual o'ziga xoslikni anglash;
- **Subtest 5:** Identifikatsiyani aniqlash;
- **Subtest 6:** Egotsentrik darajasini o'lchash;
- **Subtest 7:** "Men" konsepsiyasining murakkabligini baholash.

Subtest 1.

Topshiriq:

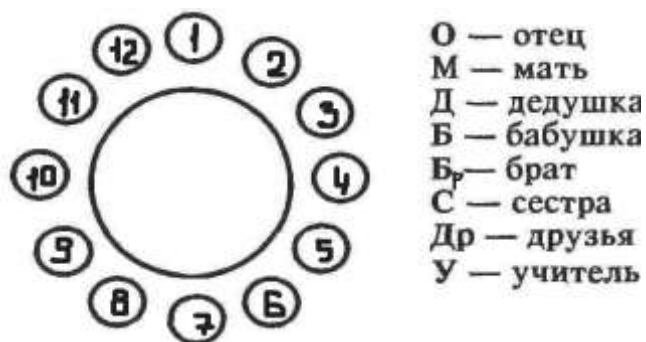
Tasavvur qil, chizmada berilgan aylana belgilar – bu odamlar. Shu joyda sen qayerda joylashgansan – ko'rsat.



Subtest 2.

Topshiriq:

Katta aylana – bu sening "Men"ing. Kichik aylana belgilar esa sening ota-onang, do'stlaring va o'qituvching. Otang, onang, buving, bobong, akang (oping), o'qituvching, do'stlaring qayerda joylashgan bo'ladi – ko'rsat.

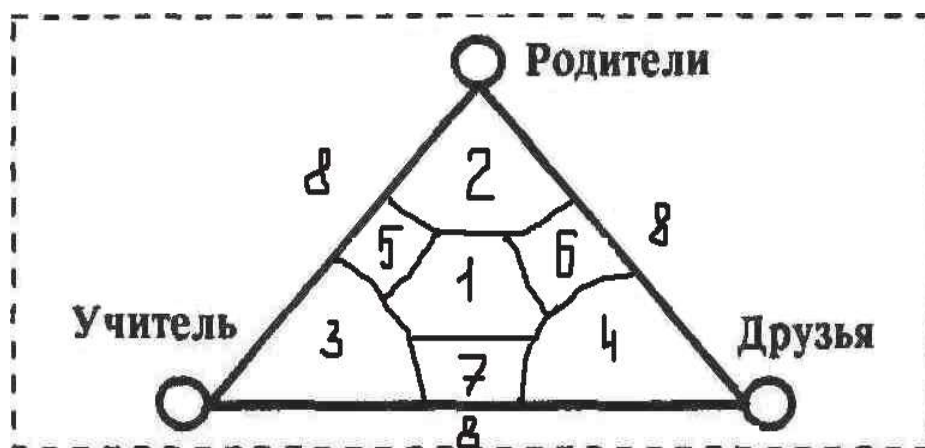


D-dada O-ona B-bobo M-momo A-aka U-uka OP-opa S-singil U-ustoz
D-do'stlar

Subtest

3.Topshiriq:

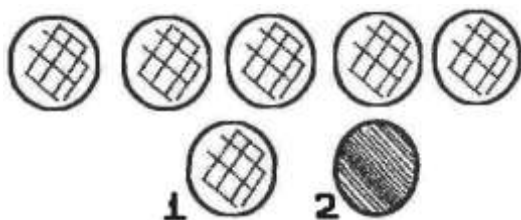
Bu chizmada ota-onang, o'qituvching, do'stlaring bor. Sen o'zingni qayerda deb o'ylaysan – o'sha joyga belgi qo'y.



Subtest 4.

Topshiriq:

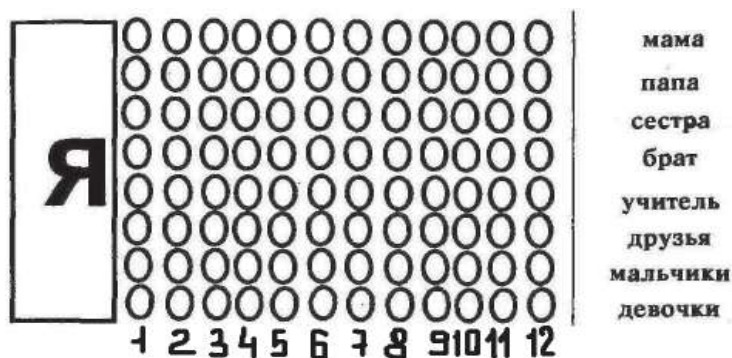
Tasavvur qil, sen pastki qatorda joylashgansan. Shu qatordagi ikki aylana belgilardan qaysi biri sen bo'lasan?



Subtest 5.

Topshiriq:

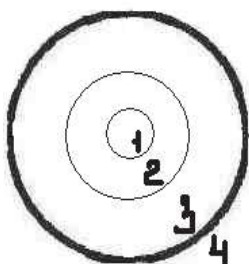
Chap tomondagi to'g'ri to'rtburchakda sen joylashgansan. Endi kerakli qatorlarga onang, otang va boshqa yaqinlaring qayerda joylashganini ko'rsat (belgi qo'y).



Subtest 6.

Topshiriq:

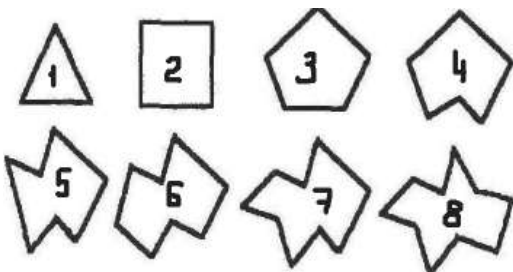
Aylanada sen qayerda joylashgansan – shu yerga nuqta qo'y.



Subtest 7.

Topshiriq:

Rasmda berilgan shakllardan qaysi biriga o'zingni joylashtirgan bo'larding?



Natijalarni tahlil qilish va diagnostika

Har bir subtest natijasi bolaning psixologik holatini baholashda muhim ma'lumot beradi:

- **Subtest 1:** O'zini joylashtirish pozitsiyasi bolada o'zini baholash darajasini ko'rsatadi. 3–4 pozitsiyalar normaga to'g'ri keladi, 1 pozitsiya – ortiqcha o'zini yuqori baholash, 5 va undan keyingi pozitsiyalar esa past baholashni bildiradi.
- **Subtest 2:** Yaqinlar bilan bo'lgan munosabatlar; yuqoridagi joylar – ularning ustunligini tan olish, pastdagi joylar esa ustunlikni his qilish sifatida talqin qilinadi.

- **Subtest 3:** Ijtimoiy guruh ichida yoki tashqarisida joylashish — ijtimoiy qabul qilinish yoki rad etilish belgisi.
- **Subtest 4:** Individualizatsiya darajasi — o'zini boshqalarga o'xshash yoki noyob deb his qilish.
- **Subtest 5:** Kimga ko'proq identifikatsiya qilish — bu jins va oilaviy munosabatlarga bog'liq bo'lishi mumkin.
- **Subtest 6:** Egotsentriklik darajasi — bolalarda yoshiga qarab farq qiladi.
- **Subtest 7:** “Men” konsepsiyasining murakkabligi — shakllarning murakkabligi orqali aniqlanadi.

Tavsiyalar

1. **Metodikani keng qo'llash:** Ushbu proyektiv metodika maktabgacha va boshlang'ich maktab yoshidagi bolalarda o'zini baholashni aniqlashda samarali vosita hisoblanadi. Psixologlar va pedagoglar uni muntazam ravishda o'z amaliyotida qo'llashlari lozim.
2. **Individual yondashuv:** Har bir bolaning natijalarini individual tarzda tahlil qilish, ota-ona va o'qituvchilar bilan maslahatlashgan holda mos psixologik yordam ko'rsatish muhimdir.
3. **Ijtimoiy muhitni yaxshilash:** Bola o'zini ijtimoiy guruhda qabul qilinganini his qilishi uchun maktab va oilada ijtimoiy muhitni qo'llab-quvvatlash zarur.
4. **O'zini baholashni rivojlantirish:** Past yoki ortiqcha o'zini baholash holatlarida maxsus treninglar, motivatsion mashg'ulotlar yordamida o'zini baholashni normallashtirish tavsiya etiladi.

Xulosa

Emotsional o'zini baholash bolalarning psixologik rivojlanishida asosiy omil hisoblanadi. Proyektiv metodika yordamida “Men” konsepsiyasining turli jihatlarini aniqlash mumkin. Mazkur metodikadan foydalangan holda, bolaning shaxsiy xususiyatlari va ijtimoiy moslashuv darajasi aniq ko'rinadi. Bu esa psixologik yordam sifatini oshirishga imkon beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self-image. Princeton University Press.

2. Lebedinskaya, T.A. (2001). Psikhologiya razvitiya rebenka. Moskva: Prosveshchenie.
3. Ю. А. Романова, Л. И. Сидорова. (2010). Психология детского возраста. Москва: Наука.
4. З. В. Смирнова. (2015). Проективные методы в психологии. Санкт-Петербург: Питер.
5. А.Ю. Кузина (2013). Психодиагностика ребенка. Тольятти Издательство ТГУ

JINOYATCHI SHAXSI VA UNING O'ZIGA XOS PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Sobirov Jamoliddin

O'zbekiston xalqaro islomshunoslik akademiyasi

Psixologiya (din sotsiopsixologiyasi) ta'lim yo'nalishi 4-bosqich talabasi

Ilmiy rahbar: Nazarov A.S.

Din psixologiyasi va pedagogika kafedrasi dotsenti, PhD

Bitta bo'lsa ham jinoyat bo'lgani hammamizni tashvishga solishi kerak.

Shavkat Mirziyoyev

Jinoyatchi shaxsi — jinoyat sodir etgan shaxsga salbiy ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lgan sifatlar hamda tashqi shart-sharoitlar bilan bog'liq xulqi, jinoyatchi shaxsining umumiy-ijtimoiy va jinoyat huquqiy mazmuni tushunchasida o'zaro aloqadorlik mavjud. Shuningdek har qanday shaxsda ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lgan sifatlar, tabiat va jamiyatdagi shart-sharoitlar o'z aksini topgan bo'ladi. Shuni ham ta'kidlash zarurki jinoyat huquqi nuqtayi nazaridan faqat jinoyatni sodir etishda sud tomonidan aybdor deb topilgan shaxsni jinoyatchi deb hisoblash mumkin. "Jinoyatchi shaxs" tushunchasi ko'p qirrali bo'lib, turli mutaxassislar - faylasuflar, sotsiologlar, psixiatrlar, o'qituvchilar, huquqshunoslar va psixologlar tomonidan o'rganiladi. Jinoyat psixologiyasi jinoyatchining shaxsini o'rganishda boshqa fanlarning qoidalarini hisobga oladi, lekin ayni paytda o'ziga xos tadqiqot obyektiga ega - insonning ichki,

subyektiv dunyosi, uning shaxsiyatining xususiyatlari va ularning hayot jarayonida shakllanishining o'ziga xos xususiyatlari.²²

Psixologik jihatdan, jinoyatchi shaxslarning xulq-atvori ko'pincha quyidagi holatlar bilan bog'liq:

Shaxsiyat buzilishlari boshqa odamlarga nisbatan befarqlik, empatiya yetishmasligi, va ijtimoiy javobgarlikni sezmaslik. Misol uchun, psixopatiya (yani, o'zgalarga zarar yetkazishdan yoki ularni manipulyatsiya qilishdan qoniqish olish) yoki sociopatiya (ijtimoiy normalarga nisbatan befarqlik) kabi shaxsiyat buzilishlari jinoyatchilar orasida uchraydi. Zararli motivlar jinoyatlarni amalga oshirgan shaxslarning ko'plari o'z xulqlarini daromad olish, shaxsiy qasos olish yoki o'zlarini qulay his qilish uchun bajaradilar. Bu motivlar jinoyatni rejalashtirishda va amalga oshirishda katta rol o'ynaydi. Jinoyatchi shaxslarning eng muhim psixologik xususiyatlaridan biri — **empatiyaning** yetishmasligidir. Empatiya — bu boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish, ularga mehr va hurmat ko'rsatish qobiliyatidir. Jinoyatchi shaxslar ko'pincha boshqalarning azob-uqubatlariga befarq bo'ladilar va ularning his-tuyg'ularini hisobga olishmaydi. Bu empatiyaning yetishmasligi, ularning zarar yetkazuvchi xatti-harakatlarini oqlashga yordam beradi. Bunday xususiyat psixopatiya yoki sotsiopatiya kabi shaxsiyat buzilishlarida keng tarqalgan. Psixopatik jinoyatchilar boshqalarning azoblarini qabul qilmaydi, va o'z manfaatlarini boshqalar hisobiga qondirishni odatga aylantiradilar.²³

Jinoyatlarning psixologik tahliliga e'tibor qaratadigan bo'lsak asosiy ikki turga bo'linadi:

- **Impulsiv jinoyatlar:** Ba'zi jinoyatchilar impulsiv ravishda, ya'ni o'ylamasdan yoki tezkor qarorlar asosida jinoyatni amalga oshiradilar. Bu kabi shaxslar ko'pincha o'z xatti-harakatlarini boshqarishda qiyinchiliklarga duch keladilar.

²² Qodirbekov.B "Jinoyatchilik va uning oldini olish" .- T.: "O'zbekiston Respublikasi Ichki ishlar vazirligi" nashriyot matbaasi. 2014.-576b. 89 b

²³ 2.Ustinov.Y.U. ""Криминология: Основные понятия и теории".- М.: "Yurayts" nashriyot matbaasi.2008 .352b.-178b.

- **Rejalashtirilgan jinoyatlar:** Boshqa jinoyatchilar esa jinoyatni oldindan rejalashtiradilar. Ular o'z harakatlarini oldindan o'ylab, maqsadlariga erishish uchun aniq strategiya tuzadilar.

Jinoyatchilik sotsiologik yondashuvda, jamiyatdagi normativ tizimlar va ularning buzilishi asosida tahlil qilinadi. **Anomiya** (jamiyatda ijtimoiy normalar va qadriyatlarning yo'qolishi) ham jinoyatchilikka olib keladigan asosiy omil bo'lishi mumkin.

Bir qator mualliflarning fikriga ko'ra, jinoyatchining shaxsiy fazilatlarini tahlil qilish jinoiy xatti-harakatlarning kelib chiqishini tushuntiradi va shaxsning barqaror kriminogen xususiyatlarini shakllantirish sabablarini ochib beradi, shuningdek, jinoyat sabablarini aniqroq aniqlashga imkon beradi. Jinoyat psixologiyasini bilish sizga gumon qilinuvchiga va ayblanuvchiga qonuniy ta'sir qilish taktikasi va usullarini maqbul tanlash imkonini beradi. Jinoyatni keltirib chiqargan shaxs fazilatlarini o'rganib chiqib, jinoyatchini ma'lum bir turga, toifaga kiritish va shunga mos ravishda kelajakda jinoyat sodir etish yehtimolini taxmin qilish, sodir yetilgan

jinoiyatga javob berish choralarini tanlash mumkin, jinoyatchi shaxs psixologiyasi oldini olish va bostirishga qaratilgan psixologik choralarini ishlab chiqishga yordam beradi. Jinoyatchining shaxsiyatining psixologik xususiyatlari jinoiy-huquqiy va jinoyat-protsessual xarakterdagi qarorlarni qabul qilishda, masalan, noqonuniy xatti-harakatlarni saralashda, ayblanuvchiga nisbatan profilaktika chorasini tanlashda, sudlanuvchiga nisbatan jazo chorasini belgilashda, jinoyatchining xususiyatini hisobga olgan holda hisobga olinadi.

Jinoyatchi shaxslar o'z jinoyatlarini **oqlash** va **rasionalizatsiya qilish** orqali, o'zlarini jinoyatni sodir etishga haqli deb hisoblashadi. Ular ko'pincha o'z xatti-harakatlarini jamiyatdagi mavjud adolatsizlik, o'ziga qarshi qilgan biror nohaq muomalalar yoki jamiyatdagi ijtimoiy normalar bilan izohlashadi. Bu o'zining psixologik holatini oqlashga yordam beradi va ularni jinoyatni amalga oshirishda o'zlarini to'g'ri his qilishlariga olib keladi. Jinoyatchi shaxsning o'ziga xos psixologik xususiyatlari ko'plab omillardan iborat bo'lib, bu xususiyatlar har bir jinoyatchining xulq-atvorini tushunishga yordam beradi. Empatiya yetishmasligi, impulsivlik,

shaxsiyat buzilishlari, ijtimoiy izolyatsiya va o'zini oqlash kabi omillar jinoyatchi shaxslarning xatti-harakatlarini shakllantiradi. Bu psixologik jihatlarni chuqurroq o'rganish, jinoyatchilikni kamaytirish va profilaktika choralarini ishlab chiqishda muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar

1.Qodirbekov.B "Jinoyatchilik va uning oldini olish" .- T.: "O'zbekiston Respublikasi Ichki ishlar vazirligi" nashriyot matbaasi. 2014.-576b. 89 b.

2.Ustinov.Y.U. ""Криминология: Основные понятия и теории".- М.: "Yurayts" nashriyot matbaasi.2008 .352b.-178b.

BO'LAJAK O'QITUVCHILARNING REFLEKSIV KOMPETENTLIGINI RIVOJLANTIRISH

*Mamatqulova Saboxat Abduraxmonovna
Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti tayanch doktoranti*

Annotatsiya: Mazkur maqolada bo'lajak o'qituvchilarning reflektiv kompetentligini rivojlantirish muammosi pedagogik ta'lim jarayonining muhim yo'nalishlaridan biri sifatida yoritilgan. Reflektiv kompetentlik tushunchasining mohiyati, uning kasbiy tayyorgarlikdagi o'rni, tarkibiy tuzilmasi hamda bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy shakllanishiga ta'siri tahlil qilingan. Shuningdek, reflektiv kompetentlikni rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari va samarali metodlari ilmiy-nazariy jihatdan asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: refleksiya, reflektiv kompetentlik, bo'lajak o'qituvchi, kasbiy kompetentlik, pedagogik faoliyat, o'z-o'zini tahlil qilish.

Abstract: This article discusses the problem of developing reflective competence of future teachers as one of the important areas of the pedagogical education process. The essence of the concept of reflective competence, its role in professional training, its structural structure and impact on the professional formation

of future teachers are analyzed. Also, the pedagogical conditions and effective methods of developing reflective competence are scientifically and theoretically substantiated.

Keywords: reflection, reflective competence, future teacher, professional competence, pedagogical activity, self-analysis.

Аннотация: В данной статье рассматривается проблема развития рефлексивной компетенции будущих учителей как одной из важных областей педагогического образовательного процесса. Анализируется сущность понятия рефлексивной компетенции, её роль в профессиональной подготовке, структурная структура и влияние на профессиональное формирование будущих учителей. Также научно и теоретически обосновываются педагогические условия и эффективные методы развития рефлексивной компетенции.

Ключевые слова: рефлексия, рефлексивная компетенция, будущий учитель, профессиональная компетенция, педагогическая деятельность, самоанализ.

Kirish

Zamonaviy ta'lim tizimining rivojlanishi pedagog shaxsiga qo'yiladigan talablarning ortib borishini taqozo etmoqda. Bugungi kunda pedagog nafaqat bilim beruvchi, balki o'quvchilar shaxsini rivojlantiruvchi, ta'lim jarayonini ongli ravishda boshqaruvchi va doimiy ravishda o'z ustida ishlovchi mutaxassis sifatida namoyon bo'lmoqda. Shu bois bo'lajak o'qituvchilarni tayyorlash jarayonida ularning kasbiy kompetentligini rivojlantirish masalasi ustuvor vazifalardan biri hisoblanadi.

Kasbiy kompetentlik tarkibida refleksiv kompetentlik alohida o'rin egallaydi. Refleksiv kompetentlik bo'lajak o'qituvchining o'z pedagogik faoliyatiga tanqidiy yondashishi, o'z xatti-harakatlari va qarorlarini tahlil qilishi hamda ularni takomillashtirishga bo'lgan intilishini ifodalaydi. Ta'lim jarayonida refleksiv kompetentlik rivojlanmagan holda pedagogik mahoratning yuqori bosqichiga erishish mushkuldir.

Refleksiv kompetentlik tushunchasining pedagogik mazmuni

Pedagogik faoliyatning samaradorligi ko'p jihatdan o'qituvchining o'z faoliyatiga ongli va tanqidiy yondashish qobiliyatiga bog'liq. Shu jihatdan refleksiv

kompetentlik zamonaviy pedagog shaxsining muhim kasbiy sifati sifatida namoyon bo'ladi. Refleksiv kompetentlik pedagogik jarayonda yuzaga keladigan vaziyatlarni tahlil qilish, o'z faoliyat natijalarini baholash hamda ularni takomillashtirishga yo'naltirilgan kasbiy faoliyatni anglatadi.

Pedagogik adabiyotlarda refleksiya tushunchasi shaxsning o'z fikrlari, harakatlari va faoliyat natijalarini anglash jarayoni sifatida talqin etiladi. Refleksiya o'qituvchining kasbiy ongini shakllantiruvchi muhim mexanizm bo'lib, u pedagogik faoliyatni rejalashtirish, amalga oshirish va tahlil qilish jarayonlarida namoyon bo'ladi. Aynan refleksiya orqali o'qituvchi o'z pedagogik tajribasini umumlashtiradi, xatolarni aniqlaydi va kasbiy rivojlanish yo'nalishlarini belgilaydi.

Refleksiv kompetentlik esa refleksiyaga oid bilim, ko'nikma, malaka va shaxsiy sifatlarning yaxlit tizimi bo'lib, pedagogning kasbiy faoliyatni ongli ravishda boshqarish qobiliyatini ifodalaydi. Ushbu kompetentlik o'qituvchining o'z faoliyatiga baho berish, pedagogik qarorlarning oqibatlarini oldindan ko'ra bilish va ta'lim jarayonini takomillashtirishga yo'naltirilgan faoliyatni amalga oshirishini ta'minlaydi.

Pedagogik nuqtayi nazardan refleksiv kompetentlik quyidagi jihatlarda namoyon bo'ladi: o'qituvchining dars jarayonini tahlil qilishi, o'quvchilar bilan muloqotni baholashi, pedagogik vaziyatlarga mos qarorlar qabul qilishi hamda o'z kasbiy faoliyatiga nisbatan mas'uliyat bilan yondashishi. Bu jarayonlar refleksiv kompetentlikning amaliy mazmunini tashkil etadi.

Shuningdek, refleksiv kompetentlik pedagog shaxsining kasbiy o'sishini ta'minlovchi omil hisoblanadi. O'z faoliyatini tahlil qila oladigan o'qituvchi pedagogik tajribani ongli ravishda boyitadi, innovatsion yondashuvlarni qabul qiladi va ta'lim jarayonining samaradorligini oshiradi. Shu sababli refleksiv kompetentlik pedagogik mahoratning ajralmas qismi sifatida baholanadi.

Xulosa qilib aytganda, refleksiv kompetentlik tushunchasining pedagogik mazmuni o'qituvchining o'z kasbiy faoliyatini ongli tahlil qilishi, baholashi va takomillashtirishga yo'naltirilgan integrativ qobiliyat sifatida namoyon qiladi. Ushbu kompetentlik bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy tayyorgarligida muhim ahamiyat kasb etib, ularning pedagogik faoliyatda muvaffaqiyatli ishlashini taminlaydi.

Refleksiya tushunchasi dastlab psixologiya fanida shaxsning ichki holatini anglash bilan bog'liq jarayon sifatida izohlab kelingan. Keyinchalik bu tushuncha pedagogikaga ham kirib kelib, o'qituvchining o'z pedagogik faoliyatini tahlil qilish qobiliyati sifatida talqin etila boshlandi. Pedagogik refleksiya o'qituvchining ta'lim jarayonida yuzaga keladigan vaziyatlarni baholashi, o'z faoliyati samaradorligini aniqlashi va uni takomillashtirishga yo'naltirilgan harakatlarini qamrab oladi.

Refleksiv kompetentlik esa refleksiya jarayonini ongli, tizimli va maqsadga muvofiq amalga oshirishni ta'minlovchi integrativ sifatdir. Bo'lajak o'qituvchi refleksiv kompetentlik orqali:

- o'zining pedagogik imkoniyatlarini anglaydi;
- faoliyatida yo'l qo'yilgan kamchiliklarni aniqlaydi;
- kasbiy rivojlanish strategiyasini belgilaydi;
- ta'lim samaradorligini oshirishga erishadi.

Shu jihatdan refleksiv kompetentlik pedagog shaxsining kasbiy yetukligini belgilovchi muhim omil hisoblanadi.

Bo'lajak o'qituvchilarning refleksiv kompetentligining tarkibiy komponentlari

Bo'lajak o'qituvchilarning refleksiv kompetentligini rivojlantirish jarayonini samarali tashkil etish uning tarkibiy tuzilmasini aniqlashni talab qiladi. Ilmiy manbalar asosida refleksiv kompetentlik quyidagi asosiy komponentlardan iborat deb hisoblash mumkin.

Birinchidan, motivatsion komponent bo'lib, u bo'lajak o'qituvchining refleksiv faoliyatga bo'lgan ichki ehtiyoji, kasbiy rivojlanishga intilishi va pedagogik faoliyatni takomillashtirishga bo'lgan qiziqishini ifodalaydi.

Ikkinchidan, kognitiv komponent refleksiya, pedagogik tahlil, o'z-o'zini baholashga oid nazariy bilimlar tizimini o'z ichiga oladi. Ushbu bilimlar refleksiv faoliyatning ilmiy asosda amalga oshirilishini ta'minlaydi.

Uchinchidan, faoliyat komponenti bo'lib, u bo'lajak o'qituvchining pedagogik vaziyatlarni tahlil qilish, xulosalar chiqarish, qarorlar qabul qilish malakalarini aks ettiradi.

To'rtinchidan, shaxsiy komponent tanqidiy fikrlash, mas'uliyat, ob'ektivlik, mustaqillik va o'z ustida ishlashga tayyorlik kabi sifatlarni qamrab oladi.

Mazkur komponentlarning o'zaro uyg'un rivojlanishi reflektiv kompetentlikning yuqori darajada shakllanishiga imkon yaratadi.

Reflektiv kompetentlikni rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari

Bo'lajak o'qituvchilarning reflektiv kompetentligini rivojlantirish muayyan pedagogik shart-sharoitlarni talab etadi. Eng avvalo, ta'lim jarayoni shaxsga yo'naltirilgan yondashuv asosida tashkil etilishi lozim. Bunda talabaning shaxsiy tajribasi, bilim darajasi va individual xususiyatlari inobatga olinadi.

Shuningdek, ta'lim jarayonida refleksiyaga yo'naltirilgan metodlarni qo'llash, muammoli vaziyatlar yaratish, pedagogik faoliyatni tahlil qilishga imkon beruvchi topshiriqlardan foydalanish muhim ahamiyatga ega. Pedagogik amaliyot jarayonida esa bo'lajak o'qituvchilarga o'z darslarini tahlil qilish, xatolar ustida ishlash va xulosa chiqarish imkoniyatlari yaratilishi zarur.

Mazkur shart-sharoitlar bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy faoliyatga ongli yondashuvini ta'minlaydi.

Reflektiv kompetentlikni rivojlantirish metodlari

Bo'lajak o'qituvchilarning reflektiv kompetentligini rivojlantirishda bir qator samarali metodlar mavjud. Jumladan, reflektiv kundalik yuritish bo'lajak o'qituvchiga o'z pedagogik faoliyatini muntazam tahlil qilish imkonini beradi. Muammoli vaziyatlarni tahlil qilish metodi pedagogik tafakkurni rivojlantiradi.

Shuningdek, portfel texnologiyasi bo'lajak o'qituvchining kasbiy yutuqlari va muammolarini tizimlashtirishga xizmat qiladi. Trening mashg'ulotlari va munozaralar esa reflektiv fikrlashni faollashtirishda muhim ahamiyatga ega.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, bo'lajak o'qituvchilarning reflektiv kompetentligini rivojlantirish pedagogik ta'lim jarayonining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Reflektiv kompetentlik o'qituvchining kasbiy faoliyatini takomillashtirish, ta'lim jarayoni samaradorligini oshirish va kasbiy rivojlanishni ta'minlashga xizmat qiladi.

Oliy pedagogik ta'lim tizimida refleksiv kompetentlikka yo'naltirilgan metod va yondashuvlarni tizimli joriy etish bo'lajak o'qituvchilarning malakali, mas'uliyatli va raqobatbardosh pedagog sifatida shakllanishiga zamin yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Muslimov N.A. O'qituvchining kasbiy kompetentligini shakllantirish asoslari. – Toshkent, 2019.
2. Abdurahmonov A. Pedagogik kompetentlik va professional rivojlanish. Toshkent, 2020.
3. Zunnunov A. Pedagogik refleksiya va ta'lim samaradorligi. – Toshkent, 2021.
4. Shodmonov Sh. Zamonaviy pedagogika nazariyasi. – Toshkent, 2022.
- Xudoyberdiyev M. Bo'lajak o'qituvchilarni kasbiy tayyorlash masalalari. Toshkent, 2020.
5. www.educationnext.org

OILAVIY MUNOSABATLARNI SHAKLLANISHIDA PSIXOLOGIK OMILLARINING AHAMIYATI

*Diyorova Zulfiya Menglimamatovna
Surxondaryo viloyati Sariosiyo Abu Ali Ibn Sino nomidagi
jamoat salomatlik texnikumi psixologi*

Annotatsiya: ushbu maqolada yosh oila to'g'risidagi umumiy tassavurlar hamda yosh oiladagi er-xotin munosabatlarning psixologik xususiyatlari keltirib o'tilgan.

Kalit so'zlar: Qadriyat, halollik, rostgo'ylik, or-nomus, sharmu-hayo, mehruoqibat, mehnatsevarlik, beqarorlik, genogramma, semptomatik, diagramma, psixoterapiya, ota-onalik.

KIRISH

Oila - har bir shaxsda ilk yoshligidan boshlab shakllanadigan insoniy fazilatlar, ezgu-istaklar, qadriyatlar takomil topadigan, ming yillar davomida shakllangan o'zbek xalqining qadriyatlari va ma'naviy merosi ravnag'ini ta'minlovchi tarbiya maskanidir. "Halollik, rostgo'ylik, or-nomus, sharmu-hayo, mehru-oqibat, mehnatsevarlik kabi barcha insoniy fazilatlar, eng avvalo, oilada

shakllangan". Bola shakllanishining ilk maktabi esa ota-onaning o'zaro munosabatlari majmui bo'lib hisoblanadi. Ayniqsa yosh oilalarda ota-onalik ma'suliyatini o'z zimmasiga olib o'zaro munosabatlar tizimini to'g'ri shakllantirish jarayonlarida kuzatiladi. Avvalo, oilani so'z bilan tavsiflash qanday odat tusiga kirganligini ta'kidlashimiz mumkin. Ya'ni, terminologiyaga murojaat qilish. Ta'rifda aytilishicha, u ijtimoiy institut va jamiyatning asosiy birligidir. Va u ma'lum xususiyatlar bilan tavsiflanadi. Xususan, bir-birini sevadigan ikki kishining birlashishi va ixtiyoriy nikoh. Keyinchalik ular umumiy hayot bilan bog'lanadi. Lekin eng muhimi, oila, eng avvalo, eng muhim ijtimoiy qadriyatdir. Foyda Kattalar uchun bu juda boshqacha tabiatning ma'lum ehtiyojlarini qondirish manbai: g'amxo'rlik va yaqinlikdan uydagi sherikning yordami va uning ishini bajarishgacha. Jamiyatning yosh a'zolari uchun oila - bu rivojlanish uchun qulay sharoitlar shakllanadigan muhit. Hatto jismoniy, hissiy, aqliy va intellektual emas. Bularning barchasi bolaning ota-onasining mas'uliyati. Bu esa, o'z navbatida, tsivilizatsiyalashgan jamiyatning to'la huquqli a'zosini tarbiyalashga qodir bo'lgan shaxslar sifatida o'zini namoyon qilishi kerak. Shuning uchun, bolaning tug'ilishi, agar rejalashtirilgan bo'lsa, eng katta mas'uliyat bilan munosabatda bo'lish kerak. Zamonaviy jamiyatda, afsuski, ko'pchilik buni anglamaydi.

Yosh oila deb, avvalo, er va xotinning ikkalasi ham 30 yoshdan oshmagan yoki oilaviy turmush qurish tajribasi 10 yildan oshmagan yoshlar oilasi nazarda tutiladi.

Birinchi yondashuv, ya'ni, er va xotinning pasport yoshini inobatga olib, oilaga maqom berish to'g'riroq bo'lib, qachon turmush qurganligidan qat'iy nazar, albatta, shu muddat orasida xali yigit ham qiz ham tom ma'noda katta mehnat stajiga ega bo'lmaydi, va ko'p hollarda ayol-ona aynan shu davrda farzandli bo'lib, uy bekasi bo'lib o'tirib qolishi ehtimoli katta. Agar ikkinchi yondashuv bo'yicha yosh oilani oilada yashash muddatiga ko'ra tabaqalashtirilsa, unda u yoki bu jamiyatda nikoh yoshining o'rtacha ko'rsatgichi ortib yoki kamayib borishini nazarda tutish lozim. Chunki ayrim davlatda va ayrim milliy-madaniy muhitda yoshlarni juda erta turmush qurishi rag'batlantirilsa, boshqalarida, ayniqsa, oxirgi yillarda aksincha, yigit va

qizlarning kasb-hunar o'rttirish bo'yicha professional malakaga erishish asosiy qadriyat hisoblangan sharoitlarda 30 yoshdan oshgan odam endi oila qurgan yoki xali ham turmush qurmagan bo'lishi ham mumkin.

Umuman, fanda yosh oilani tavsiflaganda quyidagi mezonlar inobatga olinadi:

- juda yosh oila - nikohga kirgan vaqtdan toki 4 yilgacha;
- yosh oila - 5 yildan 9 yilgacha;
- o'rta oilaviy hayot muddati - 10 yildan 19 yilgacha;
- katta oilaviy hayot muddati - 20 yil va undan ortiq muddat turmush

kechirganlar oilasi.

Ko'plab olimlarning ta'kidlashlaricha, yosh oilaning mustahkamlanib, oyoqqa turib ketishi, turli maishiy muammolarni o'zi mustaqil xal qilishi uchun zarur bo'lgan muddat aslida turmush qurgan ikki shaxsning bir-biriga bo'lgan samimiy munosabatiga, oila va uning atrofidagi turli qadriyatlarga nisbatan uyg'un qarashlariga, ota-ona oilasida ibrat sifatida ko'rgan-kechirganlarini uchun o'z oilasida qo'llay bilish mahoratiga bevosita bog'liqdir. Lekin baribir har bir oila aynan yoshlik davridagi qiyinchiliklarni boshdan kechiradiki, bu muammolar quyidagi holatlarga bog'liq tarzda namoyon bo'ladi:

- oilaviy hayotni bir maromda kechishini ta'minlash, ishlash, o'qish yoki boshqa masalalarni xal qilish uchun vaqtning yetishmasligi;
- vaqtni yaxshi o'tkazish, ko'ngilxushliklarning cheklanganligi;
- yangi sharoitda erkakning ham ayolning jismonan toliqishi, asablarning charchashi;
- iqtisodiy qiyinchiliklar.

Yosh oilalarda munosabat tizimi asosiy rol o'ynaydi bunda ikki yoshning bir birini tushunishi evaziga oiladagi tashqi ta'sirlarning yuzaga kelishining oldini olinadi. Psixologik nuqtai nazardan biologik, psixologik hamda ijtimoiy qovushish turlarining o'zaro almashib turishi yosh oilalardagi o'zaro munosabatlarda muhim ahamiyatga ega hisoblanadi.

Tarixiy ma'lumotlarning guvohlik berishicha, oilaviy munosabatlar madaniyati sharq xalqlarida juda qadimdan rivojlangan ijtimoiy voqelik ekanligini ko'rsatadi.

Semptomatik odamda to'g'ridan-to'g'ri davolanishga majbur bo'lmalik, og'ir klinik holatlarga yangi moslashuvchanlikni keltirib chiqardi - masalan, simptomatik odam terapiyadan voz kechgan yoki faqat oila bosimi ostida terapiyaga borgan. Binobarin, agar oilaning bir a'zosi o'zining hissiy faoliyatini o'zgartirishi mumkin bo'lsa, agar u o'zi mavjud bo'lsa va u oilada hisobga olinadigan bo'lsa, butun oila o'sha odamning o'zgarishi qobiliyatiga javoban o'z faoliyatini yaxshilaydi. Bu sinaluvchilarga «oilaviy terapiya», albatta, butun oila a'zolari bilan maslahatlashuvlarni anglatishini tushunishiga yordam berishi kerak.

Ushbu asosda Bouen o'zining nazariyasini aks ettiruvchi sakkizta prinsipni ishlab chiqdi: 1) o'zlikni farqlash, 2) uchburchak, 3) yadroviy oilaviy hissiy jarayon, 4) oilani proektsiyalash jarayoni, 5) ko'p avlodlarni uzatish jarayoni, 6) birodarlarning pozitsiyasi, 7) hissiy uzilish va 8) jamiyatdagi hissiy jarayonlar.

An'anaviy nazariy til ushbu kuzatuvlarni yetarli darajada tavsiflamaganligi sababli, Bouen oilaviy diagrammalarni chizgan. Ushbu diagrammalar yoki «oilaviy daraxtlar» bebaho bo'lib chiqdi, chunki ular 1) o'yinchilarni to'g'ri ushlab turishga yordam berishdi, 2) muhim oilaviy faktlarni tuzishdi, 3) murakkab oilaviy naqshlarni aniq geshtaltini taqdim etishdi 4) terapevt va mijozga qanday qilib faraz qilishda yordam berishdi klinik muammo oilaviy kontekst bilan bog'liq edi va muammo va kontekst vaqt o'tishi bilan qanday rivojlandi va 5) terapevt va bemor uchun tizimlarning fikrlashini osonlashtirdi. Oilaviy diagrammalarni chizish amaliyoti Monika Makgoldrik tomonidan «Genograms in Family Assessment» nomli nashrida yagona terapevtik vosita sifatida ishlab chiqilgan. Keyinchalik, genogramma oilaviy tizimlar nazariyasining ramziga aylandi. Yuqoridagi ilmiy nazariyalarning amaliy ahamiyati sifatida yosh oilalarda munosabatlar tizimini tashkillashtirish asosida quyidagi vazifalar muhim ahamiyatga ega sifatida izohlanadi.

1. Ikki yoshning bir-birini hurmat qilishi
2. Er-xotin rolidagi o'zaro bog'liqlik holati

3. Bir-birini tushunish va qo'llab quvvatlash asosida oila tizimini shakllantirish
4. Ota-onalik hamda kelin-kiyov ma'suliyatini to'g'ri anglash orqali munosabatlarni shakllantirib borish

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Психология семья: Учебник для педагогических Вузов // Автор: В.М.Каримова. – Т.:, 2007. – 316 с.
2. Bowen, Murray (1966), "Klinik amaliyotda oila nazariyasidan foydalanish", Klinik amaliyotda oilaviy terapiya (qayta nashr etilgan), Lanham, MD: Rowman and Littlefield (nashriyot 2004), 147-181 betlar,
3. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования ред. Е. Г. Силяева М.: Издательский центр «Академия», 2002.

ОИЛАДА СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИ МАДАНИЯТИНИ ШАКЛЛАНТИРИШ ПСИХОЛОГИЯСИ

*Қўчқарова Шаҳноза Фаҳриддиновна
Норин тумани 9-умумий ўрта таълим мактаби психологи*

Мустақиллигимизнинг дастлабки йилларидан бошлаб, аҳоли саломатлигини, айниқса, оналик ва болаликни, ёшларни, оилани ижтимоий муҳофаза қилиш масалалари ҳукуматимиз сиёсатида марказий ўринни эгаллаб келмоқда. Бу бежиз эмас, албатта - ҳозир биз инсоният тарихида унутилмас бўлган бир даврда – илм-фан, техника, умуман цивилизация кучли тараққий этган ХХІ асрда яшамоқдамиз ва қолаверса, юртимизда ҳуқуқий демократик фуқаролик жамиятини барпо этиш жараёни кечмоқда. Умумжаҳон ҳамжамияти билан турли йўналишларда ҳамкорлик қилиш, олдимизда турган ижтимоий-иқтисодий, маънавий-маърифий ҳамда сиёсий масалалар ечимини халқимиз фаровонлигини таъминлаш нуқтаи назаридан мўътадил равишда амалга ошириш вазифалари фуқароларимизнинг, оила ва келажак авлоднинг ҳар томонлама баркамол (ҳам жисмонан, ҳам маънавий жиҳатдан соғлом), доно, илғор фикрли ва заковатли бўлишини тақозо этади.

Бугунги кунда соғлом турмуш тарзининг негизи ҳисобланган психик саломатлик - қисқа муддат давомида йирик тадқиқотлар соҳасига айланиб улгургани айтилиши ҳақиқатдир. Мазкур ҳолатни қуйидаги рақамлар исботлаб турганини қайд этишимиз лозим. Агар 1975 йили АҚШда психик саломатликни муҳофазасига оид 200 дастур татбиқ этилган бўлса, 1990 йилга келиб бундай дастурлар 5000 га ортган. Ҳозирги кунда улар салмоқли иқтисодий самарадорликни кўрсатмоқда [1]. Айтилиши пайтда АҚШдаги психологларнинг ҳар ўн нафаридан биттаси психик саломатликнинг у ёки бу муаммоси билан шуғулланмоқда, шунингдек, инглиз забон психологик журналларда чоп этилаётган ҳар учта мақоладан биттаси ушбу соҳанинг турли жиҳатлари билан боғлиқлигини эътироф этиш жоиз [2].

Соғлом турмуш тарзи ҳақида сўз борар экан, унинг энг аввало инсон тани ва вужудининг бетоб бўлишига сабаб бўлувчи зарарли одатлардан қорғиб бўлишни тасаввур қилишга ўрганиб қолганмиз. Бу атама, энг аввало, соғлиқни сақлаш ходимлари фаолияти билан боғлиқ тарзда тушунтирилади. Аммо, соғлом турмуш тарзини шакллантиришда - тан ва вужуд, ақл ҳамда идрок бевосита одамники, унга боғлиқ бўлгани учун ҳам инсон руҳияти қонуниятлари ва сирларини ўрганувчи фан бўлмиш психологиянинг унга алоқаси бор. Шунга кўра, психология фанида соғлом турмуш тарзи психологияси тушунчаси мавжудки, у соғлом турмуш тарзига энг аввало, инсон онги ва тафаккурининг инъикоси сифатида қарайди. Демак, ҳар биримиз учун сув ва ҳаводек зарур бўлган соғлигимизни таъминлаш ва бунга эришиш учун соғлом турмуш тарзига одат қилиш нафақат тиббиёт ходимлари, балки психологларнинг, психология фанининг ҳам изланиш предмети сифатида намоён бўлади.

Шу маънода, психология соғлом турмуш тарзини шакллантиришда инсон феъли, хулқ-атвори ва турли психологик ҳолатлари нуқтаи назаридан ўрганганда: асосан, ҳар биримиз гуёки сирдек туюлган руҳиятимизнинг ўзимизни соғ-саломат, бешикаст ва тетик ҳис қилишимизга алоқадор қандай жиҳатлари борлигини, уни бошқариш орқали ўз бойлигимиз – саломатлигимизни сақлаш борасида қўлимизда қандай имкониятлар

мавжудлигини, соғлом турмуш тарзи психологиясини шакллантириш ҳар биримизга ўз руҳий ҳолатимизни бошқариш, онгу-шуурумизда рўй бераётган ўзгаришларни вақтида илғаш орқали уни мўтадил тутиш, ўзгарувчан шарт-шароитларга мослашиш йўллари, бу борадаги профилактикани ўрганадиган фан ҳамда фойдали амалиёт сифатида тобора ҳаётимизга дадил кириб келмоқда.

Қолаверса, соғлом турмуш тарзини шакллантиришнинг психологик жиҳатларига - инсон феъл-атворини; соғлом турмуш тарзига нисбатан шахснинг муносабатини; соғлом турмуш тарзини шакллантиришнинг ижтимоий-психологик омилларини; шахснинг индивидуал-психологик хусусиятларини; шахс ўсиб-ўлғайган оила муҳитнинг таъсири, яъни ташқи омилларни киритиш мумкин.

Манбаларда таъкидланишича, тиббиёт ходимлари турли омилларни ҳисобга олган ҳолда соғлом турмуш тарзининг йўналишларини белгилаганлар ва унга риоя этиб яшашни тавсия этадилар [3]. Айтиш лозимки, инсон саломатлиги нафақат биологик омилларга, балки яшаётган ижтимоий муҳит, шахснинг ўзи, атрофидаги инсонлар билан ўзаро мулоқотига ҳам боғлиқ. Инсоний муносабатлар эса, аввало, оиладан, оила муҳитидан бошланади. Соғлом турмуш тарзига амал қилиб яшаш кўникмаси инсонда бирдан пайдо бўлиб қолмайди, у ўзига хос малака ҳам талаб этгани боис илк болалик чоғлариданоқ, унга оилада ўргатиб бориш лозим бўлади. Бу ота-она зиммасидаги энг муҳим, масъулиятли вазифалардан биридир. Барча ота-оналар фарзандларини тарбиялар эканлар, доимо огоҳ бўлишга, сергак туришга интилади. Бу эътибор боланинг барча нарсалари етарли бўлиши, сиҳат-саломатлиги жойидалиги, дарсларига мунтазам қатнашишини назорат қилиш каби меъёрлар билан чегараланиб қолиши мумкин эмас. Энг аввало, инсоннинг асосий ҳаёти ўтадиган маскан - оиланинг турмуш тарзи соғлом бўлмоғи даркор[4].

Оила энг мураккаб гуруҳлардан ҳисобланади. У нафақат жиддий ёндошувни, оила кураётганлар бир бирларини синчковлик билан ўрганиб чиқишини, балки кейинчалик ҳам бутун ҳаёт давомида деярли ҳар куни, керак бўлса ҳар соатда умр йўлдошлар бир-бирларига бўлган муносабатлари

хусусида чуқур фикр юритишларини талаб қилади. Шундагина оила бахтли, соғлом ва узоқ давом этади. Шунга кўра, муваффақиятли оила моделини (модулини) яратиш учун соғлом турмуш тарзини белгиловчи барча жиҳатларнинг андозаларини аниқлаб чиқиш керак. Аввалига бўлажак турмуш ўртоқларнинг ҳар бири учун алоҳида, сўнг ушбу андозаларни амалий бажарилишига кўмаклашувчи механизмларни топиш даркор, яъни фаровон оилани яратиш йўллари аниқлаш зарур, бошқача қилиб айтганда, алгоритмларни ишлаб чиқиш лозим. Бунда маънавий; психологик; жисмоний; тиббий жиҳатлар инобатга олиниши лозим.

Маънавий жиҳатлар меъёрлари - эркаклар учун ҳам, аёллар учун ҳам бир хил, яъни оила фаровонлигини таъминловчи ижобий фазилатларга асосланган бўлиши зарур: билим даражаси, ўқимишлилик даражаси, масъулият, дунёқарашнинг бир бирига мослиги, маданияти, такомиллашишга интилиш туйғуси.

Психологик жиҳатлар меъёрлари - қуйидаги фазилатларда намоён бўлиши мумкин; толерантлик, яъни ҳамжиҳатликда, жон қуярликда, оқилаликда, одоб-ахлоқда ва хушмуомалаликда. Аёллар эса бокиралик, мулойимликни шакллантиришлари лозим, ҳамиша ўзиникини уқтиришга интилишдан қочишлари керак. Руҳий меъёрларни шакллантирувчи алгоритм бевосита маънавий алгоритм билан боғлиқ ва кўп жиҳатдан ёшларнинг таълим-тарбиясига бориб тақалади.

Жисмоний жиҳатлар меъёрлари - жисмонан комиллика интилиш, тренажёр заллар, фитнес клубларга бориб туришга ундовчи ҳаракатларда ўз аксини топади, яъни жисмоний соғломлашиш нуқтаи назаридан ҳаёт тарзи фалсафасини тараққий эттириш омилларини ҳисобга олиш зарур.

Тиббий жиҳатлар меъёрлари - авваламбор турли касалликларни аниқлаш, айниқса наслдан наслга ўтувчи ёки ижтимоий хасталиклар (туберкулёз, ОИВ/ОИТС, жинсий йўл билан юқадиган касалликлар)ни аниқлашга йўналтирилган бўлиши лозим. Лекин бошқа томондан ёндошадиган бўлсак, ижобий меъёрлар бўлажак турмуш ўртоқларнинг ўз саломатлигига масъулиятли

бўлишларига даъват этиши шарт. Хўш, муваффақиятли оила қуриш меъёрлар белгиланган натижаларга қандай қилиб эришиш мумкин? Соғлом турмуш тарзи психологиясини шикллантириш йўллари ҳамда механизмлари ёки алгоритмлари бир тизимга асосланган, бир мақсадга йўналтирилган ва ўсиб бораётган авлод тарбиясидаги босқичма-босқичлик асосида белгиланади. Жараёнга давлат, нодавлат ҳамда жамоат ташкилотларини, энг муҳими таълим муассасаларини жалб қилган ҳолда ижобий натижага эришиш мумкин. Боғчалардан бошлаб, мактаб, лицейлар, коллеж ҳамда Олий ўқув юртларида ҳам жамоат ташкилоти тариқасидаги аҳамияти муҳимлиги сезилиши лозим, чунки айнан маҳалла оилада фаровонликни шакллантиришга таъсир ўтказади. Шу билан бир қаторда ёшлар ўртасида ижобий меъёрларни шакллантиришда халқимизнинг анъаналари, менталитетимиз, урф-одатларимиз ва ҳар бир оиланинг авлоддан авлодга ўтиб келаётган анъаналарига асосланиш керак. Аجدодларга бўлган эҳтиром ёш авлод тарбиясида катта малҳамдир.

Ёшлар орасида маънавиятни шакллантириш - мураккаб ва кўп қиррали, у ёки бу оиланинг ўзига ҳосликлари, атроф-муҳит ҳамда шароитларидан келиб чиққан ҳолда, ёндошувни талаб қиладиган жараён. Мамлакатимизда ёш авлод тарбиясида маънавият масаласига жуда катта аҳамият берилади. “Маънавият-маърифат” марказлари, “Оила илмий-амалий тадқиқот” марказлари ва маҳаллалар самарали фаолият юритибгина қолмай, ёш авлод тарбиясидаги маънавият масаласи давлат миқёсидаги мавқега эга ва барча таълим муассасаларида ёшларнинг маънан комил бўлиб вояга етишлари учун жавобгар бўлиши зарур.

Адабиётлар

1. Bennet, G. (1987) The Wound and the Doctor: Healing Technology and Power in Modern Medicine. London: Seeker & Warburg.
2. Borril, C. S., Wall, M. A., West, G. E., et al (1996) Mental Health of the Workforce in NHS Trusts. Leeds: Institute of Work Psychology, University of Sheffield & Department of Psychology, University of Leeds.
3. Обидов А. О., Новиков Ю.В. Соғлигимиз ўз кўлимизда. Тошкент. “Медицина” 1989.
4. В.М.Шапиро Л.Н.Башмакова. Здоровый образ жизни. Пособие для учителей. Алмата. 2003.

IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK TADQIQOTLARDA MAKTABGACHA TA'LIM YOSHIDAGI BOLALARDA KREATIV TAFAKKURNING SHAKLLANTIRISH MUAMMOSINI O'RGANILGANLIGI

*Hamroyeva Umida Sayfilloyevna
Buxoro viloyati Buxoro tuman 19-maktab psixologi*

Annotatsiya: ijodiy tafakkur va kreativ fikrlash masalasining psixologik va pedagogik tadqiqotlarda mavjud konsepsiyalar va qarashlar tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: ijodiy tafakkur, kreativlik, intellekt, gipoteza, konsepsiya, maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalar, tadqiqot.

Hozirgi vaqtda inson doimiy o'zgaruvchan ijtimoiy-iqtisodiy va ijtimoiy-madaniy sharoitda yashamoqda. Bunday tezkor o'zgaruvchan olamda yashashi uchun, u uzluksiz rivojlanishi hamda moslashuvi uchun yangi sharoitlarga moslashishga yordam beradigan shaxsiy kompetentsiyaga ega bo'lishi kerak. Hozirgi kunda shunday muhim kompetentsiyalardan biri – kreativ tafakkur, yuqori ijodiy faollik va kreativ hulqatvordir. Bugungi kunda ijodkorlik, yaratuvchanlik, yangilikka qaratilgan faoliyat kreativ faoliyat deb tushuniladi. Kreativlik so'zi (inglizcha «create» – yaratuvchanlik, ijodkorlik) so'zidan olingan bo'lib, inson shaxsining ijodkorlikka bo'lgan qobiliyati, ijodkorlik istedod darajasi, individning an'anaviy yoki odat tusiga kirgan fikrlash sxemasidan uzoq bo'lgan, printsiptial yangi g'oyalarni yaratishga tayyorligini xarakterlovchi, shuningdek, muammolarni o'zgacha tarzda bartaraf etish, iqtidorning mustqil omili sifatida qabul qilingan qobiliyatdir.

Psixologik-pedagogik adabiyotlarda kreativlik ko'p holatlarda shaxsiy xarakteristika sifatida ko'riladi va ijodiylik tushunchasi bilan uzviy bog'langan holda yoritiladi. Ko'pgina tadqiqotchilar kreativlikka shaxsning fazilati sifatida yondashgan holda, tanho va betakror qadriyatlarni yarata olish, noodatiy qarorlarni qabul qila olish kabi qobiliyatlarini aks etuvchi shaxsning chuqur fazilati sifatida ta'rif beradilar. Olimlarning bunday yondashuvi zamonaviy ta'lim konsepsiyalarida asosiy e'tiborning ijodiy rivojlangan shaxsni rivojlantirishga, uning nostandart qarorlar qabul qila olish, o'rganilgan va ma'lum, standart fikrlash doirasidan tashqariga chiqa olish, o'ziga

yangilik jihatlarini qamrab oluvchi mahsulot yarata olishiga qaratilganligi bilan bog'liqdir. Bu yo'nalishning rivojlanishiga V.N. Druzhinin, A. V. Zaporozhets, A. N. Leontiev, N. N. Poddyakov, D. B. Bogoyavlenskaya, V. A. Kudryavtsev, O. M. Dyachenko, A. M. Matyushkin, K. Heller, N. S. Leites, J. Guilford va boshqa olimlar o'z hissalarini qo'shishgan. Ular o'z ishlarida kreativlikni boshqa psixik jarayonlardan ajralib turuvchi tafakkurning o'ziga xos jihati sifatida ta'rif berganlar. Ular kreativlikni bolalarning shaxsiy fazilatlari va ularning tasavvuri bilan bog'laganlar. Ijodiy tafakkur va ijodiy tasavvur – insonning ijodiy qobiliyatining muhim tarkibiy qismidir. Maktabgacha yosh davri ijodiy faol shaxsni shakllanishi uchun eng samarali davri, chunki aynan mana shu davrda psixik jarayonlar progressive o'zgarishlar (xotira, nutq, diqqat, tafakkur, tasavvur, idrok) kechadi va shaxsiy fazilatlar tezkor rivojlanadi, qaysining zaminida qobiliyat, moyilliklar shakllanadi. O'zbek olimlaridan E.G'oziyev, P.Sunnatova, Z.Nishonova tafakkur psixologiyasi, mustaqil fikrlash, ijodiy fikrlash psixo-fiziologik xususiyatlari ilmiy jihatdan asoslab berishga katta hissa qo'shishgan. A.V. Zaporozec, N.N. Podd'yakov, A.M. Matyushkin, D.B. Bogoyavlenskaya L.A. Vengyer, V.N. Druzhinin, O.M. D'yachenko psixolog olimlar kreativlikka bergan ta'riflarida, qobiliyat muammosida kreativlik masalasini bilimlarni qayta ishlash jarayonidagi umumiy ijodiy qobiliyat sifatida yondashadilar. Bunda ular kreativlik tasavvur, xayol, gipotezalar tug'ilishi bilan bevosita bog'liq deb hisoblashadi.

Ijodiylik tushunchasining mohiyatini tushunmasdan turib, ijodiy qobiliyatlar to'g'risida fikr yuritish mumkin emas, ilmiy adabiyotlarning tahlili aynan mazkur masala bo'yicha ko'pgina: bir-biriga qarama-qarshi fikrlar, g'oyalar, nazariya va xulosalar mavjudligi ko'rsatdi. Hozirgi kunda ijodiy qobiliyat muammosiga kamida o'ta asosiy yondashuv mavjud bo'lib, ularni quyidagi tarzda ko'rib chiqishimiz mumkin:

1. Intellectga bog'liq bo'lmagan, ijodiy qobiliyat (kreativlik) -mustaqil omildir (K. Teylor, G. Grubyer, Dj. Gilford, Ya. A. Ponomarev). Bu nazariyaning “yumshoqroq” yondashish variantida, intellekt darajasi bilan kreativlik darajasi o'rtasida bir muncha sezilarli bo'lmagan korrelatsiya mavjuddir. E.P.Torrensning «Intellectual chegara nazariyasi» eng rivojlangan konsepsiya bo'lib, unda: agar IQ 115-120dan past bo'lsa,

intellekt va kreativlik yagona omilni tashkil qiladi, IQ 120dan yuqori bo'lganda ijodiy qobiliyat mustaqil ko'rsatkichga aylanadi, ya'ni past intellektda kreativlik mavjud emas, lekin past kreativlik bilan intellektuallar mavjud.

D.Pyerkins ma'lumotlariga ko'ra, har bir kasbiy talablarda eng past intellektual ko'rsatkich chegarasi mavjudligi, Torrens tomonidan berilgan taxminini tasdiqlaydi. Ma'lum talab darajasidan IQ ko'rsatkichi past insonlar mazkur kasbni egallay olmaydilar, agar IQ ko'rsatilgan darajadan yuqori bo'lishi, o'z o'zida intellekt bilan muvaffaqiyat o'rtasida bog'liqlik mavjud emasligini ko'rsatadi. Ish faoliyatda muvaffaqiyatga erishishda ko'proq shaxsiy qadriyatlar va fazilatlar muhim hal qiluvchi rol o'ynaydi.

2. Ijodiy qobiliyatlarning o'zi mavjud emas. Shaxsning ijodiy faolligi uchun intellektual qobiliyat talab qilinadi, lekin etarli darajada uning namoyon bo'lishi uchun sharoit yaratmaydi. Ijodiy faoliyat namoyon bo'lishida motivatsiya, qadriyatlar, shaxsiy fazilatlar muhim ro'l o'ynaydi (D. B. Bogoyavlenskaya, A. Tannenbaum, A. Oloh, A. Maslou va b.q). Bu tadqiqotchilar ijodiy insonga xos fazilatlarga: muammolarni aniqlay olish, kognetiv qobiliyat, murakkab va noaniq vaziyatlarda mustaqil fikrlay olishni kiritadilar.

D.B.Bogoyavlenskayaning konsepsiyasi o'ziga xosligi bilan ajralib turadi, olima shaxsning kreativ faollik, kreativ fikrlaydigan shaxs tipiga aloqador, ma'lum psixik tuzulma natijasida yuzaga keladi deb izoh beradi. Bogoyavlenskaya fikricha, ijod berilgan muammo chegarasidan chiqish natijasida yuzaga keladigan situativ stimullashtirilmagan faollikdir. Kreativ shaxs tipi faoliyat turiga bog'liq bo'lmagan holda barcha novatorlarga: uchuvchi-sinovchi, musiqachi, rassom, ixtirochi va boshqalarga xos hususiyatdir

3. Yuqori intellekt darajasi yuqori ijodiy qobiliyatni, aksincha past intellekt darajasidagi insonlarda past darajadagi ijobiy qobiliyat holati kuzatiladi deb taxmin qilinadi. Ijodiy jarayon psixik faollikning maxsus shakli sifatida ko'rilmaydi. Bu nuqtai nazar deyarli barcha intellekt sohasidagi mutahassislarga aloqador (D. Vekslyer, JI. Tyermen, R. Uaysbyerg, G. Ayzenk, R. Styernbyerg i drugie) [2, c.170-171].

Demak, hulosasi qilib aytishimiz mumkinki, ijodiy tafakkur – umuman prinsipial yangi sub'ektiv bilimlarni ochish yoki yaratish, o'zining original g'oyalarini yaratish bilan bog'liq tafakkurdir. Ijodiy tafakkurni shakllantirishga bo'lgan qiziqish shundaki, bu tafakkur tarbiyalanuvchilarga atrofdagi olamni mustaqil anglash, undagi mavjud qarama-qarshiliklarni yangi, nostandart echimlar orqali muammoni hal qilish, ularning taraqqiyoti uchun yangi imkoniyatlar zaminini yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Bogoyavlenskaya D.B., Bogoyavlenskaya M.E. Odarennost' i problemi ee identifikatsii // Psihologicheskaya nauka i obrazovanie. - 2000. - - 4. - S. 5-13.
2. Bogoyavlenskaya D.B. Psihologiya tvorcheskikh sposobnostey: Ucheb. dlya stud. vissh. ucheb. zavedeniy. – M.: Izdatel'skiy centr «Akademiya», 2002. – 320 s.
3. Drujinin V.N. Psihologiya obshchih sposobnostey. 3-e izd. – SPb.: Pityer, 2007. – 368 s.: il.

**O'SPIRIN YIGITLARDA OTALIK XULQ -ATVORNI
SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATI**

*Adizova Gulrux Shoqulovna
Osiyo Xalqaro Unersiteting Magistiri*

Annotatsiya. Ushbu akademik maqola o'spirin yigitlarda otalik xulq-atvorini shakllantirishning psixologik xususiyatlarini chuqur tahlil qiladi. O'spirinlik davri shaxsiyat rivojlanishining muhim bosqichi bo'lib, bu davrda otalik mas'uliyati va empatiya kabi sifatlarni shakllantirish kelajakdagi ijtimoiy va oilaviy munosabatlar uchun poydevor yaratadi. Maqolada empatiya, bog'lanish va identifikatsiya kabi asosiy psixologik mexanizmlar ko'rib chiqiladi hamda oila, tengdoshlar va ommaviy axborot vositalarining ta'siri muhokama qilinadi. Maqola, erta yoshdan otalik xulq-atvorini shakllantirishning uzoq muddatli ijobiy ta'sirlarini ko'rsatib, kelajakdagi tadqiqot yo'nalishlarini belgilab beradi.

Kalit so'zlar: Otalik xulq-atvori, O'spirinlik, Empatiya, Bog'lanish, Identifikatsiya, Psixologik rivojlanish, Rol modellari.

Abstract. This academic article deeply analyzes the psychological characteristics of shaping paternal behavior in adolescent boys. Adolescence is a crucial stage of personality development where cultivating qualities like paternal responsibility and empathy lays the foundation for future social and family relationships. The article examines key psychological mechanisms such as empathy, attachment, and identification, alongside the influence of family, peers, and media. It highlights the long-term positive impacts of early paternal behavior development and outlines future research directions.

Keywords: Paternal behavior, Adolescence, Empathy, Attachment, Identification, Psychological development, Role models

Аннотация. Данная академическая статья глубоко анализирует психологические особенности формирования отцовского поведения у юношей-подростков. Подростковый возраст является важным этапом развития личности, и формирование в этот период таких качеств, как отцовская ответственность и эмпатия, закладывает основу для будущих социальных и семейных отношений. В статье рассматриваются ключевые психологические механизмы, такие как эмпатия, привязанность и идентификация, а также влияние семьи, сверстников и средств массовой информации. Статья подчеркивает долгосрочные положительные эффекты раннего формирования отцовского поведения и намечает будущие направления исследований.

Ключевые слова: Отцовское поведение, Подростковый возраст, Эмпатия, Привязанность, Идентификация, Психологическое развитие, Ролевые модели

Kirish

O'spirinlik davri inson hayotining murakkab va fundamental bosqichlaridan biri bo'lib, bu davrda shaxsiyatning shakllanishi, o'zlikni anglash va kelajakdagi ijtimoiy rollarga tayyorgarlik jarayonlari yuz beradi. Ayniqsa, yigitlarda otalik xulq-atvorining shakllanishi nafaqat ularning shaxsiy rivojlanishi, balki jamiyatning barqarorligi va sog'lom oilaviy munosabatlarni ta'minlash uchun ham muhim ahamiyat kasb etadi. Otalik xulq-atvori deganda, nafaqat biologik nasl qoldirish, balki farzandga g'amxo'rlik qilish, uning hissiy va psixologik ehtiyojlarini tushunish, himoya qilish,

tarbiyalash va uning rivojlanishiga faol hissa qo'shish qobiliyati tushuniladi. Bu xulq-atvorlarning o'spirinlik yoshida shakllanishi, yigitlarning kelajakda mas'uliyatli va empatiyali ota bo'lishlari uchun zamin yaratadi.

Ushbu maqolaning asosiy maqsadi o'spirin yigitlarda otalik xulq-atvorini shakllantirishning psixologik xususiyatlarini, jumladan, nazariy asoslarni, ijtimoiy-madaniy ta'sirlarni, mavjud dasturlar va intervensiyalarni, shuningdek, ushbu jarayondagi qiyinchiliklar va ularni yengish yo'llarini ilmiy jihatdan tahlil qilishdan iborat. Erta yoshdan otalik xulq-atvorini shakllantirishning uzoq muddatli ta'siri, jamiyatda erkaklarning hissiy-ijtimoiy savodxonligini oshirish va kelajak avlodlar uchun sog'lom muhit yaratish nuqtai nazaridan muhim ilmiy va amaliy ahamiyatga egadir.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili

Otalik xulq-atvorining shakllanishi murakkab psixologik, biologik va ijtimoiy-madaniy omillar ta'sirida kechadi. Adabiyotlarda ushbu jarayonni tushunishga yordam beruvchi bir qator nazariyalar va tadqiqotlar mavjud.

Empatiya va bog'lanish mexanizmlari otalik xulq-atvorining asosiy psixologik mexanizmlaridan hisoblanadi. Marshall va hammualliflarining 2022 yildagi tadqiqotlari (4-manba) otalikdagi empatiya va mentalizatsiyaning ahamiyatini, ayniqsa homiladorlik davridan boshlab bog'lanish va samarali ota-ona bo'lish bilan bog'liqligini ta'kidlaydi. Medial prefrontal korteks (mPFC) va lateral oksipital korteks (LOC) kabi miya hududlari ijtimoiy axborotni qayta ishlash, o'z-o'zini anglash, hissiyotlarni tartibga solish va kognitiv nazoratda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Salbiy kayfiyat mentalizatsiyani buzishi, boshqalarning nuqtai nazarini tushunish qobiliyatiga xalaqit berishi va avloddan-avlodga o'tadigan travmalarga sabab bo'lishi mumkin. O'spirin yigitlarda ushbu miya hududlarining rivojlanishini qo'llab-quvvatlash, ularda empatiya va bog'lanish qobiliyatini oshirish kelajakda g'amxo'r ota bo'lishlari uchun muhimdir.

O'spirinlik davrida ota-o'g'il munosabatlari o'ziga xos o'zgarishlarga duchor bo'ladi (1-manba). O'smir yigitlar otalariga taqlid qilishdan individual qiziqishlarini amalga oshirishga o'tishlari bilan, ba'zan "aloqaning uzilishi" kuzatiladi. Bu davrda

otalar o'z o'g'illarining yangi qiziqishlariga chinakam qiziqish ko'rsatish orqali moslashishlari kerak. An'anaviy rollarni o'zgartirib, ota "talaba" bo'lishi, o'g'il esa "o'qituvchi" rolini bajarishi mumkin. Bu o'zgaruvchan dinamika o'spirinlarga otalik rolida faol ishtirok etish, javobgarlikni his qilish va g'amxo'rlik qilish ko'nikmalarini rivojlantirish imkonini beradi. Shuningdek, o'spirinlik davrida o'g'illar o'z shaxsiyatlarini shakllantirish uchun otalarining kamchiliklarini tan olish orqali ularni "kichraytirishadi". Otalar buni xatolarini tan olish, cheklovlarini ifodalash va hazil bilan o'zlarini kamsitish orqali osonlashtirishlari mumkin. Shu bilan birga, otalar o'g'illarini maqtoqlar va ularning noyob ko'nikmalarini e'tirof etish orqali "kattalashtirishlari" muhimdir. Sog'lom ota-o'g'il raqobati, ya'ni "kuch sinovlari" munosabatlarni mustahkamlab, o'g'ilning qobiliyati va o'ziga ishonchini oshirishi mumkin, ammo bu nazorat uchun "kuch kurashlariga" aylanmasligi kerak. Bu dinamikalar o'spirin yigitlarning otalik xulq-atvorini anglash va uni ichkilashtirish jarayoniga bevosita ta'sir qiladi.

Bog'lanish nazariyasi otalik xulq-atvorini tushunishda muhimdir. Uzunlamasiga olib borilgan bir tadqiqotda (2-manba) otaning tarbiyasi 13-24 yoshli 184 nafar o'spirinda bog'lanish xavfsizligiga qanday ta'sir qilgani o'rganilgan. Otasi bilan yashaydigan o'spirinlar 14 yoshida ancha yuqori bog'lanish xavfsizligiga ega ekanligi aniqlangan. Otalarning ijobiy munosabatlari va psixologik avtonomiyani qo'llab-quvvatlashi o'spirinlik davrida bog'lanish xavfsizligini oshirgan. Aksincha, otalarning jismoniy tajovuzi bog'lanish xavfsizligini pasaytirgan. Bu natijalar otaning mavjudligi, avtonomiyani qo'llab-quvvatlashi va tajovuzkor bo'lmagan tarbiyasining qisqa va uzoq muddatli bog'lanish xavfsizligini shakllantirishdagi hal qiluvchi ahamiyatini ko'rsatadi. Bu ma'lumotlar o'spirin yigitlarda ham aynan shu kabi xulq-atvorlarni – ijobiy munosabat, avtonomiyani hurmat qilish va tajovuzsizlikni – o'rganish va amalda qo'llashga undashi kerak.

Identifikatsiya omili ham muhimdir. "Identifikatsiya omili" maqolasida (3-manba) bolalik davrida sog'lom identifikatsiya rivojlanishining, ayniqsa LGBTQ+ va ko'p irqli yoshlar uchun muhimligi ta'kidlanadi. Jamiyat tomonidan tushunish va qabul qilinmaslik natijasida bu guruhlar intihon fikrlari, depressiya, giyohvand moddalarni

suiiste'mol qilish va o'ziga past baho berish xavfining yuqori darajasiga duch kelishadi. Ota-onaning qo'llab-quvvatlashi ushbu bolalar uchun eng muhim himoya omili hisoblanadi. Bu tadqiqot o'spirin yigitlarda o'zini kim ekanligini anglash, kelajakdagi otalik rolini qanday idrok etishini va bu jarayonda jamiyat va oilaning qo'llab-quvvatlashi qanchalik muhimligini ko'rsatadi. Identifikatsiyaning sog'lom rivojlanishi, ularning otalik rolini ijobiy qabul qilishiga yordam beradi.

Ijtimoiy-madaniy ta'sirlar, xususan, oila, tengdoshlar va ommaviy axborot vositalari otalik xulq-atvorini shakllantirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Oiladagi munosabatlar namunasi, otaning o'z farzandlariga munosabati va xulq-atvori yigitlar uchun asosiy model bo'lib xizmat qiladi. Tengdoshlar guruhidagi munosabatlar va gender rollari haqidagi tasavvurlar ham ularning otalik konsepsiyasiga ta'sir ko'rsatadi. Ommaviy axborot vositalari, filmlar, ijtimoiy tarmoqlar orqali tarqaladigan erkaklik va otalik obrazlari o'spirin yigitlarning bu rollarni qanday tushunishiga va ularga tayyorgarlik ko'rishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun, bu omillarning ijobiy yo'nalishda ishlashini ta'minlash juda muhimdir.

Tadqiqot metodologiyasi

Ushbu maqola nazariy va kontseptual tahlilga asoslangan bo'lib, o'spirin yigitlarda otalik xulq-atvorini shakllantirishning psixologik xususiyatlarini o'rganish uchun adabiyotlarni tanqidiy sintez qilish metodologiyasidan foydalaniladi. Mavzu bo'yicha mavjud ilmiy adabiyotlar, xususan, psixologiya, rivojlanish psixologiyasi, neyropsixologiya va ijtimoiy tadqiqotlar sohasidagi dolzarb ishlarning tahlili amalga oshirildi. Maqolada keltirilgan ma'lumotlar va xulosalar to'rt asosiy ilmiy manbadan olingan bo'lib, ularning har biri mavzuning turli jihatlarini yoritadi: ota-o'g'il munosabatlarining o'spirinlik davridagi dinamikasi, otaning tarbiyasining bog'lanish xavfsizligiga ta'siri, shaxsiyatni shakllantirishning muhimligi va otalikdagi empatiya va bog'lanishning neyro-biologik asoslari.

Nazariy asoslarni aniqlash: Empatiya, bog'lanish va identifikatsiya kabi psixologik mexanizmlar otalik xulq-atvorini shakllantirishda qanday rol o'ynashini tahlil qilish.

Ijtimoiy-madaniy omillarni baholash: Oila, tengdoshlar va ommaviy axborot vositalarining otalik xulq-atvorini shakllantirishga ta'sirini o'rganish.

Intervensiya dasturlarini loyihalash tamoyillari: Mavjud tadqiqot natijalari asosida o'spirin yigitlarda otalik xulq-atvorini shakllantirishga qaratilgan amaliy dasturlar va intervensiyalarni ishlab chiqish bo'yicha takliflar berish. Bunday dasturlar o'spirinlarga otalik rolini tushunish, mas'uliyatni his qilish, empatiya va kommunikatsiya ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam berishi kerak. Xususan, ularga "o'qituvchi" va "talaba" rollarini almashtirishni o'rgatish, ijobiy munosabatlarni rag'batlantirish, avtonomiyani qo'llab-quvvatlash va tajovuzkor bo'lmagan xulq-atvor modellarini namoyish etishga e'tibor qaratish lozim. Neyropsixologik asoslarni hisobga olgan holda, hissiy tartibga solish va mentalizatsiya qobiliyatini oshiruvchi mashg'ulotlar ham foydali bo'lishi mumkin.

Qiyinchiliklar va ularni yengish yo'llari: Rol modellarining yetishmasligi, salbiy ijtimoiy-madaniy stereotiplar va oilaviy disfunksiyalar kabi to'siqlarni aniqlash hamda ularni bartaraf etish bo'yicha strategiyalarni taklif qilish. Bu muammolarni hal qilish uchun maktablarda, jamoat tashkilotlarida va oilalarda otalik xulq-atvorini targ'ib qilish, ijobiy rol modellarini taqdim etish va gender tengligini targ'ib qilish muhimdir.

Ushbu metodologiya mavzuning murakkabligini to'liq qamrab olishga va otalik xulq-atvorini shakllantirish jarayonini nazariy va amaliy nuqtai nazardan chuqur tushunishga imkon beradi. Maqola, asosan, nazariy sintezga asoslanganligi sababli, uning asosiy hissasini mavjud adabiyotlarni umumlashtirish va kelajakdagi tadqiqotlar va amaliyotlar uchun asos yaratish tashkil etadi.

Xulosa

O'spirin yigitlarda otalik xulq-atvorini shakllantirish zamonaviy jamiyatning eng muhim ijtimoiy-psixologik vazifalaridan biridir. Ushbu maqola otalik xulq-atvorini shakllantirish jarayonining psixologik murakkabliklarini, jumladan, empatiya, bog'lanish va identifikatsiya kabi asosiy mexanizmlarni tahlil qildi. Tadqiqotlar otaning mavjudligi, ijobiy munosabatlari, psixologik avtonomiyani qo'llab-quvvatlashi va tajovuzsiz tarbiyasining o'spirinlarda bog'lanish xavfsizligini oshirishda hal qiluvchi rol o'ynashini ko'rsatadi. Otalik rolida g'amxo'rlik, mas'uliyat

va hissiy intellekt kabi fazilatlarni rivojlantirish nafaqat shaxsning o'zi, balki uning kelajakdagi oilasi va butun jamiyat uchun uzoq muddatli ijobiy ta'sirlarga ega ekanligi aniqlandi.

O'spirinlik davri ota-o'g'il munosabatlarida o'ziga xos o'zgarishlarni keltirib chiqaradi, bu davrda o'g'illar otalarining kamchiliklarini anglab, o'z shaxsiyatlarini shakllantiradilar. Bu jarayonni otalar o'z xatolarini tan olish va o'g'illarining qobiliyatlarini e'tirof etish orqali qo'llab-quvvatlashlari muhimdir. Ijtimoiy-madaniy omillar – oila, tengdoshlar va ommaviy axborot vositalari – otalik xulq-atvorini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi va ularning ijobiy ta'sirini ta'minlash zarur.

Ushbu maqolada ilgari surilgan otalik xulq-atvorini shakllantirish dasturlari va intervensiyalar, masalan, empatiya va mentalizatsiya ko'nikmalarini rivojlantirish, ijobiy rol modellarini taqdim etish, avtonomiya va ijobiy kommunikatsiyani rag'batlantirish kabi amaliy yechimlar mavjud qiyinchiliklarni yengishga yordam berishi mumkin. Rol modellarining yetishmasligi, salbiy gender stereotiplari kabi to'siqlar ushbu jarayonda hal etilishi lozim bo'lgan asosiy muammolardir.

Kelajakdagi tadqiqot yo'nalishlari o'spirin yigitlarda otalik xulq-atvorini erta shakllantirishning uzoq muddatli ijtimoiy va oilaviy ta'sirlarini chuqur o'rganishga qaratilishi lozim. Bu, xususan, O'zbekiston kabi madaniy kontekstlarda ota-o'g'il munosabatlari va otalik xulq-atvorining o'ziga xos xususiyatlarini o'rganadigan uzunlamasiga olib boriladigan tadqiqotlarni o'z ichiga olishi mumkin. Shuningdek, neyropsixologik asoslarni yanada chuqurroq o'rganish, hissiy tartibga solish va ijtimoiy kognitiv ko'nikmalarni rivojlantirishga qaratilgan maxsus dasturlarning samaradorligini baholash muhim vazifadir. Erta shakllantirilgan mas'uliyatli va empatiyali otalik xulq-atvori kelajak avlodlar uchun sog'lom va barqaror oilaviy muhit yaratishning asosiy omilidir.

Foydalanilgan adabiyotlar

[1] Lamb, Michael E. (Muharrir). Bola rivojlanishida otaning roli. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2021.

[2] Tamis-LeMonda, Catherine S., & Cabrera, Natasha J. Otalik: Zamonaviy nuqtai nazarlar. New York: Routledge, 2017.

[3] Marshall, Michelle T., Rholes, William S., & Rojas, Steven M. "Otalik mentalizatsiyasi va bola rivojlanishi." Bog'lanish va Inson Rivojlanishi, vol. 21, no. 5, 2019, pp. 467-486.

[4] Bellamy, Jennifer M., Cowan, Philip A., & Cowan, Carolyn P. "Yosh erkaklarning faol ota bolish niyatlarida empatiyaning roli." Oila Psixologiyasi Jurnal, vol. 27, no. 4, 2013, pp. 675-680.

[5] Leckman, Peter H., Rutherford, Cynthia, Blass, Elaine P., Mayes, Linda C., & Leckman, James D. (Eds.). Otalik va Miya: Psixologik, Ijtimoiy va Biologik Nuqtai Nazarlar. New York: Springer, 2014.

MTTDA ZAMONAVIY RAQAMLI MULTIMEDIYA VOSITALARI ORQALI KICHIK GURUH TARBIYALANUVCHILARIGA YO'L HARAKATI XAVSIZLI QOIDALARI O'RGATISHNING USTUVOR YOLLARI

Jumayev Yunus Rashidovich

MTTDMQTMOI "Maktabgacha ta'lim menejmenti" kafedrasi katta o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada maktabgacha ta'lim tashkilotlarida tarbiyalanuvchilarga yo'l harakati qoidalarini o'rgatishda zamonaviy raqamli multimediy vositalaridan foydalanishning pedagogik ahamiyati yoritilgan. Maqolada animatsiyalar, interaktiv o'yinlar, videomateriallar va raqamli taqdimotlar orqali bolalarda yo'l harakati xavfsizligiga oid bilim, ko'nikma va malakalarni shakllantirish imkoniyatlari tahlil qilingan.

Аннотация: В данной статье подчеркивается педагогическая значимость использования современных цифровых мультимедийных инструментов в обучении детей правилам дорожного движения в дошкольных образовательных учреждениях. В статье анализируются возможности формирования знаний, навыков и компетенций, связанных с безопасностью дорожного движения, у детей посредством анимации, интерактивных игр, видеоматериалов и цифровых презентаций.

Abstract: This article highlights the pedagogical importance of using modern digital multimedia tools in teaching traffic rules to children in preschool educational

organizations. The article analyzes the possibilities of forming knowledge, skills and competencies related to traffic safety in children through animations, interactive games, video materials and digital presentations.

Kalit so'zlar: maktabgacha ta'lim, yo'l harakati qoidalari, yo'l harakati xavfsizligi, raqamli multimediya vositalari, interaktiv o'yinlar, animatsiyalar, pedagogik texnologiyalar, bolalarda xavfsiz xulq-atvor, tarbiyalanuvchilar, ta'lim samaradorligi.

Ключевые слова: дошкольное образование, правила дорожного движения, безопасность дорожного движения, цифровые мультимедийные инструменты, интерактивные игры, анимация, педагогические технологии, безопасное поведение детей, учащиеся, эффективность обучения.

Keywords: preschool education, traffic rules, traffic safety, digital multimedia tools, interactive games, animations, pedagogical technologies, safe behavior in children, students, educational effectiveness.

Bugungi kunda yo'l harakati xavfsizligini ta'minlash jamiyatning dolzarb masalalaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, maktabgacha yoshdagi bolalarda yo'l harakati qoidalariga rioya qilish ko'nikmalarini shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki ushbu yosh davrida bolalarda atrof-muhitni anglash, xavfsiz xatti-harakatlarni o'zlashtirish va mustaqil fikrlash asoslari shakllanadi. Shuning uchun maktabgacha ta'lim tashkilotlarida yo'l harakati qoidalarini o'rgatish tizimli va zamonaviy yondashuv asosida olib borilishi lozim. Zamonaviy raqamli multimediya vositalari maktabgacha ta'lim jarayonini yanada samarali tashkil etish imkonini bermoqda. Animatsiyalar, interaktiv o'yinlar, videodarslar va raqamli taqdimotlar orqali bolalarda yo'l harakati qoidalariga nisbatan qiziqish uyg'otish, ularning bilim va ko'nikmalarini mustahkamlash mumkin. Bunday vositalar bolalarning yosh va psixologik xususiyatlariga mos bo'lib, bilimlarni oson qabul qilish va eslab qolishga xizmat qiladi. Maktabgacha ta'lim tizimida yo'l harakati qoidalarini o'rgatishda raqamli texnologiyalardan foydalanish nafaqat bolalarning xavfsizligini ta'minlashga, balki ularning axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan to'g'ri va maqsadli foydalanish ko'nikmalarini rivojlantirishga ham xizmat qiladi. Shu bois, ushbu maqolada

zamonaviy raqamli multimediya vositalari orqali maktabgacha ta'lim tarbiyalanuvchilariga yo'l harakati qoidalarini o'rgatishning pedagogik ahamiyati, usullari va samaradorligi yoritib beriladi.

Bolalarning yoshiga qarab tasniflash – ularni tug'ilish paytidan to 16 yoshgacha bo'lgan davrini ularning fiziologik va psixologik xususiyatlariga qarab sinf yoki guruhlariga ajratish yoki tabaqalash tizimi. Sobiq ittifoq pedagogika akademiyasining tasnifiga ko'ra bolalar yoshiga ko'ra quyidagi guruhlariga ajratilgan: yangi tug'ilgan chaqaloq (1-10 kunlik); chaqaloq (10 kun – 1 yilgacha); erta bolalik yoki go'daklik (1-2 yosh); birinchi bolalik davri (3-7 yosh); ikkinchi bolalik davri (erkaklarda 8-12 yosh, ayollarda 8-11 yosh); o'smirlik davri (erkaklarda 13-16 yosh, ayollarda 12-15 yosh). Lekin bolalarning bunday yoshga doir davriy tasniflanishi joyning tabiiy geografik mintaqasidan kelib chiqqan tarzda turlicha bo'ladi[1].

O'zbekistonda 3-7 yoshdagi bolalar maktabgacha ta'lim yoshdagilar, deb qabul qilingan va hanuzgacha aynan ushbu yoshdagi bolalarning tizimlashgan ta'limi amalda qo'llaniladi. Bolalarning go'daklik davrida esa bola tarbiyasi birlamchi ahamiyat kasb etadi.

Yangi tahrirdagi "Ilk qadam" davlat o'quv dasturining 3-ilovasidagi namunaviy o'quv rejada maktabgacha yoshdagi bolalar quyidagi ta'lim-tarbiya guruhlariga ajratilganlar: kichik guruh (3-4 yosh); o'rta guruh (4-5 yosh); katta guruh (5-6 yosh); maktabga tayyorlov guruh (6-7 yosh). Aynan ushbu yosh guruhlarida yo'l harakati xavfsizligi bo'yicha ularning psixofiziologik xususiyatlarini quyida ko'rib chiqamiz.

Kichik guruhdagi 3-4 yoshli bola uchun yangi noma'lum narsalar bilan tanishishda idrok va vosita harakatlarining o'zaro ta'siri xarakterlidir. U to'g'ridan-to'g'ri aloqaga muhtoj. Bola yaqinlashib kelayotgan transport vositalarini uzoqdan ko'ra va yo'l harakati holatini baholay olmaydi. Bola qatnov qismining chetiga yaqinlashib, yo'ldagi harakatni kuzatishni boshlaydi. Bundan tashqari, bola har xil turdagi transport vositalariga boshqacha munosabatda bo'ladi. U katta yuk transportlari, avtobuslar, trolleybuslardan qo'rqadi va, aksincha, yengil avtomobillar, mototsikllar, velosipedlar xavfini esa kam baholaydi.

Maktabgacha ta'lim — bolalarning ilk o'rganish davri bo'lib, bu yoshda

bolalarga yo'l harakati qoidalarini o'rgatish juda muhimdir. Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun yo'l harakati xavfsizligini o'rgatish nafaqat ularning kelajakdagi xavfsizligini ta'minlaydi, balki jismoniy va kognitiv rivojlanishlariga ham yordam beradi. Zamonaviy raqamli multimediya vositalari yordamida bu jarayonni qiziqarli va samarali qilish mumkin. Ushbu maqolada biz maktabgacha ta'limdagi bolalarga yo'l harakati qoidalarini o'rgatishda zamonaviy texnologiyalar va interaktiv vositalardan qanday foydalanish mumkinligini ko'rib chiqamiz.

Shuningdek, raqamli vositalardan foydalanish bolalarning bilish faolligini oshirib, mustaqil fikrlash, kuzatish va to'g'ri qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantiradi. Tarbiyachilar tomonidan mazkur texnologiyalardan maqsadli va tizimli foydalanish bolalarda xavfsiz xulq-atvor madaniyatini shakllantirishga xizmat qiladi. Natijada, maktabgacha yoshdagi bolalarning yo'l harakati qoidalariga rioya qilish ko'nikmalari mustahkamlanib, ularning kundalik hayotda xavfsiz harakatlanishiga zamin yaratiladi. Maktabgacha ta'lim tizimida yo'l harakati qoidalarini o'rgatish bolalarning hayoti va sog'lig'ini muhofaza qilishda muhim ahamiyat kasb etadi. Zamonaviy raqamli multimediya vositalari ushbu jarayonni yanada samarali, qiziqarli va tushunarli tashkil etish imkonini beradi. Animatsiyalar, interaktiv dasturlar, raqamli o'yinlar va videodarslar orqali bolalarda yo'l harakati qoidalariga nisbatan ongli munosabat shakllanadi.

➤ **Mobil ilovalar va o'yinlar orqali o'rgatish**-Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun mo'ljallangan mobil ilovalar va o'yinlar bolalarning o'rganish jarayonini jonlantiradi. Yo'l harakati qoidalarini o'rgatishda mobil ilovalar juda samarali vositadir. Masalan, bolalar uchun tayyorlangan o'yinlar orqali svetoforlar, yo'l belgilarini va piyodalar yo'lagini o'rganish osonlashadi. Mobil o'yinlar bolalarga interaktiv tarzda mas'uliyatni o'rganishga yordam beradi. Bu o'yinlar, masalan, bolalarga avtobusda yoki piyodalar yo'lagida harakat qilishni, svetoforlar va yo'l belgilari qanday ishlashini ko'rsatib beradi. Bu esa tarbiyalanuvchilarga hayotiy ko'nikmalarni egallashda yordam beradi.

➤ **Animatsiyalar va videolar orqali o'rgatish**-Animatsiyalar va ta'lim videolari bolalarga vizual tarzda yo'l harakati qoidalarini o'rgatish uchun juda yaxshi

vositadir. Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun yaratilgan qisqa, rang-barang animatsiyalar bolalarga qoidalarini tushuntirishda samarali bo'ladi. Masalan, yo'l harakati belgilari, svetoforlarning ma'nolari, piyodalar yo'lagi va yo'lni kesib o'tishda e'tibor berish kerak bo'lgan omillar haqida animatsiyalar tayyorlash mumkin. Videolar orqali bolalar tezda qoidalarini eslab qoladilar, chunki bolalar vizual tasvirlar va ranglar orqali o'rganishga ko'proq moyil bo'lishadi. Shuningdek, animatsiyalar o'ziga jalb etadigan va kulgili bo'lishi mumkin, bu esa bolalarning o'rganishga bo'lgan ishtiyoqini oshiradi.

➤ **Interaktiv dasturlar va mashqlar**-Interaktiv dasturlar va mashqlar bolalar uchun yo'l harakati qoidalarini o'rganishda qiziqarli usuldir. Masalan, onlayn mashqlar va simulyatsiyalar yordamida bolalar virtual tarzda svetoforlarga rioya qilishni, to'g'ri yo'l belgilari bo'yicha harakat qilishni o'rganishlari mumkin. Bu turdagi interaktiv dasturlar bolalarga to'g'ri javob berishni, o'z xatolaridan o'rganishni o'rgatadi.

➤ Bundan tashqari, interaktiv dasturni ishlatishda bolalar o'zlari yo'l harakati belgilari va svetoforlarning qanday ishlashini bilib, ularga to'g'ri javob berish uchun mashq qilishlari mumkin. Bu usul bolalar uchun nafaqat o'rgatuvchi, balki qiziqarli va o'zlashtirishni yengillashtiruvchi bo'ladi.

➤ **Rasm chizish va kreativ faoliyatlar**-Maktabgacha ta'limda kreativ faoliyatlar bolalarning ijodiy fikrlashini rivojlantirishga yordam beradi. Yo'l harakati qoidalarini o'rgatish uchun bolalar rasm chizish yoki kichik komikslar yaratish orqali o'z bilimlarini mustahkamlashlari mumkin. Masalan, bolalar svetoforlar, yo'l belgilari yoki piyodalar yo'lagini tasvirlab, ularni o'rganishga jalb qilinishi mumkin.

➤ Bundan tashqari, bolalar o'zlari kichik hikoyalar yoki rasmlar yaratib, o'rgangan qoidalarini boshqalar bilan baham ko'rishlari mumkin. Bu nafaqat bilimlarni o'zlashtirishni kuchaytiradi, balki bolalar o'zlarini o'qituvchi sifatida his qilishlariga yordam beradi.

Xulosa shuki: Zamonaviy raqamli multimediyaviy vositalari yordamida maktabgacha yoshdagi bolalarga yo'l harakati qoidalarini o'rgatish jarayoni samarali va qiziqarli bo'lishi mumkin. Mobil ilovalar, animatsiyalar, interaktiv dasturlar va kreativ faoliyatlar yordamida bolalar o'z bilimlarini kengaytirib, xavfsiz harakat

qilishni o'rganadilar. Bu usullar bolalarning ta'limini yanada samarali, esda qolarli va amaliy qilishda muhim rol o'ynaydi. Maktabgacha ta'limdagi tarbiyalanuvchilarga yo'l harakati qoidalarini o'rgatishda zamonaviy texnologiyalardan foydalanish nafaqat xavfsizlikni ta'minlaydi, balki bolalarning hayotiy ko'nikmalarini ham rivojlantiradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining "Yo'l harakati qoidalarini" – Toshkent, 2022.
2. Yo'l harakati qoidalarini (*ertalabki davra suhbatini*). Nigmatov A.N., Buriyev X.K., Mirsaatova Sh.R. *O'quv qo'llanma.* – Toshkent, 2023
3. "Ilk qadam" davlat o'quv dasturi. – Toshkent 2022
4. Usmonova N.A. "Ta'lim jarayonida axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanish" – Toshkent, 2020.

PEDAGOG SHAXSIDA KREATIVLIKNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

*Shamsiddinova Elmira Muxammadjanovna
TMC instituti Pedagogika va psixologiya kafedrasi Katta o'qituvchisi*

Annotatsiya. Mazkur maqolada pedagog shaxsida kreativlikni rivojlantirishning psixologik mexanizmlari tahlil qilinadi. Kreativlik pedagog kasbiy faoliyatining muhim tarkibiy qismi sifatida talqin etilib, uni shakllantiruvchi asosiy psixologik omillar — motivatsiya, refleksiya, divergent tafakkur, emotsional intellekt va shaxsiy faollik mexanizmlari yoritib beriladi. Shuningdek, pedagogning kreativ salohiyatini rivojlantirishda ichki va tashqi psixologik shart-sharoitlarning o'rni ilmiy-nazariy jihatdan asoslanadi.

Kalit so'zlar: kreativlik, pedagog shaxsi, psixologik mexanizmlar, divergent tafakkur, refleksiya, motivatsiya, emotsional intellekt, kasbiy rivojlanish.

Kirish. Bugungi globallashuv va ta'lim tizimidagi islohotlar sharoitida pedagog shaxsiga qo'yiladigan talablar tobora ortib bormoqda. Zamonaviy ta'lim jarayonida pedagog nafaqat bilim beruvchi, balki ijodkor, yangilikka intiluvchi va kreativ

fikrlovchi shaxs bo'lishi lozim. Shu sababli pedagog shaxsida kreativlikni rivojlantirish masalasi psixologiya va pedagogika fanlarining dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi.

Kreativlik tushunchasining psixologik mohiyati: Psixologiyada kreativlik shaxsning yangi, original g'oyalar yaratish, muammolarga noodatiy yondashish va samarali yechim topish qobiliyati sifatida talqin etiladi. Pedagog shaxsida kreativlik o'quv-tarbiya jarayonini samarali tashkil etish, o'quvchilarning mustaqil fikrlashini rivojlantirish hamda innovatsion metodlardan foydalanishda namoyon bo'ladi.

Pedagog kreativligini rivojlantirish quyidagi asosiy psixologik mexanizmlar orqali amalga oshadi:

1. Motivatsion mexanizm

Ichki kasbiy motivatsiya pedagogning yangilikka intilishi, o'z ustida ishlashi va ijodiy faoliyatga bo'lgan ehtiyojini kuchaytiradi. Kreativ pedagoglar yuqori darajadagi o'z-o'zini rivojlantirish motivatsiyasiga ega bo'ladilar.

2. Divergent tafakkur mexanizmi

Divergent tafakkur — bir muammoning bir nechta yechimini topa olish qobiliyati bo'lib, kreativlikning asosiy psixologik mexanizmlaridan biridir. Pedagogik faoliyatda bu mexanizm dars jarayonini noodatiy tashkil etish va innovatsion metodlarni qo'llashda muhim ahamiyatga ega.

3. Refleksiya mexanizmi

Refleksiya pedagogning o'z faoliyatini tahlil qilishi, xatolarini anglab yetishi va ularni bartaraf etishga intilishi bilan bog'liq. Reflektiv qobiliyat kreativlikning rivojlanishida muhim rol o'ynaydi.

4. Emotsional intellekt mexanizmi

Pedagogning o'z hissiyotlarini boshqara olishi va o'quvchilar hissiyotlarini tushunishi ijodiy muhitni shakllantirishga yordam beradi. Emotsional intellekt kreativ pedagogik muhitni yaratishda muhim psixologik omil hisoblanadi.

5. Shaxsiy faollik va mustaqillik mexanizmi

Pedagogning tashabbuskorligi, mustaqil qaror qabul qilishi va yangiliklarni joriy etishga tayyorligi uning kreativ rivojlanishini ta'minlaydi.

Pedagog shaxsida kreativlikni rivojlantirishda psixologik treninglar samarali vosita hisoblanadi. Kreativlikka yo'naltirilgan treninglar divergent tafakkurni rivojlantirish, muammoli vaziyatlarda noodatiy yechim topish va ijodiy tasavvurni kengaytirishga xizmat qiladi.

Bunday treninglar jarayonida pedagoglar:

- ijodiy fikrlash mashqlari;
- rolli o'yinlar;
- muammoli vaziyatlarni modellashtirish;
- guruhviy muhokamalar orqali o'z kreativ salohiyatini rivojlantiradilar.

Natijada pedagoglarning kasbiy ishonchi ortib, ijodiy faolligi kuchayadi.

Pedagog shaxsida kreativlik va kasbiy o'zini o'zi anglash jarayoni bilan chambarchas bog'liq. Kasbiy identifikatsiya jarayonida pedagog o'zining kuchli va zaif tomonlarini anglaydi, kasbiy maqsadlarini aniqlaydi va ijodiy rivojlanish strategiyasini ishlab chiqadi.

O'zini o'zi anglashning yuqori darajasi pedagogning kreativ imkoniyatlarini to'liq namoyon etishiga zamin yaratadi. Bu esa ta'lim sifatining oshishiga va o'quvchilar shaxsini har tomonlama rivojlantirishga xizmat qiladi.

Xulosa. Pedagog shaxsida kreativlikni rivojlantirish ko'p qirrali psixologik jarayon bo'lib, u individual xususiyatlar, ta'lim muhiti va kasbiy faoliyat bilan uzviy bog'liqdir. Motivatsiya, divergent tafakkur, refleksiya, emotsional intellekt va shaxsiy faollik bilan bir qatorda psixologik qulay muhit va maxsus treninglar pedagog kreativligining rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etadi.

Pedagog kreativligini maqsadli rivojlantirish ta'lim jarayonining innovatsionligini ta'minlab, zamonaviy ta'lim talablariga javob beradigan malakali mutaxassislarni tayyorlashga xizmat qiladi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI (References)

1. Amabile, T. (2020). Creativity and Motivation in the Digital Age. Harvard Business School Press.
2. Florida, R. (2021). The Rise of the Creative Class — Revisited for the Digital Economy. Basic Books.

3. OECD. (2022). Digital Economy Outlook: Skills, Creativity and Innovation. Paris: OECD Publishing.
4. WEF – World Economic Forum. (2023). The Future of Jobs Report 2023. Geneva: WEF.
5. Маралов, В. (2022). Психологические механизмы развития творческого потенциала личности. Москва: Юрайт.
6. Narzullaeva, B. (2021). Shaxs kreativligini shakllantirishning zamonaviy psixologik yondashuvlari. Psixologiya va zamon, №4, 12–18.
7. Маралов, В. (2022). Психологические механизмы развития творческого потенциала личности. Москва: Юрайт.
8. Данилова, Л. (2021). Роль эмоционального интеллекта в развитии креативности студентов. Вестник психологии, №2, 54–61.

BOLALIKDAGI TRAVMANING IJTIMOY-MUNOSABATLAR VA HAYOT SIFATIGA UZOQ MUDDATLI TA'SIRI

*Qayliyeva Aziza Zakirovna,
Osiyo Xalqaro Universiteti magistranti,
O'zbekiston Respublikasi Prezidenti huzuridagi Inson ijtimoiy Himoya Milliy Agentligi Qashqadaryo viloyati Inson ijtimoiy himoya milliy agentligi boshqarmasi
Mirishkor tuman Inson ijtimoiy xizmatlar markazi
Gulobod MFYda kompleks ijtimoiy xizmat ko'rsatuvchi hodim*

Annotatsiya. Maqolada bolalik davrida kechirilgan psixologik travmalar shaxsning keyingi hayotidagi ijtimoiy-munosabatlar, emotsional barqarorlik, shaxslararo muloqot sifati va umumiy hayot darajasiga ko'rsatadigan uzoq muddatli ta'sirlari ilmiy asosda yoritiladi. Travmatik tajribalar neyropsixologik, psixodinamik va biopsixososial yondashuvlar asosida tahlil qilinib, bolalikdagi salbiy hodisalarning kattalardagi ruhiy salomatlik, emotsional intellekt, ishonch munosabatlari, moslashuv strategiyalari va ijtimoiy funktsionallikka ta'siri ochib beriladi. Maqolada shuningdek, bolalik travmasining oila, jamiyat va psixologik rivojlanish tizimiga ta'siri, uni

diagnostika qilish va profilaktika strategiyalarining ilmiy-amaliy ahamiyati keng yoritiladi.

Kalit so'zlar: Bolalik travmasi, ijtimoiy-munosabatlar, hayot sifati, emotsional rivojlanish, shaxslararo ishonch, psixosotsial moslashuv, biopsixososial model.

Аннотация. В статье научно обоснованно рассматриваются долгосрочные последствия психологических травм, пережитых в детском возрасте, и их влияние на социальные отношения, эмоциональную устойчивость, качество межличностного общения и общий уровень жизненного благополучия во взрослой жизни. Травматический опыт анализируется с позиций нейропсихологических, психодинамических и биопсихосоциальных подходов, что позволяет раскрыть влияние неблагоприятных детских событий на психическое здоровье взрослых, эмоциональный интеллект, доверительные отношения, стратегии адаптации и социальное функционирование. В статье также подробно освещаются последствия детской травматизации для семьи, общества и системы психологического развития, а также научно-практическая значимость диагностики и профилактических стратегий.

Ключевые слова: Детская травма, социальные отношения, качество жизни, эмоциональное развитие, межличностное доверие, психосоциальная адаптация, биопсихосоциальная модель.

Annotation. The article provides a scientifically grounded examination of the long-term consequences of psychological trauma experienced in childhood and its impact on social relationships, emotional stability, the quality of interpersonal communication, and overall life satisfaction in adulthood. Traumatic experiences are analyzed through neuropsychological, psychodynamic, and biopsychosocial perspectives, allowing for an in-depth understanding of how adverse childhood events influence adult mental health, emotional intelligence, trust-based relationships, adaptation strategies, and social functioning. The article also discusses in detail the effects of childhood trauma on the family, society, and psychological development systems, as well as the scientific and practical significance of diagnostic and preventive strategies.

Keywords: Childhood trauma, social relationships, quality of life, emotional development, interpersonal trust, psychosocial adaptation, biopsychosocial model.

Kirish. Bolalik insonning psixologik va emotsional rivojlanishida hal qiluvchi davr bo'lib, bu bosqichda shakllanadigan tajribalar shaxsning keyingi hayotdagi ruhiy salomatligi, ijtimoiy xulqi va moslashuv strategiyalariga bevosita ta'sir qiladi. Bolalik davri psixikaning eng sezgir va plastiklik darajasi yuqori bo'lgan bosqichi bo'lgani sababli, aynan shu davrda kechirilgan zo'ravonlik, hissiy e'tiborsizlik, oilaviy nizolar, beqaror tarbiya yoki tashlab ketilish singari salbiy omillar shaxsning psixik tizimida chuqur iz qoldiradi. Ilmiy tadqiqotlar ko'rsatishicha, bunday tajribalar nafaqat bolalikda, balki yillar, hattoki o'n yillar o'tgach ham o'zining psixologik, nevrologik va ijtimoiy oqibatlari bilan namoyon bo'ladi. Bolalik travmasi shaxsning emotsional barqarorligiga, affektni nazorat qilish qobiliyatiga va stressga chidamlilik darajasiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Emotsional o'sish jarayonida yuzaga kelgan uzilishlar nevrobiologik rivojlanishga ham ta'sir etib, amigdaladagi qo'zg'aluvchanlikning ortishi, gippokamp faoliyatining sustlashishi va prefrontal korteksning regulativ funktsiyalarining zaiflashishiga olib kelishi mumkin. Bu esa kattalar hayotida xavotirli munosabatlar, past o'z-o'zini qadrlash, impulsiv reaksiya, affektiv beqarorlik va ijtimoiy chekinish kabi holatlarni kuchaytiradi. Shuningdek, bolalikdagi psixologik jarohatlar ko'pincha ong tomonidan to'liq qayta ishlanmay, repressiya yoki dissotsiatsiya shaklida saqlanadi va yetuk yoshda turli psixopatologik simptomlar ko'rinishida yuzaga chiqadi. Shaxsning ijtimoiy munosabatlar o'rnatish qobiliyati ham bolalikda shakllanadigan tajribalarga uzviy bog'liqdir. Aralashgan yoki salbiy tajribalar tufayli bola ichki "asosiy ishonch modeli"ni shakllantira olmaydi, bu esa kattalik davrida sog'lom emotsional yaqinlikni o'rnatish, o'z his-tuyg'ularini ifoda etish, boshqalarga ishonish va konstruktiv ijtimoiy aloqalarni saqlashda qiyinchiliklarga olib keladi. Natijada, bunday shaxslar ko'pincha ijtimoiy izolyatsiya, munosabatlarda qochish, haddan tashqari bog'lanish, tajovuzkor xulq yoki passivlik kabi moslanmagan strategiyalarni qo'llaydilar. Bolalik travmasi hayot sifatining turli jihatlariga ham uzoq muddatli ta'sir ko'rsatadi. Ruhiy salomatlikdagi buzilishlar o'quv yoki mehnat faoliyatida muvaffaqiyatsizlik, ijtimoiy barqarorlikning pasayishi,

psixosomatik kasalliklarning ortishi, hayotdan umumiy qoniqishning kamayishi kabi oqibatlariga olib kelishi mumkin. Psixotrauma natijasida shaxsning motivatsiya tizimi, o'z-o'zini idrok etish mexanizmlari va shaxslararo munosabatlardagi roli izdan chiqib, ijtimoiy va kasbiy faoliyatning barqarorligi susayadi.

Mazkur maqola bolalik travmasining ijtimoiy-psixologik va psixobiologik oqibatlarini chuqur ilmiy tahlil qilishga, uning shaxs rivojlanishi va hayot sifati bilan bog'liq mexanizmlarini biopsixososial model asosida yoritishga qaratilgan. Shuningdek, maqolada bolalik travmalarini aniqlashda qo'llaniladigan diagnostik metodlar, psixometrik testlar va psixoprofilaktika strategiyalarining ilmiy-amaliy ahamiyati ochib beriladi.

Asosiy qism. Bolalik travmasining psixologik rivojlanishga ta'siri. Bolalikda olingan travma shaxsning psixik rivojlanish jarayonida chuqur iz qoldiradigan omil bo'lib, u rivojlanayotgan nerv tizimi, emotsional regulyatsiya mexanizmlari va kognitiv shakllanishlar faoliyatida sezilarli uzilishlarni keltirib chiqaradi. Travmatik tajribaga duch kelgan bola atrof-muhitga haddan tashqari sezgir bo'lib qoladi, xavotir darajasi oshadi, kundalik holatlarda ham xavf mavjuddek qabul qilishi mumkin. Bunday bolalarda o'zini ayblash, ijtimoiy qo'rquv, tajovuzkorlik yoki himoyaviy chekinish kabi xulq-atvor shakllari shakllanadi, bu esa ularning psixik barqarorligini pasaytiradi. Neyropsixologik tadqiqotlar bolalik davridagi surunkali stress tufayli kortizol darajasi uzoq vaqt yuqori bo'lib qolishi gippokamp rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi, bu esa xotira, o'rganish va stressni qayta ishlash jarayonlarini izdan chiqaradi. Amigdalaning doimiy qo'zg'aluvchanligi xavf signallarini qayta ishlashda patologik ortiqcha hushyorlikni yuzaga keltiradi, prefrontal korteksning emotsional nazorat funksiyalari esa susayib, shaxsning affektiv reaksiyalarni boshqarish qobiliyatini zaiflashtiradi. Bunday neyrobiologik o'zgarishlar bolaning yetuklik davriga kelganda ijtimoiy moslashuv qiyinchiliklari, impulsivlik, emotsional barqarorlikning yetishmasligi kabi jarayonlar bilan davom etishi mumkin.

Psixodinamik yondashuvga ko'ra, bolalik travmasi ong ostida qayta ishlanmagan, repressiya yoki dissotsiatsiya shaklida saqlangan affektiv material sifatida mavjud bo'lib, yetuk yoshda shaxsning munosabatlarida takrorlanadigan psixologik

ssenariylarni shakllantiradi. Bunday shaxslar o'zini himoya qilishning mos kelmaydigan strategiyalaridan foydalanadi, masalan, haddan tashqari qochish, idealizatsiya yoki doimiy nazorat qilishga bo'lgan ehtiyoj kabi xatti-harakatlar qayd etiladi. Travma bilan bog'liq ushbu ichki ziddiyatlar shaxsning munosabatlarda barqarorlikni saqlash qobiliyatini pasaytiradi va uning ehtiyojlari bilan ijtimoiy kutishlar o'rtasida nomutanosiblikni kuchaytiradi. Ba'zan shaxs travmatik tajribalarni ongsiz ravishda qayta yaratadigan munosabatlarga kirishi ham mumkin, bu psixodinamik jihatdan "takrorlash majburiyati" sifatida izohlanadi.

Bolalik travmasining ijtimoiy-munosabatlarga uzoq muddatli ta'siri. Bolalik travmasini boshdan kechirgan shaxslarning ijtimoiy aloqalaridagi murakkabliklar ko'plab klinik va sotsiologik tadqiqotlar bilan tasdiqlangan. Travma affektiv bog'lanish shakllanishiga to'sqinlik qilib, xavotirli, beqaror yoki qochuvchi tipdagi bog'lanish modelini shakllantiradi. Bunday shaxslar boshqalarga ishonishni qiyinlashtiradi, tanqid yoki rad etilishga haddan tashqari sezgir bo'ladi, ijtimoiy vaziyatlarda o'zini himoyasiz his qiladi yoki aksincha, haddan tashqari himoyaviy tajovuzkorlik namoyon etadi. Emotsional yaqinlikdan qochish yoki unga haddan tashqari bog'lanish kabi ikki qutbli xatti-harakatlar ham travma oqibatida shakllanadigan psixososial simptomlar qatoriga kiradi. Bu holatlar shaxsning oila, do'stlar yoki romantik munosabatlaridagi barqarorlikni izdan chiqaradi, doimiy konfliktlar, noto'g'ri kommunikatsiya, ijtimoiy izolyatsiya va munosabatlarda beqarorlikka olib keladi. Shaxsning o'zini qadrlash darajasining pastligi, boshqalarning fikrini doimiy tahdid sifatida qabul qilish, o'z-o'ziga nisbatan salbiy idrok shakllanishi, konfliktlarga keskin emotsional reaksiya berish — bularning barchasi bolalik travmasi bilan bog'liq uzoq muddatli psixologik mexanizmlardir. Travma yetuklik davrida ijtimoiy moslashuv jarayonini ham murakkablashtiradi. Bunday shaxslar ko'pincha jamoada o'z o'rnini topishda qiynaladi, mehnat muhitidagi stressni boshqarishda zaiflik namoyon etadi, ijtimoiy rollarni bajarishda barqarorlikka erisholmaydi. Ish joyida takrorlanadigan nizolar, o'zini noto'g'ri baholash, motivatsiyaning pasayishi, jamoadagi ishonch munosabatlarining shakllanmasligi bolalik travmasining ijtimoiy yo'nalishdagi eng muhim oqibatlaridan biri hisoblanadi.

Bolalik travmasining hayot sifatiga uzoq muddatli ta'siri. Bolalik travmasining ta'siri shaxsning hayot sifatining turli sohalarida seziladi. Ruhiy salomatlikdagi buzilishlar uyquning yomonlashuvi, surunkali charchoq, energiya darajasining pasayishi, maqsad qo'yish va unga erishish qobiliyatining susayishi, stressga bardoshlilikning pasayishi bilan namoyon bo'ladi. Travma oqibatida shakllangan depressiv kayfiyat, umumiy xavotir, somatik shikoyatlar, impulsarlarni boshqarishdagi zaiflik hayotdan qoniqishning keskin kamayishiga olib keladi. Shuningdek, psixosomatik kasalliklar — yurak-qon tomir tizimi buzilishlari, ovqat hazm qilish tizimi muammolari, bosh og'riqlari, immun tizimi faoliyatining susayishi — ko'pincha travmaning fiziologik oqibatlari sifatida baholanadi. Ijtimoiy-iqtisodiy tadqiqotlar bolalik travmasiga duchor bo'lgan shaxslar odatda barqaror daromad olishda, kasbiy malaka oshirishda, mustahkam oilaviy hayot qurishda va ijtimoiy barqarorlikni saqlashda ko'proq qiyinchiliklarga duch kelishini ko'rsatadi. Bu jarayon travmaning shaxsning umumiy hayot yo'liga chuqur strukturaviy ta'sir ko'rsatishini anglatadi, ya'ni travma faqat psixik holatga emas, balki ijtimoiy-iqtisodiy imkoniyatlar va yashash sharoitlariga ham bevosita ta'sir qiladi.

Bolalik travmasini diagnostika qilish va uning amaliy ahamiyati. Bolalik travmasini aniqlash klinik, psixodinamik va nevropsixologik yondashuvlarning kompleks qo'llanilishini talab etadigan murakkab jarayon hisoblanadi. Diagnostika jarayonida shaxsning hayot tarixi, travmatik hodisalarning davomiyligi va intensivligi, simptomlarning hozirgi holati va ularning dinamikasi chuqur o'rganiladi. ACE, CTQ, DES, HADS, DASS-21 kabi psixometrik testlar bolalik travmasining turli komponentlarini aniqlashda ilmiy jihatdan ishonchli vosita bo'lib xizmat qiladi. Bu testlar nafaqat tashxis qo'yishda, balki terapevtik intervensiya uchun mos yo'nalishlarni tanlashda ham katta amaliy ahamiyatga ega.

Diagnostika jarayonining to'g'ri tashkil etilishi shaxsning tiklanish bosqichini aniqlik bilan rejalashtirish, psixokorreksion strategiyalarni asoslash va psixoterapiya usullarini individual ehtiyojlarga moslashtirish imkonini beradi. Travma bilan ishlashda erta aniqlash va vaqtida aralashuv shaxsning keyingi hayot sifatini sezilarli

darajada yaxshilashi, ijtimoiy moslashuvini tiklashi va ruhiy salomatlikni mustahkamlashi mumkin.

Xulosa. Bolalik davridagi travma shaxsning butun hayot davomida saqlanib qoladigan psixologik, ijtimoiy va affektiv shakllanish jarayonlariga kuchli, murakkab va uzoq muddatli ta'sir ko'rsatadi. Ushbu davrda kechirilgan salbiy tajribalar shaxsning psixik rivojlanishini izdan chiqarib, affektiv regulyatsiya, emotsional xavfsizlik, stressga bardoshlilik, o'z-o'zini idrok etish va ijtimoiy moslashuv kabi asosiy ruhiy jarayonlarni zaiflashtiradi. Bolalik travmasi natijasida shakllangan salbiy ichki ssenariylar va disfunktsional himoya mexanizmlari kattalik davrida yaqin munosabatlar sifatiga, barqaror ijtimoiy aloqalar o'rnatish qobiliyatiga, o'ziga bo'lgan ishonch darajasiga va hayotdan umumiy qoniqish ko'rsatkichlariga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, travma oqibatida yuzaga kelgan emotsional beqarorlik, xavotir va depressiv tendensiyalar, dissotsiativ reaksiyalar yoki psixosomatik shikoyatlar shaxsning hayot faoliyatini murakkablashtiradi, uning kasbiy, oilaviy va ijtimoiy hayotidagi samaradorlikni kamaytiradi.

Bolalik travmalarini o'z vaqtida aniqlash, ularning og'irlik darajasi va shaklini ilmiy asosda tasniflash, diagnostika jarayonini zamonaviy psixometrik mezonlar asosida olib borish ruhiy salomatlikni tiklashda hal qiluvchi ahamiyatga ega. To'g'ri tashkil etilgan diagnostika nafaqat buzilishlarni aniqlash, balki shaxsning kuchli va zaif tomonlarini baholash, terapevtik-intervensiya strategiyalarini individual asosda belgilash imkonini yaratadi. Shu bois bolalik travmalarini o'rganishga qaratilgan ilmiy tadqiqotlar psixoprofilaktika tizimini takomillashtirish, reabilitatsiya va psixokorreksion yondashuvlarni yanada rivojlantirish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini kuchaytirish uchun mustahkam nazariy-amaliy baza yaratadi. Bunday izlanishlar travmaning jamiyat miqyosidagi oqibatlarini kamaytirish, sog'lom ijtimoiy muhitni shakllantirish va shaxsning barkamol rivojlanishini ta'minlashda strategik ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Van der Kolk B. A. The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma. – New York: Viking Press, 2014. – 464 p.

2. Herman J. Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence — From Domestic Abuse to Political Terror. — New York: Basic Books, 1992. — 276 p.
3. Felitti V. J., Anda R. F. Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. — American Journal of Preventive Medicine, 1998. — 286–297 p.
4. Bowlby J. Attachment and Loss. Vol. 1: Attachment. — London: Hogarth Press, 1980. — 408 p.
5. Schore A. N. Affect Dysregulation and Disorders of the Self. — New York: W. W. Norton, 2003. — 432 p.
6. Putnam F. W. Dissociation in Children and Adolescents: A Developmental Perspective. — New York: Guilford Press, 1997. — 300 p.
7. Daniel Siegel D. The Developing Mind: How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are. — New York: Guilford Press, 2012. — 520 p.
8. Teicher M. H., Samson J. A. Childhood Maltreatment and Brain Development. — Annual Review of Clinical Psychology, 2016. — 328–351 p.
9. Шевченко Ю. М. Психологическая травма и последствия детского насилия. — Москва: МГУ Издательство, 2015. — 219 с.
10. Кадыров Ф., Рахимов А. Клиническая психология травматических расстройств. — Тошкент: Fan, 2020. — 248 б.
11. Усмонова М., Ражабова Д. Bolalikdagi psixotravma va psixologik moslashuv omillari. — Toshkent: O'zMU nashriyoti, 2019. — 192 b.
12. Anda R. F., Porter L. E., Brown D. W. Inside the Adverse Childhood Experiences Study. — Journal of Prevention & Intervention in the Community, 2020. — 274–287 p.
13. Liotti G. Disorganized Attachment, Trauma, and Dissociation in Adulthood. — Journal of Trauma & Dissociation, 2004. — 55–68 p.

ТАБИАТГА МЕҲР – ИНСОНИЙ МАЪНАВИЙ ҚАДРИЯТ

*КУЙЛИЕВ Т – ТошДАУ “Ижтимоий-гуманитар фанлари” кафедраси доценти
АБДИХАЛИМОВА Н – “Агроиқтисод, логистика ва хизматлар” факултети
1- курс 25-98 гуруҳ талабаси*

Аннотатция: Мақолада йиллар сайин долзарблашиб бораётган табиатга нисбатан инсоний муносабатларни уйғотиш билан боғлиқ масалалар устида фикрлар билдирилган.

Табиатни инсонийлаштириш нафақат назарий тарғибот-ташвиқот балки кундалик амалий ҳаракатларимиз билан ўз тасдиғини топиш мумкин деган ғоя илгари сурилан.

Таянч иборалар: инсон ва табиат, маънавий қадрият, экология ва маънавий уйғунлиги, назария ва амалиёт, яшил макон.

Инсон ва табиат муносабатлари инсоният тарихи давомида доимо долзарб бўлиб келган. Зеро, табиат инсон ҳаётининг асоси, моддий ва маънавий озуқа берувчи муқаддас манбадир. Шу жиҳатдан ҳам экологик маданият тушунчаси инсоннинг табиатга бўлган муносабатини, унинг қадриятлар тизimini ва ахлоқий қарашлар билан боғлиқ бўлган соҳаларини ҳам қамраб олди.

Ҳозирги даврда экология ва маънавий уйғунлиги жамият тараққиётининг муҳим омилларидан бирига айланди. “Барқарор ривожланиш мақсадлари инсон қадри ва унинг шахсий, сиёсий, ижтимоий, иқтисодий, маданий, экологик ва ривожланиш ҳуқуқларини таъминлаш билан боғлиқ замонавий қарашларни ўзида жамлангани билан ҳам аҳамиятлидир” [1]. Табиатга меҳр – бу фақат табиий ресурсларни авайлаш эмас, балки инсоннинг маънавий дунёси, ахлоқий юксаклиги ва ички маданиятининг кўзгусидир.

Ўзбекистонда табиатни авайлаш, уни муҳофаза қилиш, ёш авлод онгида экологик маданиятни шакллантиришга қаратилган давлат сиёсати ҳам айнан шу маънавий қадриятни мустаҳкамлашга қаратилган.

Инсон ва табиат ўртасидаги маънавий боғланишлар инсон табиатнинг ажралмас қисми бўлиб, унинг ҳар бир нафаси, ҳаёти табиат билан боғлиқ. Табиат инсонга нафақат ҳаёт манбаи, балки илҳом, орзулар ва ижод манбаидир. Экологик маданиятнинг таркибий қисмига дахилдор бўлган қуйидаги:

1. Билим билан – инсоннинг табиат тўғрисидаги илмий маълумотлар банкини бойитиш;
2. Қадрият асосида – табиатни эъзозлаш, муҳофаза қилиш, эҳтиром билан муносабатда бўлиш;
3. Назарий ва амалиёт билан уйғунлаштирилган ҳолда – табиатни муҳофаза қилишга қаратилган амалий ҳаракатларни амалга ошириш.

Қадимги аجدодларимиз табиатни муқаддас деб билганлар. Улар учун сув – ҳаёт рамзи, тупроқ – ризқ манбаи, тоғ ва дарахтлар эса куч-қувват ва софлик тимсоли бўлган.

Масалан, Фарғона водийсида қадимдан сувни “оға сув” деб аташган, Хоразмда эса дарё ва ариқлар атрофида дарахт экиш анъанаси бор. Экологик маданиятнинг таркибий қисмига дахилдор бўлган қуйидаги:

1. Билим билан – инсоннинг табиат тўғрисидаги илмий билимлари;
2. Қадрият билан – табиатни қадрлаш, муҳофаза қилиш, эҳтиром билан муносабатда бўлиш;
3. Амалиёт билан – табиатни муҳофаза қилишга қаратилган амалий ҳаракатлар табиатни авайлашга бўлган табиий эҳтиромни кўрсатади.

Табиатига меҳр – маънавий қадрият сифатида меҳр – инсон маънавиятининг асосий мезонидир. Табиатга меҳр эса шу маънавиятнинг жонли кўриниши ҳисобланади. Табиатга меҳрсизлик инсонни руҳан ҳам, жисман ҳам йўқотишга олиб келади.

Қуръони каримда “Ер юзида фасод қилманглар” деган оят бор. Бу инсонни табиатни асрашга, унга эзгулик билан муносабатда бўлишга чорлайди. Ҳадисларда эса “Дарахт экиш – садақа” деб таъкидланган. Демак, табиатни обод қилиш – ибодатга тенг амал.

Мамлакатимизда сўнгги йилларда табиатни муҳофаза қилиш ва экологияни яхшилаш бўйича кенг қамровли ишлар амалга оширилмоқда.

Президент Ш.М. Мирзиёев ташаббуси билан амалга оширилаётган “Яшил макон” умуммиллий лойиҳаси бунинг яққол исботидир. Ўзбекистонда ҳам мустақиллик йилларида экологик масалаларга алоҳида эътибор қаратилмоқда. Айниқса, сўнгги йилларда Президент Шавкат Мирзиёев ташаббуси билан атроф-муҳитни муҳофаза қилиш, яшил ҳудудларни кўпайтириш ва экологик тарбияни ривожлантириш бўйича кенг қамровли ишлар амалга оширилмоқда. “Янги Ўзбекистон” концепциясида бу масалалар давлат сиёсатининг муҳим йўналишларидан бири сифатида қайд этилган. Яшил макон – иқлим ва саломатликнинг асоси бўлиб у инсондан яшил ҳудудларнинг кенгайтириш ва оммалаштиришга доимий ғамхўрлик кўрсатишни талаб этади. Шу сабабдан ҳам 2021 йилда Ўзбекистонда “Яшил макон” умуммиллий лойиҳаси бошланди. Аниқроғи мамлакатимиз Президенти томонидан 2021 йил 30 декабрдаги 46-

сонли Фармонига асосан “Республикада кўкаламзорлаштириш ишларини жадаллаштириш, дарахтлар муҳофазасини янада самарали ташкил этиш чора-тадбирлари тўғрисида”ги тарихий хужжат қабул қилинди[2]. Фармон билан “Яшил макон” умуммиллий лойиҳаси ҳаётга татбиқ этиладиган бўлди. Худди ўша куни қабул қилинган “Атроф-муҳитни муҳофаза қилиш ҳамда экологик назорат соҳасидаги давлат органлари фаолиятини ташкил этиш чора-тадбирлари тўғрисидаги” Ўзбекистон Республикаси Президентининг Қарори қабул қилинди. [3]. Ўзбекистонда “Яшил макон” лойиҳаси мамлакатда яшил иқлим ва экологик тоза технологияларни ривожлантириш, қайта ишлатиладиган энергия манбаларидан фойдаланишни кўпайтириш мақсадида амалга оширилмоқда. Бу лойиҳа Ўзбекистоннинг иқлим ўзгариши ва экологик муаммоларга қарши курашининг муҳим қисмидир.

“Яшил макон” лойиҳасининг асосий йўналишлари:

1. Қайта ишлатиладиган энергия манбаларини ривожлантириш:

Лойиҳа доирасида қуёш, шамол ва гидроэнергия каби қайта ишлатиладиган энергия манбаларининг қурилиши ва жорий этилиши кўзда тутилган, чунки Ўзбекистонда қуёш энергиясини ишлаб чиқаришнинг катта имкониятлари мавжуд.

2. Энергия самарадорлигини ошириш: Иқтисодиётнинг турли соҳаларида энергияни тежаш ва самарадорликни ошириш бўйича чора-тадбирлар амалга оширилади. Бу биноларда энергияни тежаш технологияларини жорий этиш, саноат корхоналарида энергиянинг сарфланишини камайтириш каби чораларни ўз ичига олади.

3. Экологик тоза технологияларни жорий этиш: Лойиҳа доирасида иқлимга зарарли газлар чиқишини камайтириш мақсадида замонавий, экологик тоза технологияларни киритиш ва қўллаш кўзда тутилган.

4. Ҳаво, сув ва ерни муҳофаза қилиш: Лойиҳа экологик муҳитни муҳофаза қилишнинг муҳим жиҳатидир. Ҳаво, сув ва ерни ифлослантирадиган омилларни камайтириш бўйича чора-тадбирлар амалга оширилади.

5. Халқаро ҳамкорлик: “Яшил макон” лойиҳаси халқаро ташкилотлар ва мамлакатлар билан ҳамкорликда амалга оширилади. Бу Ўзбекистоннинг иқлим ва экологик муаммолар бўйича халқаро майдонда фаол иштирокини кўрсатади.

“Яшил макон” лойиҳаси Ўзбекистоннинг иқтисодиётини яшил ва барқарор ривожлантириш, табиий ресурсларни муҳофаза қилиш ва келажак авлодлар учун тоза муҳит яратиш мақсадида муҳим қадамдир. Мамлакатимиз Президенти Ш. Мирзиёев БМТнинг 80- юбилей сессиясида 2025 йил 23 сентябрь куни қилган маърузасида бу масалага жаҳон ҳамжамиятининг диққат эътиборини қаратиб “тобора ўткир тус олаётган иқлим ўзгариши муаммоларига ҳам алоҳида тўхталмоқчиман. Жумладан, Орол денгизи қуришининг салбий оқибатлари жаҳон ҳамжамиятининг доимий диққат марказида бўлиши лозим. Биз Оролбўйи экотизимини қайта тиклаш бўйича ишларни изчил давом эттирамиз.

Сўнгги йилларда денгизнинг қуриган тубида 2 миллион гектар майдонда шўрга чидамли чўл ўсимликлари экилди. 2030 йилгача ушбу ҳудуднинг 80 фоиз қисмида яшил қопламалар ҳосил қилинади” [4], деган бўлсалар, 26 декабр 2025 йилда Олий Мажлис депутатлари ва Халқимизга қилган Мурожаатларида бу масалага янада аниқроқ муносабат билдириб қуйидагиларни таъкидладилар: “Умуман экология соҳасига 2026 йилда 1 триллион 900 миллиард сўм йўналтирилади” [5], деб реал фикр билдирдилар.

Экологик тарбия ва “яшил макон” ҳақида фикр юритганда, бу икки тушунча бир-бирига ўзаро боғлиқ бўлиб, атроф-муҳитни муҳофаза қилиш, табиатни асраш ва барқарор ривожланишни таъминлаш мақсадидаги тадбирларни ўз ичига олади.

Ушбу лойиҳа доирасида ҳар бир ҳудудда миллионлаб дарахтлар экилаяпти.

Масалан, Қашқадарё вилоятида чўл ҳудудларида яшил зоналар ташкил этилмоқда, Фарғона вилоятида каналлар бўйини ободонлаштириш ишлари олиб борилмоқда,

Хоразмда Амударё соҳасига дарахтлар экиш йўлга қўйилган, Тошкент вилоятида эса аҳоли яшайдиган ҳудудларда яшил боғлар ташкил этилмоқда.

Табиатга меҳр – ватанпарварликнинг ифодаси, чунки Ватанни севиш – унинг табиатини асрашдан бошланади. Табиатни муҳофаза қилиш – Ватанга бўлган меҳрнинг амалий кўринишидир. Амалда ҳам инсоннинг маънавий юксалиши унинг табиатга бўлган муносабатида намоён бўлади.

Ёш авлод онгида табиатга меҳрни шакллантириш орқали ватанпарварлик, масъулият ва меҳр-шафқат туйғулари юксалиб боради.

Бугунги кунда мактаб ва олий таълим муассасаларида экотарбия дарслари, амалий тадбирлар, волонтерлик акциялари шундай маънавий қадриятни қарор топтиришга хизмат қилмоқда.

Хулоса қилиб айтганда, табиатга меҳр – инсон маънавиятининг асосий устунидир. Табиатни авайлаш, уни муҳофаза қилиш – фақатгина экологик ёки иқтисодий вазифа эмас, балки маънавий бурчдир. Инсон табиат билан уйғун ҳаёт кечирсагина унинг қалби соф, руҳи пок бўлади.

Шу боис, ҳар бир фуқаро табиатга меҳр билан муносабатда бўлиши, унинг ҳар бир гўшасини муқаддас неъмат деб билиши лозим. Бу орқали жамиятда маънавий юксалиш ва барқарор тараққиёт таъминланади.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Ш. Мирзиёев. Ҳозирги замон ва Янги Ўзбекистон .“O'zbekiston”, Т,: - 2024.
2. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2021 йил 30 декабрдаги 46-сонли “Республикада кўкаламзорлаштириш ишларини жадаллаштириш, дарахтлар муҳофазасини янада самарали ташкил этиш чора-тадбирлари тўғрисида”ги Фармони. Халқ сўзи газетаси. 2022 йил, 2 январь.
3. “Атроф-муҳитни муҳофаза қилиш ҳамда экологик назорат соҳасидаги давлат органлари фаолиятини ташкил этиш чора-тадбирлари тўғрисидаги” Ўзбекистон Республикаси Президентининг Қарори. Халқ сўзи газетаси. 2022 йил, 2 январь.
4. Халқ сўзи газетаси. 2025 йил, 24 сентябрь.
5. Халқ сўзи газетаси. 2025 йил, 26 декабр.
6. Қўйлиев Т. Экологик маданиятни шакллантириш хусусиятлари. Т, ТАЙИ нашриёти. 2007.
7. Kuyliyev T. Barqaror taraqqiyot konsepsiyasi va ekologikongni shakllantirish. Т; “Demal” nashriyoti. 2024.

ЎЗБЕКИСТОН ХУДУДЛАРИДАГИ ХАЛҚЛАР ҲАЁТИДА ЭНГ ҚАДИМГИ ЭКОЛОГИК МАДАНИЯТ БИЛАН БОҒЛИҚ АФСОНА ВА РИВОЯТЛАР

*КУЙЛИЕВ Т – ТошДАУ “Ижтимоий-гуманитар фанлари” кафедраси доценти
ИСМАНАЛИЕВА Н – “Агроиқтисод, логистика ва хизматлар” факултети
1- курс 25-98 гуруҳ талабаси*

Аннотация: Мақолада инсон цивилизациясининг илк босқичларида вужудга келган – афсоналар, ривоятлар ва мифологик дунёқарашларда экологик онг билан боғлиқ қарашларнинг Ватанимизнинг турли регионлари билан боғлиқ ҳолатларига эътибор қаратилган. Улар мазмунида акс этган фикрларнинг бугунги кундаги аҳамиятини кўрсатиш асосий мақсад қилиб олинган.

Таянч иборалар: образлар, экологик маданият, мувозанатни сақлаш, географик жойлашув, турмуш тарзи, афсоналар ва замонавий экологик онг ўртасидаги боғлиқлик.

XXI асрга келиб экологик муаммолар инсоният ҳаётининг марказий муаммоларидан бирига айланиб улгурди. Табиат билан мувозанатни сақлаш, табиий ресурслардан оқилона фойдаланиш, атроф-муҳитни муҳофаза қилиш масалалари нафақат илмий ёки техник йўналишларнигина эмас, балки маданий, маънавий ва фалсафий нуқтаи назардан ҳам ҳал этилиши лозим бўлган муаммоларга айланди.

Экологик маданиятнинг илдизлари эса инсон цивилизациясининг илк босқичларида вужудга келган – афсоналар, ривоятлар ва мифологик дунёқарашларда шаклланган. Ўзбекистоннинг географик жойлашуви – чўл, тоғ, воҳа ва дарёлар уйғун бўлган ҳудуд бўлиб, у ерда табиат инсон ҳаётининг ажралмас қисми сифатида қадимдан муқаддас ҳисобланган.

Экологик маданият тушунчаси ва унинг миллий манбалари ҳақида сўз борганда энг аввало, ўзбек халқи анъанавий маданиятида ер, сув, дарахт тоғ ва бошқа кўплаб қадриятлар сирасига кирган объектлар ёдга келади. Зеро, уларнинг илдизи ерли халқнинг меҳнат турмуш тарзи билан боғлиқ бўлиб, асосан деҳқончилик ва чорвачилик соҳаларидаги фаолиятларида табиат билан

тўғридан-тўғри муносабатларга киришиш талаб қилингани учун ҳам уларда ўз аксини қолдирган. Туб аҳоли — ўзбек, қарақалпоқ, тожик, туркман, қирғиз ва қозоқ этнослари орасидаги афсона ва ривоятларда табиатга эҳтиром, уни асраш ва руҳий боғлиқлик ғоялари кенг тарқалган. Бу маданий мерос экологик маданиятнинг илдизларини англашда ижтимоий онгнинг ўзига хос шакли сифатида бекиёс манба ҳисобланади.

Маънавият билан боғлиқ бўлган – яъни инсоннинг табиат билан маънавий боғлиқлиги ва уни муқаддас деб билиш асосларига алоҳида эътибор қаратиш лозим. Бу асослар энг аввало, афсоналар ва мифларда ўз ифодасини топган бўлади. Афсоналарда табиатнинг муқаддаслиги ғояси қадимий халқлар томонидан яратилган илк ёдгорликларда уларни тирик, ҳиссиётли ва руҳий кучга эга деб билганликларида ўз ифодасини топганликда кўриш мумкин. Шунинг учун уларнинг мифологиясида дарахтлар, тоғлар, сув манбалари, шамол ва қуёш муқаддаслаштирилган.

Туркий халқлар мифларида “Умай она” образи бола ва табиат ҳимояси тимсолида намоён бўлади. У дарахтлар, сув ва ҳосилдорликни ҳимоя қилувчи руҳ сифатида ўша давр одамлари томонидан эозда бўлган.

Бу мифологик образлар инсон онгида табиатни “жонсиз ресурс” сифатида эмас, балки руҳий ва муқаддас қадрият сифатида қабул қилишга асос бўлган.

Ўзбек халқ афсоналарида ҳам кўплаб экологик ғоялар – афсоналар, эртаклар, достонлар ва маталлар орқали табиатни асраш, сув ва ерни эҳтиром қилиш ғоялари узоқ асрлар давомида авлоддан авлодга ўтиб борган. Масалан, “Сув париси” афсонасида сув манбалари ифлосланса сув париси ғазабланиб, сув қуриб қолади бу ҳолат одамлар ҳаётини оғирлаштиради, қийинчиликлар вужудга келтиради деб ўйлаганлар. Бу орқали халқ сувнинг муқаддаслигини, уни мутлоқо исроф қилмасликни таъкидлаб келганлар.

“Бобо тоғ” ҳақидаги бошқа бир ривоятда тоғни сабабсиз кесиш ёки дарахтларни ёқиш катта гуноҳ деб қаралади. Бу ривоятда тоғ ва дарахт – барқарорлик ва ҳаёт манбаи тимсоли деб ҳисобланган.

“Дарахт гули” афсонасида эса дарахтлар инсонга нафақат ҳосил, озиқ-овқат, ҳимоя воситаси балки соя, ҳаво ва ҳаёт бахш этувчи алоҳида воситалар эканлиги таъкидланади. Шубҳа йўқки, бу афсоналарнинг маънавий замирида – экологик ахлоқ тамойилларини шакллантириш энг асосий вазифа бўлиб келган.

Тилга олинаётган мифологик дунёқарашларда инсон ва табиат муносабати энг аввало инсон табиатнинг бир бўлаги сифатида қаралганлигини асослайди. Бундай ҳолат антропоцентрик эмас, балки биоцентрик ёндошувга асосланганлиги унинг инсон ҳаётида тутган ўрнини янада долзарблаштирган деган ҳулосага йўл очади.

Мифларда инсон ва табиат ўртасида: ҳамжиҳатлик, ҳамнафаслик, бири-бирига таъсир этиш муносабатлари ҳам мавжуд бўлиб улар табиат-жамият-инсон муносабатларидаги уйғунликни диққат марказга олиб чиқади. Шу муносабат билан халқда “Ер – она, сув – ҳаёт” деган мақолни юзага келтирган. Бу ибора экологик маданиятнинг халқона фалсафий асос сифатида нуфузини ошганини ёрқин ифодасидир. Фарғона водийсида эса “Сувни ифлос қилган – насибасидан айрилган” деган мақолнинг мавжудлиги бу унсурларнинг инсон ҳаётидаги ўрнини бошқа бир мавжудлик билан алмаштириш мутлоқо мумкин эмаслигини кўрсатади. Бу энг қадимий экологик этиканинг оғзаки шакли бўлганлигини сўзсиз тасдиқлаш намунаси деб баҳоланиши лозим.

Бизгача етиб келган афсоналарда табиатнинг муқаддаслиги ғоясини кўплаб бошқа миллий мисоллар асосида ҳам кўрсатиб ўтиш мақсадга мувофиқдир. Масалан Қорақалпоқлар орасида сувнинг муқаддаслиги “Орол руҳи” ҳақидаги ривоятда сақланиб қолган. Унга кўра, Орол денгизи сувини ифлос қилган ёки уни қадрламай сарф қилган одамнинг уруғи қуриши ҳақида маълумотлар мавжуд. Кўриниб турибдики, бу афсонада табиат билан инсон муносабатларининг аниқ ахлоқий чегарасини белгилаган.

Бухоро вилояти атрофидаги қишлоқларда “Чашма биби” номли муқаддас сув манбалари ҳақида кўп ривоятлар бор. У ердаги сув “гуноҳсиз сув” деб аталади ва у ифлосланмаслиги учун ҳар йили халқ иштирокида “сув сайли” ўтказилади.

Тошкент вилоятида “Чинор она” ҳақида афсона мавжуд: у дарахтлар ичида энг қадими ҳисобланади ва одамларга соя, соғлиқ ва ҳосил бахш этади. Шу сабабли халқ чинорни кесишни катта гуноҳ деб ҳисоблаган.

Фарғонада “Жаннат дарахти” ҳақидаги ривоят бор, унга кўра, ҳар бир янгидан экилган дарахт инсоннинг қилган савобига тенг бўлади.

Қашқадарё ва Сурхондарё ҳудудларида “Бобо тоғ”, “Зирнабобод тоғ”, “Сузак чўққиси” каби муқаддас жойлар ҳақида ривоятлар бор. Улар одамларни тоғни ифлос қилмасликка, ҳайвонларга зарар етказмасликка чақирган. Туркистон тоғлари билан боғлиқ “Ойим тоғ она” ҳақидаги афсоналарда тоғлар ҳаёт манбаи сифатида талқин этилади — улар сув, ҳаво ва ҳаёт бахшида бўлган куч сифатида кўрилади.

Ўзбек халқ афсоналарида экологик ғояларнинг катта қисми сув билан боғлиқ. “Сув париси” афсонасининг турли вариантлари Самарқанд, Фарғона ва Хоразмда учрайди. Унда сувни ифлослаган одамлардан сув париси ғазабланиб, сув манбалари қуриб қолиши ҳақида сўзланади. Бу орқали халқ сувнинг ҳаёт манбаи эканлигини англаган.

Қашқадарё вилоятида айтиладиган “Ойдарахт” ривоятида эса бир оила дарахтни кесмоқчи бўлади, лекин дарахтга уя қурган қушлар ва сув париси йиғлаб сўрайди — натижада дарахтни кесган одамнинг уйи қуриб кетади. Бу афсона инсонни табиатни асрашга чорлайди.

Навоий вилоятида тарқалган “Қушбиби” афсонасида қушларни овлаш ва уларнинг маконини бузиш ёмон оқибатларга олиб келиши ҳақида ҳикоя қилинади. Бу инсон ва ҳайвонот дунёси ўртасидаги биоцентрик муносабатни ифода этадиган қарашларнинг илк асоси эканлигини кўрсатади.

Туб аҳолининг мифологик қарашларида табиат — жонли, ҳиссиётга эга куч сифатида намоён бўлади. Масалан, Қорақалпоқларда “Ер она”, “Сув она”, “Ҳаво ота”, “Олов она” тушунчалари кенг тарқалган. Бу унсурлар дини ва табиатшунослик фалсафасининг ажралмас қисми бўлиб, уларни ифлослаш ёки таҳқирлаш оғир гуноҳ деб ҳисобланган. Ўзбек халқида ҳам “Оловни устидан

сакрамоқ гуноҳ”, “Сувга тупурма”, “Ерни жонсиз қилма” каби оғзаки қоидалар экологик ахлоқнинг илк шакллариدير.

Бугунги кунда Ўзбекистонда экологик сиёсатнинг асосий мақсадларидан бири — табиатга эҳтиромли муносабатни қайта тиклашдир. Бу жараёнда халқ оғзаки ижоди ва афсоналар муҳим маънавий восита бўлиб хизмат қилади. Хусусан: Қорақалпоқ халқининг “Орол руҳи” афсонаси орқали сув ресурсларини муҳофаза қилиш ғояси; Фарғона водийсидаги “Чинор она” ривояти орқали яшиллантириш ва дарахт экиш маданияти; Самарқанд ва Навоийдаги “Қушбиби” афсонаси орқали ҳайвонот дунёси муҳофазаси ғоялари илгари сурилади. Бу афсоналардаги қадимий маънавий мерос замонавий экологик сиёсатнинг фалсафий илдизларини ташкил қилади.

Бу дунёқараш кейинчалик диний ва фалсафий тизимларда ҳам ўз аксини топган. Масалан, Зардуштийликда ер, сув, ҳаво ва олов муқаддас унсурлар ҳисобланиб, уларни ифлослаш ёмонликнинг энг оғир шакли сифатида қабул қилинган.

Афсоналар ва замонавий экологик тафаккур ўртасида боғлиқлик мавжуд. Замонавий экологик таълим ва маданият инсоннинг табиатга бўлган муносабатини қайта қуришни талаб этади. Бу жараёнда афсоналардаги маънавий ғоялар муҳим илдиз вазифасини бажаради. Афсоналардаги ғоялар: Табиатни асраш ахлоқий бурч эканлиги; Тирик жонларни ҳурмат қилиш; Табиат билан руҳий боғлиқликни англаш; Барқарорлик ва мувофиқлик ғоялари. Бу қадимий маънавий ғоялар бугунги кундаги ниҳоятда долзарб бўлиб бораётган замонавий “экологик этика”, “барқарор ривожланиш”, “экологик онг”, “яшил энергетика” ва бошқа кўплаб тушунчалар билан уйғунликда долзарбликни ошириб бормоқда.

Хулоса қилиб айтганда, экологик маданият инсоннинг табиат билан муносабатини фақат илмий эмас, балки маънавий ва маданий жиҳатдан ҳам англашни талаб этади. Ўзбекистон туб аҳолисининг афсона ва ривоятлари экологик маданиятнинг миллий илдизларини яққол акс эттиради. Бу афсоналар орқали халқ: табиатни муқаддас қадрият сифатида қабул қилган, унинг

муҳофазасига маънавий бурч деб қараган, инсон ва табиат ўртасидаги мувофиқатни таъминлашга интиланган.

Афсоналар, ривоятлар ва мифлар экологик маданиятнинг илдишларини ташкил қилади. Уларда инсон ва табиат муносабатлари муқаддас, ҳамжиҳат ва ахлоқий асосда қурилганига гувоҳ бўламиз.

Шу боис, экологик таълим ва тарбия тизимида халқ оғзаки ижодини, бугунги кунда экологик таълим ва тарбия тизимида халқ оғзаки ижодига асосланган маънавий йўналишни кучайтириш — экологик онг ва маданиятни юксалтиришнинг энг самарали усулларида биридир. Айниқса афсоналарни ўрганиш ва улар орқали табиатга бўлган муҳаббатни шакллантириш муҳим аҳамиятга эга.

Фойданилган адабиётлар:

1. Абдуллаев Р. Экологик маданият ва жамият. – Тошкент: Фан, 2020.
2. Мирзаев С. Мифология ва инсон дунёқараши. – Тошкент, 2018.
4. Тўхтаев, А. Ўзбек халқ афсоналарида табиат тимсоллари. – Тошкент, 2019.
5. Эгамбердиев Б. Қорақалпоқ мифологияси ва халқ билимида табиат образи. – Нукус, 2018.
6. Рўзиева Г. Фарғона водийси фольклорида экологик ахлоқ асослари. – Фарғона, 2021.
7. Қўйлиев Т. Экологик маданиятни шакллантириш хусусиятлари. Т, ТАЙИ нашриёти. 2007.
8. Kuyliyev T. Barqaror taraqqiyot konsepsiyasi va ekologikongni shakllantirish. T; “Demal” nashriyoti. 2024.

MAKTAB O'QUVCHILARIDA PSIXOLOGIK MADANIYAT VA PSIXOLOGIK SALOMATLIK BILIM-KO'NIKMALARINI SHAKLLANTIRISH

Islomova Bibigul Ziyodullayevna

Navoiy viloyati Karmana tumani 23-umumiy o'rta ta'lim maktab psixologi

O'zbekistonning yangi rivojlanish bosqichida kelajagimiz bunyodkori bo'lgan yoshlarga nisbatan e'tibor yanada kuchaydi. Ayniqsa davlatimiz rahbari Shavkat Mirziyoyevning "Yoshlarimiz bugungi va ertangi kunimizning hal etuvchi kuchga aylanib borayotgani barchamizga g'urur va iftixor bag'ishlaydi" –deb bildirgan yuksak ishonchlari har bir yoshni maqsad pillapoyalarida odimlashga chorlaydi. Shuningdek ta'lim tizimi sohasida qabul qilinayotgan farmon, qaror va farmoyishlar, kiritilayotgan jiddiy o'zgarishlar ham buning yaqqol dalilidir. Bugungi kunda o'quvchilar bilimi va tarbiyasidagi o'zgarishlarni, ularning har jabhada faolligini, kelajakka bo'lgan ishonch va mas'uliyatini sezish mumkin.

Inson bolasi dunyoga biologik mavjudot sifatida kelsa-da, u ijtimoiy munosabatlar mahsuli hisoblanadi. Ijtimoiy munosabatlar har bir jamiyatda uning ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanish, odamlarning millati, urf-odatlar, milliy qadriyatlaridan kelib chiqqan holda, o'ziga xos tarzda shakllanadi. Ana shu munosabatlar ta'sirida bolalar o'sib-ulg'ayadi va aynan shu jamiyatga xos fuqaro sifatida faoliyat ko'rsatadi.

Yer kurrasida qancha davlat mavjud bo'lsa, ularda yashayotgan xalqlarning o'z tili, dini, yashash tarziga ega. Ana shu xususiyatlaridan kelib chiqqan holda ulardan o'ziga xos ijtimoiy – psixologik muomala va munosabatlar, me'yorlar, odatlar ya'ni madaniyatlari mavjud. Ana shu ijtimoiy – psixologik muomala munosabatlar odamlar sog'lig'iga ijobiy yoki salbiy ta'sirlarini doimo o'tkazib turadi va ba'zida ko'plab kasalliklarni keltirib chiqaruvchi asosiy omil bo'lib xizmat qiladi.

Abu Ali ibn Sino bemorlarni davolashda ham birinchi galda, uni so'z bilan davolashni tavsiya etadi. Uning asosini aynan ana shu biz tahlil qilayotgan ijtimoiy – psixologik madaniyat tashkil etadi. Inson ijtimoiy munosabatlar mahsuli ekan, u hamisha insoniy muloqot zaruratini his qilib yashaydi. Ammo, ana shu muloqot hamma vaqt ham biz o'ylaganimizdek ijobiy kechavermaydi.

Maktab o'quvchilarida muomala va munosabat, ya'ni o'zaro ijtimoiy – psixologik munosabatlarni to'g'ri rivojlantirishning asosida, birinchi navbatda aynan mazkur maktabda faoliyat ko'rsatayotgan o'qituvchilar va boshqa xodimlar o'rtasidagi mavjud ijobiy psixologik muhit darajasi turadi. Agar maktab jamoasi o'rtasida ijobiy ijtimoiy – psixologik madaniyat, o'zaro samimiy munosabatlar shakllangan bo'lsa, bu holat o'quvchilar uchun o'rnak-namuna bo'lib xizmat qiladi. Negaki, bola o'zini bu borada qanday tutishi kerakligini har kun nazariy eshitganidan ko'ra bir marta amalda o'z ko'zi bilan ko'rib guvohi bo'lgan jarayondan tez andoza oladi. Albatta, maktab yoshidagi bolalarda nutq madaniyati, ya'ni ijtimoiy – psixologik munosabatlarning ijobiy shakllanishi ko'p jihatdan mazkur o'quv dargohida til, adabiyot, mantiq, tabiat, ijtimoiy fanlarning talab darajasida o'tilishini tashkil qilish, bolalarni san'atga, adabiyotga qiziqtirish ishlarini to'g'ri yo'lga qo'yilishiga ham bevosita bog'liq bo'ladi. Bulardan tashqari, maktablarda tashkil etiladigan har xil to'garaklar, taniqli shoirlar, yozuvchilar, olimlar va san'atkorlar bilan o'tkaziladigan uchrashuvlar ham o'z navbatida, bolalarda ijtimoiy-psixologik madaniyatning shakllanishida muhim o'rin egallaydi. Aynan yoshlarimizda ushbu madaniyat turini rivojlantirishga yo'naltirilgan tadbirlar milliy qadriyatlarimiz asosida amalga oshirilsa, jamiyatimizga va ajdodlarimizga xos bo'lgan yuksak muomala madaniyatiga ega bo'lgan fuqarolar yetishib chiqadi.

Tarbiyasi qiyin guruhga kiruvchi bolalar, yengil xulqli, dilozor, qo'pol kishilar nafaqat o'zlarining sog'lig'iga, qolaversa atrofdagilarning, o'ziga yaqin kishilarning salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Yomon muomalali kishidan hamma bezadi, uchrashganlarida asabiylashadilar, kayfiyati tushadi, ishida unum bo'lmaydi, hatto ishtahasi ham bo'g'iladi. Bu holat albatta, organizmda asabiylashish holatini yuzaga keltiradi va eng achinarlisi, unday holat to'xtovsiz, muntazam davom etadigan bo'lsa, har qanday kishining organizmida patologik o'zgarishlar, hatto fojiali xolatlar ham yuz berishi mumkin. Shunday voqeliklar tufayli kayfiyati buzilgan insonning ruhiyatida katta o'zgarish ro'y beradi, oldinlari yaxshi ishtaha bilan amalga oshiradigan tadbirlar ham yoqmaydi, kishi tushkunlik holatiga tushadi va hatto organizmning kasalliklariga

qarshilik-immun xususiyati ham pasayadi, natijada organizmda har qanday kasalliklar paydo bo'lishiga olib keladi.

Ijobiy ijtimoiy – psixologik muomala munosabatining guvohi bo'lgan kishida esa, bu holatning aksi, yuqori kayfiyat, ishiga yaxshi munosabat, oilasida totuvlik oshadi, unum va eng asosiysi, yaqinlariga va atrofdagilarga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu boisdan maktablarda o'qituvchilar o'quvchilarga nisbatan yaxshi munosabatda bo'lsalar va ularni ham ana shu me'yorga odatlantirsalar, ular birinchi navbatda, jamiyatni sog'lomlashtirishga ulkan hissa qo'shgan bo'ladilar. Maktabdan keyin bola yangi jamoalar, oliy va o'rta o'quv yurtlarida, mehnat jamoalarida yangi ijtimoiy-psixologik muomala munosabatlarga duch keladi va ana shu muhitlarning ta'sirlari ostida faoliyat ko'rsatadi.

Maktab o'quvchilarida psixologik madaniyat va psixologik salomatlik bilim-ko'nikmalarini shakllantirishda psixologik salomatlikning o'rni beqiyos. Insonning *psixologik salomatligi nafaqat ruhiy, balki shaxsiy salomatlik, vaziyatni aniq baholash, to'g'ri harakat qilish, o'zini va boshqalarni qabul qilish, yaxshi ruhda bo'lish, hayot muammolarini hal qilishda ijobiy bo'lish kabi jarayonlarni o'z ichiga oladi*. Odatda, psixologik jihatdan sog'lom odamlar faol hayotiy pozitsiyaga ega, ular atrofdagilar bilan o'zaro munosabatlarga ochiq, quvnoq, ijobiy, ochiqdirlar. Ruhiy salomatlikning muayyan normasi - insonning jamiyat bilan muloqotda bo'lishga imkon beruvchi shaxsiy xususiyatlarning mavjudligi, shuningdek, rivojlanganligi bilan xarakterlanadi.

Ma'lumki, harakat faolligi insonning ruhiy faoliyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. U salbiy ruhiy ta'sirlar, aqliy charchoqni bartaraf etish vositasi va intellektual faoliyat omili sifatida xizmat qiladi.

Jismoniy mashg'ulotlar natijasida miyada qon aylanishi yaxshilanadi, axborotni qabul qilish, uni ishlab chiqishni ta'minlovchi ruhiy jarayonlarni faollashtiradi. Jismoniy mashqlar ta'sirida xotiraning yaxshilanishi, e'tiborning barqarorlashishi, elementar intellektual masalalar yechishning tezlashishi, ko'rish-harakat reaksiyasining faollashuvi kabi jarayonlar ko'p marotaba isbot qilingan.

Psixologik salomatlikni saqlash, bu har bir insonning o'ziga bog'liq. Ayniqsa, ayollarning psixologik salomatligi erkaklarnikiga qaraganda ancha past bo'ladi. ayollar ko'pincha o'z manzillarida juda ko'p ish qiladilar.

Psixologik salomatlik normal bo'lgan insonlarda asosan quyidagi ko'rsatkichlar:

Insonning psixologik salomatligi;

O'z-o'ziga hurmat va o'zini hurmat qilish hissi;

Hayotiy sharoitlarga o'z vaqtida moslashish.; O'ziga ishonch.

Turli xil spirtli ichimliklar va giyohvand moddalarni iste'mol qilmasdan qiyinchiliklarni engish qobiliyati;

Boshqalarning muvaffaqiyatining hasadlilikiga yo'qligi kabilarda namoyon bo'ladi.

Psixologik salomatlik sog'lom turmush tarzi bilan bevosita bog'liq bo'lib – bu insonning jismoniy, psixologik va ijtimoiy salomatligini ta'minlab beradigan turmush tarzidir. Sog'lom turmush tarzining asosini organizmning faoliyati to'g'risidagi ma'lumotlarga ega bo'lish, vaziyatni adekvat baholash va o'z o'zini hurmat qilish asosida yotgan oqilona va mas'uliyatli xulq-atvor tashkil etadi.

Tananing kuchi- sog'lom turmush tarzi insonning jismoniy, ruhiy va psixologik holatini yaxshilaydi, unga kuch-quvvat bag'ishlaydi va hayot sifatini oshiradi. Inson tanasi va ongi bir-biriga bog'liq bo'lib, sog'lom hayot kechirish orqali nafaqat jismoniy, balki ruhiy salomatlik ham mustahkamlanadi. Sog'lom turmush tarziga:

Sog'lom ovqatlanish- bu nafaqat yaxshi jismoniy holatni saqlash, balki umumiy salomatlik va hayot sifatini oshirishning muhim omilidir. To'g'ri ovqatlanish orqali inson organizmi kerakli vitaminlar va minerallar bilan ta'minlanadi, immunitet mustahkamlanadi va kasalliklarning oldini olish mumkin.

Sport va jismoniy mashqlar -Sport va jismoniy mashqlar sog'liqni saqlash uchun juda muhim. Ular nafaqat tanani kuchaytiradi, balki yurak, o'pka va mushaklar tizimini ham yaxshilaydi. Mashqlar stressni kamaytiradi va kayfiyatni ko'taradi.

Ruhiy salomatlik va ijobiy munosabatlar- hayotda juda muhim ahamiyat kasb etadi. Ruhiy salomatlikni saqlash uchun stressni boshqarish, meditatsiya qilish, yaxshi

uyqu olish va sog'lom ovqatlanish kerak. Bu insonning kayfiyatini yaxshilashga yordam beradi

Ijtimoiy faollik- insonning jamiyatdagi o'rni va o'zini boshqalar bilan qanday aloqada bo'lishi bilan bog'liq. Ijtimoiy faollik odamning o'ziga va boshqalarga bo'lgan mas'uliyatini his qilishini ta'minlaydi. Bu odamlarning ijtimoiy muammolarga e'tibor qaratish, yordam berish, ko'ngilli ishlarda qatnashish yoki jamiyatni yaxshilashga hissa qo'shishni o'z ichiga oladi.

Xulosa o'rnida maktab o'quvchilarida psixologik madaniyat va psixologik salomatlik bilim-ko'nikmalarini shakllanishi hamda rivojlanishida sog'lom turmush tarziga amal qilish, hamda asosan oilalarning mustahkamligi, ota-onaning farzand tarbiyasidagi mas'uliyati hamda oila-mahalla-maktab hamkorligining to'g'ri yo'lga qo'yilganligi, shuningdek maktab jamoasining o'zni muhim ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar:

- 1.Shoumarov Sh."Muhabbat va oilaviy hayot" T.Ibn Sino nashriyoti. 1990
- 2.Karimova V.M "Oilaviy hayot psixologiyasi" T. 2006
- 3.Yodgorova G.T "Tarbiyasi qiyin guruhga mansub bolalar bilan ishlash" T.2007

**КОНФЛИКТЫ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИИ СЕМЬИ И ДОШКОЛЬНОЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ В РАЗВИТИИ
ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ ДОШКОЛЬНИКА**

*Чирчикский Государственный Педагогический Университет
Магистрантки I-курса Азметова Зулфира Нурмат кизи
Направление "Теория и методика образования и воспитания
(Дошкольное образование)"*

Аннотация. Статья посвящена изучению важнейших аспектов развития эмоционально-волевой сферы у детей дошкольного возраста, а также конфликтам, которые могут возникать между семьей и детским дошкольным учреждением в этом контексте. В ней подробно рассматривается состав основных компонентов эмоционально-волевой сферы: эмоции, переживания, душевные состояния и воля. Особое внимание уделяется тому, что дошкольный

период является критически важным для развития эмоциональной отзывчивости, способности к саморегуляции и формирования первых проявлений воли. Разногласия в требованиях, расхождения в воспитательных подходах и несовершенство коммуникативных навыков участников взаимодействия оказывают пагубное влияние на эмоциональное состояние и волевое поведение дошкольников. Внимание уделено роли семейной обстановки, условий воспитания и индивидуальных особенностей ребенка в формировании успешного развития эмоций и волевых качеств.

Annotation. This article examines the most important aspects of emotional-volitional development in preschool-aged children, as well as the conflicts that may arise between the family and the preschool in this context. It examines in detail the key components of the emotional-volitional sphere: emotions, experiences, mental states, and will. Particular attention is paid to the critical importance of the preschool period for the development of emotional responsiveness, self-regulation, and the formation of the first manifestations of willpower. Disagreements in expectations, discrepancies in educational approaches, and imperfect communication skills among participants have a detrimental effect on the emotional state and volitional behavior of preschoolers. Attention is paid to the role of the family environment, upbringing conditions, and the individual characteristics of the child in shaping the successful development of emotions and volitional qualities.

Ключевые слова: дошкольник, эмоционально-волевая сфера, семья, саморегуляция, эмоциональное развитие, воспитание, эмоции, воля, конфликты.

Key words: preschooler, emotional-volitional sphere, family, self-regulation, emotional development, education, emotions, will, conflicts.

Ключевым документом стратегического значения является Указ Президента Республики Узбекистан «О мерах по дальнейшему совершенствованию системы дошкольного образования», где определены основные векторы развития дошкольного обучения, в том числе формирование развивающей учебной атмосферы, нацеленной на эмоционально-личностный рост малышей, а также усиление психолого-педагогической грамотности

родителей [1]. Существенную значимость в нормативном регулировании имеет Концепция развития системы дошкольного воспитания Республики Узбекистан до 2030 года, где акцентируется потребность формирования у воспитанников эмоционального интеллекта, умений саморегулирования, предприимчивости и волевых устремлений[2]. Особый фокус в Концепции отдан сотрудничеству между семьей и дошкольной воспитательной структурой, что полностью согласуется с предположением изыскания о главенствующей роли семейного окружения в становлении эмоционально-волевой области ребенка. Практическую базу расширяет Государственный учебный план дошкольного обучения «Ilk qadam», где прогресс эмоционально-личностной области, формирование умений контроля чувств, навыков общения и независимости представляются как ключевые итоги дошкольного воспитания [3]. Эмоционально-волевая область охватывает содержание, темп, а также степень переживаний и ощущений всякого человека. Важность чувств и воли в формировании ребенка невозможно переоценить. Воздействуя практически на все познавательные процессы, они во многом задают манеру восприятия ребенком внешнего мира и особенности его дальнейшего личного прогресса [4; 5].

Закрепление базисных моментов эмоционального роста происходит в основном в дошкольном периоде, который в психолого-педагогических изысканиях рассматривается как чувствительный этап становления эмоциональной откликаемости и самоконтроля [6]. В связи с этим, развитие эмоционально-волевой сферы ребенка-дошкольника нуждается в пристальном внимании со стороны семьи как главного института приобщения к обществу [7].

Компоненты эмоционально-волевой сферы ребенка

В структуре эмоционально-волевой сферы выделяются следующие основные компоненты.

Эмоции представляют собой наиболее базовые реакции ребенка на окружающую действительность. В научной литературе они условно

подразделяются на позитивные (радость, восторг), негативные (страх, гнев) и нейтральные (удивление) [8].

Переживания являются более сложными психическими образованиями, включающими совокупность эмоций и проявляющимися в отношении к определённым объектам, людям или жизненным ситуациям [9].

Эмоциональные (душевные) состояния характеризуются относительной устойчивостью и обусловлены совокупностью факторов: особенностями нервной системы, физическим самочувствием, социальной средой, уровнем активности ребенка. Длительность и интенсивность эмоциональных состояний зависят от темперамента и индивидуальных свойств личности и могут оказывать как стимулирующее, так и дезорганизирующее влияние на деятельность [10].

Воля является важнейшим компонентом эмоционально-волевой сферы личности и отражает способность к сознательному управлению поведением, преодолению трудностей и достижению поставленных целей. Активное формирование волевых качеств наблюдается в старшем дошкольном возрасте и получает дальнейшее развитие в период начального обучения [11].

Особенности развития эмоционально-волевой сферы дошкольника в семье.

Эмоционально-волевое становление ребенка в дошкольном возрасте осуществляется под влиянием двух групп факторов: **внутренних** (врожденные особенности, темперамент) и **внешних**, среди которых ведущую роль играет семейная среда [12].

К ключевым этапам развития эмоционально-волевой сферы относятся:

- закрепление позитивных и негативных эмоциональных откликов;
- осознание ребенком собственных эмоциональных реакций;
- формирование способности регулировать поведение в соответствии с эмоциональными переживаниями [13].

Постепенно дошкольник начинает осознавать различия между эмоциями и ощущениями, понимать собственные эмоциональные состояния и вербально их обозначать. К концу дошкольного возраста значительно расширяется спектр

переживаемых чувств и эмоциональный словарь ребенка, что свидетельствует о развитии самопознания и эмоционального интеллекта [14].

Роль родителей и практические рекомендации

Исследования показывают, что эмоциональная отзывчивость родителей, поддерживающее общение и совместная деятельность способствуют формированию у ребенка позитивного эмоционального опыта и устойчивых волевых качеств [15].

Эффективным средством развития эмоционально-волевой сферы являются специально организованные игры и упражнения, которые позволяют ребенку в доступной форме усваивать базовые эмоции и способы их выражения [16].

К числу таких методов относятся игровые упражнения «Маски», «Мимическая гимнастика», «Театр эмоций», направленные на развитие эмоционального распознавания, невербальной выразительности и эмпатии [17].

Список использованной литературы

1. Указ Президента Республики Узбекистан «О мерах по дальнейшему совершенствованию системы дошкольного образования» от 30 сентября 2017 г. № ПФ–5198.
2. Концепция развития системы дошкольного образования Республики Узбекистан до 2030 года. — Ташкент, 2019.
3. Государственная учебная программа дошкольного образования «Ilk qadam». — Ташкент: Министерство дошкольного образования Республики Узбекистан, 2018.
4. Выготский Л. С. Психология развития ребенка. — М.: Смысл, 2020.
5. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. — М.: Политиздат, 2019.
6. Эльконин Д. Б. Психология развития в дошкольном возрасте. — М.: Академия, 2021.
7. Денем С. А. *Emotional Development in Early Childhood*. — New York: Guilford Press, 2021.
8. Изард К. Психология эмоций. — СПб.: Питер, 2020.
9. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — СПб.: Питер, 2021.
10. Гросс Дж. *Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations*. — New York: Guilford Press, 2022.
11. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. — М.: Педагогика, 2020.
12. Моррис А., Сильк Дж. *Family Context and Emotional Regulation in Children*. — Child Development, 2021.

13. Рыбакова Н. А. Эмоционально-волевое развитие дошкольников в семье // *Дошкольная педагогика*. — 2022.
14. Денисова О. П. Развитие эмоционального словаря дошкольников // *Психологическая наука и образование*. — 2021.
15. Gottman J. *Raising an Emotionally Intelligent Child*. — New York: Simon & Schuster, 2020.
16. Denham S. A. Teaching Emotional Competence in Preschool // *Early Education and Development*. — 2021.
17. Асқарова Д. Х. Методы развития эмоционального интеллекта у дошкольников // *Maktabgacha ta'lim*. — 2023.

FANLARARO BILIMLARNI O'ZLASHTIRISH JARAYONIDA TA'LIM SHAKLLARINING METODIK TURLARI

Ibragimova Bibijon Ro`zmetovna
Osiyo Xalqaro Universiteti Xorazm filiali magistri

Annotatsiya: Mazkur ilmiy tezisda fanlararo bilimlarni o'zlashtirish jarayonida qo'llaniladigan ta'lim shakllari va ularning metodik turlari ilmiy jihatdan tahlil qilinadi. Fanlararo yondashuvning zamonaviy ta'lim tizimidagi ahamiyati, ta'lim shakllarining integrativ imkoniyatlari hamda ularni samarali tashkil etish masalalari yoritiladi. Shuningdek, fanlararo ta'limni amalga oshirishda qo'llaniladigan metodlar, ularning o'quvchilarning bilim, ko'nikma va kompetensiyalarini shakllantirishdagi roli asoslab beriladi.

Kalit so'zlar: fanlararo yondashuv, integratsiya, ta'lim shakllari, metodik turlar, kompetensiya, ta'lim jarayoni.

Zamonaviy ta'lim tizimida bilimlarning tez yangilanib borishi va fanlararo aloqalarning kuchayishi ta'lim jarayoniga yangicha yondashuvlarni talab etmoqda. An'anaviy fanlararo uzviylikdan farqli ravishda, bugungi kunda integrativ va fanlararo ta'lim bilim oluvchilarda tizimli fikrlash, muammolarni kompleks hal etish hamda real hayotiy vaziyatlarga moslashish kompetensiyalarini shakllantirishga xizmat qilmoqda. Shu sababli fanlararo bilimlarni o'zlashtirish jarayonida ta'lim shakllari va ularning metodik turlarini ilmiy asosda o'rganish muhim ahamiyat kasb etadi. Fanlararo

yondashuv o'quvchilarning alohida fanlar doirasidagi bilimlarini yagona tizimga birlashtirib, ularni chuqur va mazmunli o'zlashtirishga imkon yaratadi. Bu jarayonda ta'lim shakllari va metodlarining to'g'ri tanlanishi ta'lim samaradorligini belgilovchi asosiy omillardan biri hisoblanadi.

Fanlararo ta'lim — bu ikki yoki undan ortiq fanlar mazmunini o'zaro bog'lash asosida tashkil etilgan ta'lim jarayoni bo'lib, u bilimlarni kompleks tarzda o'zlashtirishga yo'naltirilgan. Ushbu yondashuv o'quvchilarda umumlashtirish, tahlil qilish va sintez qilish ko'nikmalarini rivojlantiradi. Fanlararo integratsiya ta'lim jarayonida mavzularni takrorlanishining oldini oladi va bilimlarning mantiqiy bog'liqligini ta'minlaydi.

Fanlararo yondashuvning asosiy vazifasi – bilimlarni alohida fanlar chegarasida emas, balki yagona ilmiy va amaliy tizim sifatida shakllantirishdan iborat. Bu esa ta'lim shakllari va metodlarining integrativ xususiyatga ega bo'lishini taqozo etadi.

Ta'lim shakllari fanlararo bilimlarni o'zlashtirishda muhim tashkiliy vosita hisoblanadi. Ular o'qituvchi va o'quvchi faoliyatining mazmuni, shakli va ketma-ketligini belgilaydi. Fanlararo ta'lim jarayonida quyidagi ta'lim shakllari keng qo'llaniladi:

- a) Integrallashgan darslar – bir nechta fan mazmunini yagona mavzu asosida birlashtirish orqali tashkil etiladi.
- b) Loyiha asosidagi ta'lim – o'quvchilar fanlararo bilimlardan foydalangan holda muayyan muammoni hal etadilar.
- c) Amaliy mashg'ulotlar va seminarlar – nazariy bilimlarni turli fanlar kesimida qo'llash imkonini beradi.
- d) Mustaqil ta'lim shakllari – o'quvchilarning tadqiqotchilik va izlanish ko'nikmalarini rivojlantiradi.
- e) Ushbu ta'lim shakllari fanlararo bilimlarni chuqur o'zlashtirishga xizmat qiladi va o'quvchilarning faol ishtirokini ta'minlaydi.

Fanlararo bilimlarni samarali o'zlashtirish ta'lim metodlarining to'g'ri tanlanishiga bevosita bog'liq. Metodik turlar ta'lim mazmunini yetkazish va

o'zlashtirish usullarini belgilaydi. Fanlararo ta'limda quyidagi metodlar alohida ahamiyatga ega:

1) **Muammoli o'qitish metodi** – fanlararo muammolarni qo'yish va ularni hal qilish orqali o'quvchilarda tanqidiy fikrlashni rivojlantiradi.

2) **Loyiha metodi** – turli fanlardan olingan bilimlarni yagona loyiha doirasida qo'llashni ta'minlaydi.

3) **Holatga ko'ra tahlil metodi** – real hayotiy vaziyatlar asosidagi tahlil fanlararo bilimlarni integratsiyalashga yordam beradi.

4) **Reflektiv metod** – o'quvchilarning o'z bilimlarini tahlil qilish va baholash ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Ushbu metodik turlar o'quvchilarning bilish faolligini oshiradi, fanlararo aloqalarni anglashga yordam beradi va ta'lim jarayonining samaradorligini ta'minlaydi.

Fanlararo ta'lim shakllari va metodik turlarining uyg'unligi o'quvchilarda kompetensiyaviy yondashuvni shakllantiradi. O'quvchilar bilimlarni alohida faktlar sifatida emas, balki tizimli va mantiqiy bog'liq holda o'zlashtiradilar. Bu esa ularning mustaqil fikrlash, ijodkorlik va muammolarni kompleks hal etish qobiliyatlarini rivojlantiradi.

Shaxsiy pedagogik kuzatuvlarga asoslanib aytish mumkinki, fanlararo metodlar asosida tashkil etilgan ta'lim o'quvchilarning o'qishga bo'lgan qiziqishini oshiradi va bilimlarning mustahkam o'zlashtirilishini ta'minlaydi.

Masalan, tabiiy fanlar (Science) yo'nalishida fanlararo bilimlarni izchil o'rganish jarayonida fizika, kimyo va biologiya fanlari o'zaro uzviy bog'liq holda o'qitiladi. Jumladan, "Modda va energiya almashinuvi" mavzusini o'rganishda biologiya fanida hujayralarda kechadigan metabolik jarayonlar tahlil qilinsa, kimyo fanida ushbu jarayonlarning kimyoviy reaksiyalari va energiya almashinuvi mexanizmlari o'rganiladi, fizika fanida esa energiyaning saqlanish qonuni va issiqlik almashinuvi tushunchalari bilan bog'lanadi. Bunday fanlararo yondashuv o'quvchilarda bilimlarni alohida fanlar doirasida emas, balki yagona ilmiy tizim sifatida izchil va mantiqiy tarzda o'zlashtirish imkonini yaratadi. Natijada o'quvchilarda tizimli fikrlash, sabab -

oqibat bog'liqliklarini anglash va ilmiy tushunchalarni real hayotiy jarayonlar bilan bog'lash kompetensiyalari shakllanadi.

Fanlararo bilimlarni o'zlashtirish jarayonida ta'lim shakllarining metodik turlari muhim pedagogik ahamiyatga ega. Integrallashgan darslar, loyiha asosidagi ta'lim, muammoli va reflektiv metodlar o'quvchilarda tizimli fikrlash va kompetensiyalarni shakllantirishga xizmat qiladi. Ta'lim shakllari va metodik turlarni fanlararo yondashuv asosida to'g'ri tashkil etish zamonaviy ta'lim samaradorligini oshiruvchi muhim omil hisoblanadi. Shu bois pedagoglar ta'lim jarayonida integrativ metodlardan samarali foydalanishlari zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Dewey, J. Democracy and Education. Macmillan, 1916.
2. Kolb, D.A. Experiential Learning. Prentice Hall, 1984.
3. Jacobs, H.H. Interdisciplinary Curriculum: Design and Implementation. ASCD, 1989.
4. Slavin, R.E. Educational Psychology: Theory and Practice. Pearson, 2018.
5. Drake, S.M. Creating Integrated Curriculum. Corwin Press, 2012.
6. Таълим ва тарбия , Исҳоқжон Муҳаммаджон ўғли , 2019.

AJRALISHLAR ORTIDAGI HAQIQAT ERKAK MAS'ULIYATI NEGA PASAYMOQDA?

Kabirova Kamola Sa'dullayevna
Yangi asr universiteti "Mumtoz Sharq tillari" yo'nalishi 102–25-guruh talabasi,
Ilmiy rahbar: Soliyev Elyorbek

Annotatsiya. Mazkur maqolada zamonaviy jamiyatda oilalarda erkaklar mas'uliyatining pasayib borishi va bu holatning oilalar inqiroziga olib kelayotgan omillari tahlil qilinadi. Shuningdek, ajrimlarning oldini olishda oilaviy qadriyatlarni mustahkamlash va erkaklarning mas'uliyat hissini kuchaytirish zarurligi ilmiy-nazariy asosda yoritiladi.

Kalit so'zlar. Oila tizimidagi nosozliklar, oilaning muqaddasligi, mas'uliyat tushunchasi, qadriyatlar, farzandlar oldidagi javobgarlik.

Kirish qismi

Avvallari ota-bobolarimizning oilalarida, qarindosh-urug'lar va mahalla hayotida ajrashish yoki taloq so'zlari deyarli uchramagan. Oilaviy munosabatlar o'zaro hurmat, sabr-toqat va mas'uliyat asosida shakllangan. Har bir davlatning o'z qonun-qoidalari bo'lgani kabi, har bir oilaning ham yozilmagan ichki qoidalari mavjud bo'lgan. Shu sababli yangi kelin tushgan oilada barcha a'zolar uning urf-odat va muhitga moslashib ketishiga ko'maklashgan. Onalar kelinning kamchiliklarini o'g'illaridan, o'g'illarning xato va nuqsonlarini esa kelinlardan yashirib, oilaning birligini asrashga harakat qilganlar.

Erkaklar ham og'ir vazminlik bilan oila yuritishgan, shu sababli oilalarda ajrimlar deyarli bo'lmagan, xattoki befarzandlik ham ajrimga sabab bo'lmasdi!

Muhokama

Bugungi kunda yosh oilalar, ayniqsa endigina qurilgan nikohlar orasida ajrimlar sonining tez sur'atlarda ortib borayotgani jiddiy ijtimoiy muammoga aylanmoqda. Buning oqibatida millionlab norasida go'daklar yetim qolmoqda, yosh ayollar esa bevalik taqdiriga duch kelmoqda. Mazkur holatga ijtimoiy tarmoqlarda targ'ib qilinayotgan dabdabali hayot tarzi, hashamatga asoslangan to'y marosimlari hamda haqiqatda baxtsiz bo'la turib, o'zini baxtli qilib ko'rsatishga urinishlar ham sabab bo'layotgani kuzatiladi.

Shu o'rinda savol tug'iladi: nega bizning urf-odatlarimiz, mentalitetimiz va diniy qadriyatlarimiz ushbu muammolarga yechim bo'la olmayapti?

Bugungi kunda oila qurishda asosan qizlar tarbiyasiga katta e'tibor qaratilib, ularga uy-ro'zg'or ishlari, pazandalik va turli ko'nikmalar o'rgatiladi. Biroq yigitlarni oila oldidagi burch va mas'uliyatga tayyorlash masalasi yetarli darajada e'tibordan chetda qolmoqda. Holbuki, nikoh orqali mas'uliyatni o'z zimmasiga olgan erkak oilasi va farzandlari oldida katta javobgarlikka ega.

So'nggi yillarda otasini izlab, yosh to'kayotgan norasida bolalarning holatini ko'rish har qanday inson qalbini larzaga soladi. Yetim honalarda ota onasi yoq bolalar emas, asosan ota onasi bor bo'la turib, yetimlik jabrini tortayotgan bolalar tashkil

etmoqda, bundan tashqari ro'yhatga olinmagan tirik yetim bolalar esa bundan ancha ko'pligi qalblarni larzaga soladi afsuski!

O'tmishdagi tajriba va statistik taqqoslash:

Axir biz 1942-yili, urush davrida, butun evakuatsiyalangan yetim bolalarni asrab olish chaqirig'ida ularning millati, dini, irqidan qat'iy nazar 16-nafar yetimlarni asrab olgan Shomahmudovlar oilasining davomchilari emasmizmi?! Ulardan tashqari ya'na qanchadan qancha oilalar o'zlarinig oilaviy yetishmovchiliklaridan qat'iy nazar, juda ko'p sonli norasida go'daklarni asrab olganlari bizga ma'lumku-naxotki o'z farzandlarimizga tirik bo'la turib, yetimlik tamg'asini ravo ko'rsak?

Statistik ma'lumotlarga ko'ra, 2000–2018-yillar oralig'ida jami 556 000 ta ajrim qayd etilgan bo'lib, bu yiliga o'rtacha 30 000 ta ajrimni tashkil etadi. 2025-yilda esa bir yil davomida 46 600 ta ajrim qayd etilgani mazkur muammoning naqadar dolzarb ekanini ko'rsatadi. Balki ajralishgan ikki yosh o'z yo'llarini topib ketarlar, biroq yetim qolayotgan go'daklarni qalb og'riqlarini, nolalarini javobini kim beradi? ... kim bera oladi? Aslida bu ajrimlarga ota onalar, 3-4 shaxslar aralashuvi yoki yigitlarning ilimsizligi va gender tenglik yo'qligi sabab bo'layotgandur. Balki otalar o'g'il bolalar tarbiyasini onalarga tashlab qo'yayotganligi sabab bo'layotgandur.

Yetim qolayotgan bolalar soni esa 2000 yildan 2021 yilga qadar 79 000 ta ota ona qarovidan mahrum bo'lgan bolalar ro'yhatga olingan,

2024/2025 yil hisobi bo'yicha 8 000 ortiq ota ona qaramog'idan mahrum bo'lgan bolalar uchun depozit hisoblari ochilgan bu ham eng achinarli holat.

Xulosa

Ajrimlarning oldini olish uchun yigitlarda erkaklik mas'uliyatini maktab davridan boshlab shakllantirish zarur. Nikohdan oldin majburiy tayyorlov mashg'ulotlarini joriy etish, oilada erkak va ayol o'rtasidagi muvozanatni saqlash yo'llarini o'rgatish muhim ahamiyat kasb etadi. O'z so'zida turish, muammolardan qochmaslik, to'g'ri qaror qabul qilish va mas'uliyatdan chekinmaslik oilaning mustahkam poydevorini yaratadi. Aynan shunday yondashuv orqali oilalar muqaddasligini saqlab qolish va ko'plab go'daklarni yetimlikdan asrash mumkin.

Foydalanilgan manbalar

1. O'zbekiston Milliy ensiklopediyasi.
2. 7–8-sinflar uchun “Tarix” va “Ma’naviyat asoslari” darsliklari.
3. Kun.uz sayti (2000–2018-yillar).
4. Kun.uz sayti (2025-yil).
5. Stat.uz.

ZAMONAVIY TA'LIMDA PSIXOLOGNING O'RNI

Yunusova Aziza Nig'mat qizi
Toshkent shahar Sergeli tumani 352-maktab amaliyotchi psixologi

Annotatsiya. Ushbu maqolada yurtimizdagi ta'lim sohasiga qaratilgan islohotlar, kiritilgan yangi tartibdagi qonun qoidalar, psixologik tamoyillar, psixologlarning insonlar va jamiyat farovonligi, jamiyatning barqaror rivojlanishidagi o'rni va ular uchun yaratilgan imtiyozlar hamda jamiyatda psixologiya fani taraqqiyoti borasidagi izlanishlar haqida so'z boradi.

Kalit so'zlar: Psixologiya, psixika, motiv-insonlarni harakatga undovchi kuch, Motivatsiya- motivlar yig'indisi, obyekt, subyekt

Абстрактный. В статье рассматриваются реформы, направленные на сферу образования в нашей стране, новые введенные законы и нормативные акты, психологические принципы, роль психологов в благополучии личности и общества, устойчивом развитии общества, блага, созданные для них, и исследования развития психологической науки в обществе.

Ключевые слова: Психология, психика, мотив - сила, побуждающая человека к действию, Мотивация - совокупность мотивов, объект, субъект

Abstract. This article discusses the reforms aimed at the education sector in our country, the new laws and regulations introduced, psychological principles, the role of psychologists in the well-being of people and society, the sustainable development of society and the benefits created for them, as well as research on the development of the science of psychology in society.

Keywords: Psychology, psyche, motive - the force that drives people to action, Motivation - a set of motives, object, subject

Qadimgi davrlardan psixologiya fani inson shaxsi, uning ichki dunyosi haqidagi bilimlarning murakkab sohasi hisoblanib kelgan. Hozirgi kunda yosh avlodga tarbiya berish ularni komil inson qilib tarbiyalash, inson ruhiyatini yaxshi tushunishni taqozo etadi. Psixologik ijtimoiy hayot ehtiyojlari qadim zamonlardan buyon kishini tevarak-atrofidagi odamlarning psixik jihatdan tuzilish xususiyatlarini farqlay bilishga va ularni o'z hatti-harakatlarida hisobga olishga majbur etib kelgan. Inson xulq-atvori haqida juda ko'p turli xil fikrlash usuli mavjud. Psixologlar odamlarning qanday fikrlashlari, his qilishlari va o'zini qanday tutishlarini o'rganishda turli istiqbollarni qo'llaydi. Ba'zi tadqiqotchilar biologik nuqtai nazar kabi muayyan maktabga e'tibor berishadi, boshqalari esa ko'p fikrlarni o'z ichiga olgan ko'proq eklektik yondashuvga ega. Boshqa nuqtai nazaridan "yaxshiroq" bo'lgan yagona istiqbol yo'q; har bir kishi oddiy insoniy xulq-atvorning turli jihatlarini ta'kidlaydi. Psixologiyaning dastlabki yillari turli xil fikrlaydigan maktablarning hukmronligi bilan ajralib turardi. Psixologiya rivojlanganidek, psixologlar tomonidan o'rganiladigan mavzularning soni va xilma-xilligi ham mavjud. 1960- yillarning boshidan beri psixologiya sohasi rivojlanib, tez sur'atlarda o'sib bormoqda va shu bilan psixologlar tomonidan o'rganiladigan mavzularning chuqurligi va kengligi ham ortib bormoqda. Psixologiyada olib borilgan tadqiqotlar insonlarning fikrlash, harakat qilish va his qilishlarini tushunishga va tushuntirishga intiladi. Psixologlar biologik ta'sirlardan ijtimoiy bosimlarga qadar bo'lgan fikr va xulq-atvorga ta'sir qilishi mumkin bo'lgan ko'plab omillar haqida ko'proq bilishga intiladi. Bugungi kunda O'zbekiston Respublikasining kadrlari oldiga qo'yilayotgan eng muhim vazifalardan biri — malakali mutaxassislar sifatida o'zligini, o'z qobiliyatlari, individualligi, shaxsiy fazilat hamda xislatlarini bilgan holda atrofida mehnatini oqilona tashkil etish va ijtimoiy foydali mehnatning barcha sohalarida iqtidorli kasb sohibi sifatida faoliyat ko'rsatishdir. Bu o'rinda inson ruhiyati qonuniyatlarini o'rganuvchi psixologiya fanining o'rni va roli benihoya kattadir. Yosh avlodni yangicha ta'lim standartlari asosida, jahon talablariga javob beruvchi mutaxassislar qilib tarbiyalash ishi oliy o'quv yurtlari zimmasiga tushmoqda. So'nggi

yillarda mamlakatda psixologiya sohasida pedagog kadrlarni tayyorlash hamda amaliyotchi psixologlar faoliyatini qo'llab-quvvatlashga oid bir qator ishlar amalga oshirildi.

Hozirgi kunda maktabgacha ta'lim tizimida 2 503 nafar, xalq ta'limi tizimida 14 272 nafar pedagog-psixolog kadrlar faoliyat olib bormoqda.

Respublikaning 10 ta oliy ta'lim muassasasida "Psixologiya", 19 ta oliy ta'lim muassasasida "Pedagogika va psixologiya" ta'lim yo'nalishlari va mutaxassisliklari bo'yicha 5 717 nafar talaba tahsil olmoqda. Ushbu sohada qabul kvotalari keskin oshirildi, xususan 2018/2019 o'quv yilining o'zida 2 665 nafar talaba o'qishga qabul qilindi.

2017-yildan boshlab profilaktika inspektorlari va jamoatchilik vakillarining ta'lim muassasalarida yoshlar bilan ishlash tizimi yo'lga qo'yilib, 5 696 ta umumiy o'rta ta'lim muassasasida profilaktika inspektorlari, 5 328 ta umumiy o'rta ta'lim muassasasida esa mahalla vakillarining xonalari tashkil etildi.

Bizning zamonamizdagi inson uchun eng muhim bilimlar psixologiya sohasidagi bilimdir va asosiy ko'nikmalardan biri bu ularni amalda qo'llash qobiliyatidir. Odamlarni tushunish uchun ular bilan umumiy til topish va muloqot qilish, har qanday vaziyatga darhol moslashish, har doim o'zingizga va boshqalarga yordam berishingiz mumkin. Bugungi kunda biz psixologlarni qanday tushunamiz? Ular biz uchun foydali kasbni tanlashganmi?

Yurtimizda psixologiya sohasi jadal sur'atlarda rivojlanib bormoqda. Lekin ushbu soha tushunchasi hali ham insonlar ongiga to'laligicha singdirilgan emas. Avvalo har bir kasb egalari o'zi faoliyatlarini boshlash uchun, maqsadlariga erishish, xalqqa xizmat qilish un o'z kasblari to'grisida xalq tasavvurida kasbga bo'lgan tushunchani rivojlantirish darkor.

Psixolog kim?

Psixolog insonlarga qanday yordam bera oladi?

Ushbu savollarning javobi albatta yosh-u qarini o'ylantiradi. Kim o'zi psixolog? Biz unga ishonsak bo'ladimi? Muammolarimiz o'z echimini topadimi? Kabi turli savollar xalqimiz ongida charxpalak singari aylanib turadi. Avvalo Psixologiya fani

bo'yicha malumot beradigan bo'lsam ushbu fan insonlar va hayvonlarning hatti harakatlari jaroyonida voqelikning psixik aks etishi, ruhiy jarayonlar, holatlar, hislatlarni o'rganuvchi soha hisoblanadi.

Insonlar psixologiyasi murakkab tuzilishga ega bo'lib, insonning ongini aniq kanteekstda qanday shakllanishini diqqat bilan o'rganuvchi ilmiy tadqiqotdir. Inson psixologiyasini bilish turli xil muammolarni sezilarli darajada tezkorlik va samaradorlik, qiyinchilik va muvaffaqiyatsizlikka qarshi kurashish qobiliyatini sezilarli darajada, boshqalar qila olmaydigan natijalarga erishish imkoniyatiga ega bo'lishdir.

Psixolog odam hayolidagi, ongidagi o'ralashib yotgan muammolarini g'altak ipga o'ragani kabi chiroyli bir tekisda qilib tartiblashtiruvchi shaxs. Psixolog potsientlar uchun turli yo'nalishlar beradi, va bu yo'nalishlarning oxiri qanday natijalarga olib borishini tushuntirib o'tadi. Hozirgi kunda qo'shtirnoq ostidagi "psixologlar" juda ham ko'payib ketdi. Bularni haqiqiy psixologdan ajrata olmagan xalq sof psixologlar haqida noo'rin fikrlarni onglariga singdirib olishmoqda. Osha internet sahifalaridagi psixologlar bilan qalb tabibi hisoblanmish haqiqiy psixologlarni ajratib olish darkor. Buning uchun ularni berayotgan tavsiya, maslahatlarga e'tibor bersak kifoya. Sizga muammoingizni echida yo'nalish emas, aniq bir yöl kōrsatib, faqatgina shu yo'ldan yuring deyayotgan bo'lsa bu haqiqiy psixolog emas.

Psixolog insonlarga qanday yordam beradi? degan savolga to'xtalib o'tamiz.

Bilamiz jamiyatda farzand tarbiyasi muhim jarayonlardan biri. Bola tarbiyasida qiyinchiliklar, kelishmovchiliklar etarlicha topiladi. Chet ellarda har bir oila uchun alohida psixolog biriktirilgan. Buning sababi oddiy. Oila a'zolari o'rtasida distansiyani, saqlash, nizolar kelib chiqishini oldini olish, ota ona va farzand o'rtasidagi munosabatlarga putur etkazmaslik uchun albatta. O'zbekchilikda "Falonchi psixologga boribdi."

Bunga huddi shum habardek hamma taajub bilan qaraydi. Boshqa tarafdin olib qaraganda bu hayratlanarli holat emas. Aslida biz o'zimiz o'ylashimiz kerak. Muammo kamchiliklarni qo'shniga, do'st-u birodarlariga aytgandan foyda bormi? Ular menga qanchalar to'g'ri yöl ko'rsata olishadi?

"Do'stingni o'rtacha darajada yaxshi ko'r, ehtimol u bir sen yomon ko'rgan kimsaga aylanar, dushmaningni ham o'rtacha yomon ko'r, ehtimol u bir kun do'stingga aylanar". "Ehtimol, Alloh sizlar bilan sizlar dushmanlashib yurgan kimsalar o'rtasida bir do'stlikni paydo qilib qo'yar. Alloh Qodirdir Alloh Mag'firatli, Mehribondir". ("Mumtaxana" surasi, 7-oyat).

Bu bilan nimani tushuntirmoqchiman, insonning qalbi sahroda daraxt shoxlari o'rtasida kezib yuruvchi bir bargga o'xshaydi. U qachon o'zgaradi, noma'lum. Shunday ekan "dardkashlaringiz" sizlarning muammolaringizni boshqalarga etkazmaslikka va hal qilib berishga hech kim kafl bo'la olmaydi. Psixolog insonlar sirini saqlashga qat'iy va'dalashishadi. Sizga o'z yo'l yo'rig'ini emas, balki sizning dunyoyingizdagi yo'llardan birini tanlashingizga ko'maklashadi.

Bola tarbiyasiga keladigan bo'lsak, u bir kun xato qiladi va onasiga xatosini aytadi, ayollarimizning boshida galaktika muammosi turgandek har narsaga asabiylashadi, ozgina muammo uchun ham jahl qilishadi. Bola bundan nimani o'rganadi. To'g'ri xato qilmaslikni ham o'rganishi mumkin, ammo bolaga sekinlik bilan ongiga singdirilmagan to'g'ri yol bir kun unutiladi. Va bola keyingi xatosini yashirish maqsadida yolg'on gapiradi. Qarabsizki natija salbiy tus oladi.

Oila psixologi shunday vaziyatlarda bolani vazminlik bilan tinglash, unga bu xato yo'l ekanligi, muammolarni echishda turli yo'llar borligini tushuntirish, va onani bolaning xatosini eshitishga va farzandiga muammosini echishda motivatsiya berish to'grisida tushuntirish ishlarini olib boradi. Psixologlar faqatgina oilaviy muammolarni hal etishda emas barcha jabhlarda o'z aksini topmoqda. Dorixonalarda topilmaydigan malham shirin so'zdir. Bunday malham qalb tabibi sanalmish psixologlarimizda ko'plab topiladi. Chunki ular shirin so'zlari, mayin tabassum, metin irodalari sababli insonlar qalbiga yo'l topadi. Hayotidagi chiqalliklarini bartaraf qilishga jiddi jahd bilan kirishadi. Ularning bunda komaklarini qo'lab quvvatlashimiz uchun sharaflari kasblariga pokiza niyyat, chiroyli nigoh bilan nazar solsak kifoya!

Aqlning kuchi va ongsizlik taqdiri boshqarishga yordam beradi, shuning uchun har doim fikrlaringizni boshqaring. Odamlar bilan to'g'ri munosabatda bo'lish qobiliyati oddiy shakar yoki qahva sifatida sotib olinishi mumkin bo'lgan mahsulotdir.

Insonlarning qalblariga yo'l topish, ularni tushunish, va albatta injiqliklar-u, jahlg'azablariga bardosh berish oson ish emas. Vaholangi psixologda bularning barchasi mujassam. **Mashhur milliarder Jon Rokfellerning** so'zlariga ko'ra, odamlarni boshqarishni o'rganish, masalan, yaqin supermarketda shakar sotib olish kabi osondir. Faqatgina hozirda bunday mahorat dunyodagi har qanday narsadan ancha qimmat.

Hozirgi kunda inson omiliga e'tiborning ortib borishi tufayli psixologiyaning shaxs shakllanishiga doir masalalariga ham qiziqish kuchaydi. Boshqaruv faoliyati bilan bog'liq bo'lgan muammolarga, shaxs va shaxslar guruhi tomonidan boshqa guruhlar faoliyatini samarali tashkil etish va birgalikdagi faoliyatini amalga oshirishning psixologik mexanizmlariga munosabat yo'lga qo'yildi. Psixologiya boshqarishni ham ob'ekti, ham sub'ektni o'rganadi va shu asosda jamoadagi ishlarni samarali tashkil etish, aniq va to'g'ri qarorlar qabul qilish uchun qanday psixologik xolat va jarayonlarni o'zida tarbiyalash lozimligi kabi qator muammolarni hal qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Deyl Karneg "Do'stlar orttirish va odamlarga ta'sir o'tkazish xususida. O'ziga nisbatan ishonchni kuchaytirish va omma oldida chiqishlar orqali odamlarga ta'sir ko'rsatish haqida. Xavotirlanishni bas qilish va yashay boshlash yo'llari" ingliz tilidan A. Ashurov, A. Yoldoshev tajrimasi "Yangi kitob" nashriyoti 2020.

2. G'oziyev E.G "Umumiy psixologiya" 1-2 kitob T-2002 y

3. Shayx Oiz Al-Qarniy "Mahzun bo'lma" Arab tilidan Z. Mansur tarjimasi. Toshkent: "O'zbekiston" NMIU, 3-nashri

ZAMONAVIY TA'LIM PSIXOLOGIYASI

*Ishimov Faxriddin Mamarejabovich
Surxondaryo viloyati Jarqo'rg'on tumani 64-maktab psixologi*

Ilmiy - texnik taraqqiyot jadallashgan davrda o'qitish samaradorligi asosan o'quvchining o'qitish jarayonidagi o'rni, pedagogning unga bo'lgan munosabatiga bog'liq bo'ladi.

Kadrlar tayyorlash milliy dasturida O'zbekiston Respublikasidagi ta'lim tizimining milliy modeliga alohida e'tibor qaratilgan. Bu model 5 tarkibiy qismdan iborat: shaxs, davlat va jamiyat, uzluksiz ta'lim, fan va ishlab chiqarish. Buyerda ta'lim milliy modelining asosiy tarkibiy qismi - „Shaxs” birinchi o'rinda turadi.

Boshqacha qilib aytganda, butun ta'lim tizimi, shu jumladan o'qitish shaxsga yo'naltirilgan bo'ladi.

Shaxsga yo'naltirilgan o'qitish texnologiyalari ilmiy - texnikaviy taraqqiyoti jadallashtirilgan davrida rivojlangan davlatlarda shakllantirilganligini inobatga olgan holda, ular chuqur ildizlarga ega ekanligi ta'kidlash to'g'ri bo'lar edi.

Qadimgi faylasuflardan Sokrat o'z chiqishlarida savol va javob usulidan foydalanar edi. Bu usul haqiqatni bilib olish uchun yordam bergan. Qadimgi Rim pedagogi Kvantulian esa har bir shogirdiga e'tibor va diqqat bilan yondashishni tavsiya bergan. Asrlar, mingyilliklar davomida shaxsga muhabbat va hurmat, unga yordamlashish hislatlari asosida sivilizatsiya shakllanib keldi. O'rta asr sharqining buyuk olim - mutafakkirlari tomonidan yirik pedagogik meros qoldirilgan bo'lib, zamonaviy g'oyalarning debochasi, buyuk ajdodimiz al-Buxoriyning “Hadis” kitobida: “Bolaga rahmdillik qilmoq, uni o'pib quchoqlamoq haqida” fikrlar yuritilgan. Yaponiyaning zamonaviy pedagog - olimlari bolani kuniga 200 martagacha erkalatishni tavsiya beradilar.

Zamonaviy ta'lim rivojida AQSH da joriy etilgan metodni keltirish mumkin. Bunda yakka o'quvchilar va kichik guruhlar bilan ishlash tizimi yaratilgan. Ya'ni o'quvchilar 4-5 kishilik guruhlariga bo'linadi, unda iqtidorlilar va qoloqlar, qizlar va boshqa etnik vakillar bo'lishi maqsadga muvofiq. Har bir guruh berilgan topshiriqni tez bajarishga e'tibor beriladi. Guruhdagi o'quvchilar bir-birini tekshiradi, yordam beradi. Haftaning oxirida yakun yasaladi, baholanadi. O'zaro yordam va bir kishi hamma uchun prinsipiga amal qilinadi. Bu metodda o'zlashtirish darajasi oshishi bilan birga, o'quvchilarni o'z - o'zini baholash malakasi ham rivojlanadi, o'quvchilar o'rtasida do'stlik, o'rtoqlik darajasi ham oshadi.

Hozirgi zamon avlodining rivojlanish sur'ati oldingilardan ko'ra ancha yuqori bo'lganligi sababli, o'qitishning an'anaviy tizimi, rivojlanishga to'sqinlik qila boshladi. Bunday sharoitlarda taraqqiyot, faqat bir shaxsning mavjud imkoniyatlarini to'la ro'yobga chiqarish asosida amalga oshirilishi mumkin.

Zamonaviy ta'limda yangicha qarash juda muhim va bularga quyidagilar misol bo'la oladi:

- pedagogik jarayonda shaxs obyekt emas, subyekt hisoblanishi kerak.
- har bir o'quvchi qobiliyat egasi ko'pchiligi esa iste'dod egasi hisoblanadi va ularga o'z vaqtida e'tibor berish lozim.

- pedagog va o'quvchilar munosabati zayli: taqiqlamaslik va boshqarish emas, birgalikda boshqarish; majburlash emas, ishontirish; buyurish emas, tashkil etish; chegaralash emas, erkin tanlab olishga imkon berish.

- o'quvchi va pedagog huquqlarini tenglashtirish va boshqalar shular jumlasidandir.Axborotning hajmi, xilma-xilligi, egallashga moyilligi va vositalarining yetarliligi samarali individual va mustaqil o'qitishni tashkil etish uchun zaruriy shart-sharoitlar yaratadi. O'qitishni jadallashtirish maqsadida pedagogning o'quvchiga bilan munosabati sardorlikdan uning sherigiga aylanishi zarur. O'qitishni rivojlantirishga yo'naltirilgan texnologiyalar quyidagi asosiy tamoyillarga mos bo'ladi

- Insonparvarlik, yani insonga har tomonlama hurmat va muhabbat ko'rsatish, unga yordamlashish, uning ijodiy qobiliyatiga ishonch.

- Hamkorlik, ya'ni pedagog va o'quvchilar munosabatidagi demokratizm, tenglik, sheriklik.

- Erkin tarbiyalash, ya'ni shaxsga uning hayot faoliyatini keng yoki tor doirasida tanlab olish erkinligi va mustaqillikni berish, natijalarni tashqi ta'sirdan emas, ichki hissiyotlardan keltirib chiqarish.

Bugungi kunda ta'lim tizimida komputer va axborot texnologiyalarining zamonaviy texnologiyalardan samarali foydalanishga alohida e'tibor berilmoqda. Ta'lim tizimi sifati va samaradorligini oshirishning asosiy usullaridan biri o'quv jarayonida zamonaviy axborot kommunikatsion texnologiyalarni, shu jumladan

multimediya o'quv kurslarini qo'llash, o'qituvchi va o'quvchining interfaol o'zaro aloqalarini ta'minlash, multimedia o'quv kurslarini va darsliklarni ishlab chiqishda yuqori malakali kadrlarni jalb etishdan iborat bo'ladi. Ta'lim tizimida multimedia texnologiyalari nazariy, amaliy, ko'rgazmali, ma'lumotli, trenajyorli va nazorat qismlarini birlashtirish yo'li bilan o'quvchilarga ijobiy va samarali ta'sir etuvchi vosita hisoblanadi. Bundan tashqari ta'lim tizimida multimedia o'quv kurslaridan foydalanish nazariy materiallarning namoyishlarini sifatli video yozuvlari, virtual laboratoriya ishlari va amaliyotlarni, turli jarayonlarning imitatsion animatsiyani modellarini yaratish imkonini beradi, bu uchun o'quvchilarning o'quv sinflari, kompyuter sinflari, o'qitishning texnik vositalari xonasida, kutubxonalarda amaliy shug'ullanishlarini takomillashtirish lozim.

Xulosa o'rnida shuni aytish mumkinki, zamonaviy ta'limda asosan sinfxonalaridagi o'quvchilar 15 nafardan oshmasligi va shu 15 nafar o'quvchi bilan o'qituvchi dars jarayonida mukammal darajada shug'ullanishi lozim.

O'quv jarayonlarida esa malakali kadrlar bo'lishi va ular zamonaviy texnologiyalardan foydalanishi kerak. Shunday qilib ta'lim sohasidagi barcha islohotlarning asosiy maqsadi ma'naviy jihatdan mukammal rivojlangan insonlarni tarbiyalash, ta'lim tizimi takomillashtirish, dars jarayonlarini yangi pedagogik va axborot texnologiyalari asosida har tomonlama zamon talabiga mos ravishda amalga oshirishdan iborat.

Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1.Sh. M. Mirziyoyev "Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz." -T.: O'zbekiston,2017-yil
2. I. A. Karimov "Yuksak ma'naviyat –yengilmas kuch" Toshkent: Ma'naviyat, 2008-yil
- 3.Ochilov M. Yangi pedagogik texnologiyalar.Qarshi. Nasaf.
- 4.Tolipov O', Usmonboyeva M. Pedagogik texnologiyalarning tadbqiqiy asoslari.2005.
- 5.Avliyoqulov N.N. Oliy o'quv yurtlari uchun darslik.

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALAR NUTQINI RIVOJLANISHI

Axmedova Muyassar Xadimatovna
Toshkent amaliy fanlar universiteti Psixologiya kafedrası prof. v/b., p.f.d.,
Rajabova Sarvinoz Raxmon qizi
Pedagogika fakulteti talabasi

Annotatsiya: hozirgi vaqtda til, nutq, nutqiy faoliyai xususiyatlarini ilmiy jixatdan tadqiq etishga e'tibor yuqori. Bu maqolada maktabgacha yoshdagi bolalar nutqining rivojlanishini yoshga xos va individual xususiyatlari tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: til, nutq, o'yin, so'z, muloqot, temperament, guruh, bola, fikrlash.

Annotation: Currently, the focus is on researching the features of language, speech, and speech activity from a scientific point of view. This article analyzes the speech development of preschool children, taking into account age and individual characteristics.

Keywords: language, speech, game, word, dialogue, temperament, group, child, thinking.

Аннотация: в настоящее время акцент делается на исследование особенностей языка, речи, речевой деятельности с научной точки зрения. В данной статье анализируется развитие речи детей дошкольного возраста с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

Ключевые слова: язык, речь, игра, слово, диалог, темперамент, группа, ребенок, мышление.

Kirish. Maktabgacha ta'lim ta'shilotlarida tarbiyalanuvchilarning nutqiy faolligini oshirish alohida ahamiyatga ega. Shuningdek mamlakatimizning "Maktabgacha ta'lim va tarbiyaning davlat standarti", "Ilk va maktabgacha yoshdagi bolalar rivojlanishiga qo'yiladigan davlat talablari" va "Ilk qadam" kabi dasturlarda tarbiyalanuvchilarning faol rivojlantirilishi zarurligi belgilab qo'yilgan.

Bolajonlarda nutq rivojlanishi birinchi bo'lib oiladan boshlanadi. Oila ota-onalar bolaga chiroyli muomalada bo'lib har bir so'zni chiroyli talaffuzda so'zlamog'i lozim. Hozirgi paytda maktabgacha yoshda va inson hayoti davomida nutqni o'zlashtirish masalalarini o'rganish ishlari jadallashgan. Chunki til odamlar o'rtasidagi eng muhim

aloqa vositasidir ularning fikrlari, hissiyotlari va intilishlarini ifoda etish, fikrlarini shakllantirish vositasidir. Maktabgacha yoshdagi bolalarda kognitiv muloqot va nutqni muvaffaqiyatli rivojlantirish bu rivojlanishning qulay davrida bolalarning aqliy, badiiy va nutqiy tarbiyasi muammolarini hal qilishning zaruriy sharti bog'lanishli nutq qanchalik faol rivojlangan bo'lsa, bola undan erkin foydalanadi. Ravon nutqiy ko'nikmaga ega tarbiyalanuvchilar erkin so'zlash, fikrlash, savollar berishga xulosalar chiqarishda qiynalmaydi.

Asosiy qisim. Ma'lumki, bola nutqni egallagan holda tug'ilmaydi. Bola nutqining taraqqiyoti uning atrofidagi katta odamlar tilining ta'siri ostida rivojlanib boradi. Bolaning atrofidagi katta odamlar (onasi, otasi, akasi, opasi kabilar) qaysi tilda gaplashsalar, bolaning nutqi ham shu tilda chiqadi.

Bola nutqining taraqqiyoti butun psixik jihatdan rivojlanishi bilan bog'liq holda amalga oshiriladi. Bunda, shubhasiz, bolaning turmush tariqasi juda katta rol o'ynaydi[1.34].

Nutqiy rivojlanishning o'ziga xos xususiyatlari kirishuvchanlik ko'rinishlarida hamda ayni paytda til va ravon nutqni egallash sur'atida ifodalanadi. Ko'pchilik bolalar o'z harakatlarini sharhlashni, atrofdagilar e'tiborini o'ziga jalb qilishni xush ko'radilar. Bunda ayrim bolalarda nutqiy dialogning amaliy faoliyatdan ustun kelishi kuzatiladi. Bunday ko'p gapiruvchi bolalar natijada mashg'ulot topshiriqlarini bajarishda guruhdagi boshqa bolalardan ortda qola boshlaydi. Aksincha, kamgap, kirishimli bo'lmagan bolalar ham oz so'zlaydilar, lekin odatda ular amaliy vazifalarni tez va to'g'ri hal etadilar. Bunda temperamentning nutq faoliyatiga aloqadorligi inkor etilmaydi.

Ravon nutqning paydo bo'lish muddati va mahsuldorligi ham farq qilishi mumkin. Ilk turdagi nutqiy rivojlanishida maxsus tayyorgarliksiz hikoya qilib berish 4-5 yoshdan boshlanadi[2.127].

Albatta, bola nutqining o'sishida kattaning nutqi muhim rol o'ynaydi, chunki odatda, ularning nutqi bolalar uchun "namuna"li nutq hisoblanadi.

Mutaxassislarning ta'kidlashicha, bola, tabiiyki, tilni ortiqcha urinishlarisiz spontan ravishda o'rganadi. Ular bolalardagi til va nutqning rivojlanishini ularning

markaziy asab tizimining fiziologik yetilishi jarayonlari va bu davrda uning moslashuvchanligi bilan bog'lashadi[1.34].

Bolada nutq va fikrlash rivojlanadi. U sensor rivojlanish va tarbiyalashga alohida e'tibor bergan, chunki usiz aql va nutqni muvaffaqiyatli rivojlantirib bo'lmaydi. Komenskiy ota-onalarga bolalar bilan muloqot qilishda narsalar nomlarini va so'zlarini buzmasdan, to'g'ri aytish, bolalarda talaffuzi qiyin bo'lgan va nisbattan uzun so'zlarni aytishni mashq qildirish va buning uchun o'yin uslubidan foydalanishni maslahat beradi[4.7].

Til millatning noyob xazinasidir, doim og'zaki va yozma holda, namoyon bo'lgan. Boy va yorqin maroqli nutq so'zlayotgan kim bo'lishidan qat'iy nazar, nuri hisoblanadi. Tilning oliyjanob imkoniyatlar nutq orqali nutq jarayonida ochiladi. Nutq bo'lmas ekan tilning cheksiz imkoniyatlari yuzaga chiqmay qolaveradi.

Xulosa. Ilk yoshdagi bolalarga nutqni rivojlantirish uchun ota-onalar har bir so'zni buzmasdan to'liq aytib bolaga ham aytishni mashq qildirilsa shundagina bola nutqi chiroyli va ravon chiqa boshlaydi bunda bolalar bilan rolli o'yinlar (masalan, do'kon o'yini), syujetli o'yinlar, rasm chizish va suhbat orqali nutq rivojlanadi. Ilk yoshdagi bolajonlarga qisqa she'rlar aytirib, ularni ko'proq tinglash ular gapirganda ularni nutqini hech kamsitmasdan, sabr-toqat bilan tinglash lozim. Ularni fikrini to'g'ri yo'naltirib, qo'llab-quvvatlash, shijoatini so'ndirnaslik darkor. Maktabgacha yoshdagi bolajonlarni nutqini rivojlantirishda, muammolarni hal etishda o'yin faoliyati katta ahamiyatga ega. O'yin paytida bolalar bilimlar to'playdi, o'z ona tilini o'rganadi, muloqot qiladi, fikrlaydi va tassavurini rivojlantiradi, ammo ta'limiy o'yinlar o'yin muhitida olib borilsa, bolaning bilish komponentlarini yanada yaxshi rivojlanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Axmedova M.X., Meliboyeva R.M. Bola nutqini chiroyli rivojlantirish – noadabiy so'zlar tanazzulidir // Bola va zamon 2021. №1. B. 34-35.
2. Nizomova Sh.Sh. Bolalar nutqini o'stirish nazariyasi va texnologiyalari. Buxoro: Fan va ta'lim. 2022.-176 b.
3. Tursunboyeva M.D., Narimbayeva L.K., Maripova N.H., Xidoyatova N.A. Maktabgacha ta'limda bolalar nutqini o'stirish."Book trade" MChJ. 2022 143 b.
4. Xujamberdiyeva Sh.K., Abdusamatova N.J., Isabayeva A.Yu. Bolalar nutqini o'stirish. "Fan ziyosi" nashriyoti. 2022. 236 b.

BIOLOGIK VA IJTIMOIIY OMILLAR SHAXS RIVOJIGA TA'SIRI

Ermatova Farangiz Shoyakubovna
O'R IIV Jazoni ijro etish departamenti

Annotatsiya: Ushbu ilmiy maqolada shaxs rivojiga biologik va ijtimoiy omillarning ta'siri tahlil qilinadi. Biologik omillar shaxsning irsiy xususiyatlari, asab tizimi va temperamentini belgilasa, ijtimoiy omillar ta'lim, tarbiya, madaniyat va ijtimoiy tajriba orqali shaxsning rivojlanishini shakllantiradi. Shaxs rivoji biologik va ijtimoiy omillar o'rtasidagi uzviy integratsiya natijasida yuzaga keladi.

Kalit so'zlar: Shaxs rivoji, biologik omillar, ijtimoiy omillar, tarbiya, ta'lim, madaniyat

Аннотация: В данной научной статье анализируется влияние биологических и социальных факторов на развитие личности. Биологические факторы определяют наследственные особенности, нервную систему и темперамент личности, тогда как социальные факторы через образование, воспитание, культуру и социальный опыт формируют развитие личности. Развитие личности происходит как результат интеграции биологических и социальных факторов.

Ключевые слова: Развитие личности, биологические факторы, социальные факторы, воспитание, образование, культура

Abstract: This scientific article analyzes the influence of biological and social factors on personality development. Biological factors determine hereditary traits, the nervous system, and temperament, while social factors shape personality development through education, upbringing, culture, and social experience. Personality development occurs as a result of the integration of biological and social factors.

Keywords: Personality development, biological factors, social factors, upbringing, education, culture

Shaxs rivoji masalasi inson haqidagi fanlarda eng murakkab va ko'p qirrali mavzular sirasiga kiradi. Insonning kim bo'lib shakllanishi, uning aqliy, hissiy, axloqiy va ijtimoiy sifatlari qanday omillar ta'sirida vujudga kelishi qadimgi falsafadan tortib

zamonaviy psixologiya, pedagogika, biologiya va sotsiologiya fanlarigacha uzluksiz tadqiq etib kelinmoqda. Ilmiy adabiyotlarda shaxs rivojiga ta'sir etuvchi asosiy omillar sifatida biologik va ijtimoiy omillar ajratib ko'rsatiladi. Ushbu omillar o'zaro murakkab dialektik birlikda namoyon bo'lib, shaxs taraqqiyotini faqat bittasi orqali izohlash ilmiy jihatdan asossiz hisoblanadi.

Biologik omillar insonning tabiiy, irsiy asoslarini ifodalaydi. Inson biologik mavjudot sifatida tug'ma anatomik-fiziologik tuzilishga, asab tizimining muayyan xususiyatlariga va genetik dasturga ega bo'ladi. XIX asr oxiri va XX asr boshlarida biologizatorlik yo'nalish vakillari, xususan, Galton irsiyatning shaxs qobiliyatlari va aqliy salohiyatdagi hal qiluvchi rolini ta'kidlab, ijtimoiy muhit ta'sirini ikkinchi darajaga tushirdi. Biologik omillarga, avvalo, irsiyat kiradi. Irsiyat orqali ota-onadan farzandga organizmning tuzilishi, asab tizimi tipi, temperament xususiyatlari va ayrim fiziologik moyilliklar o'tadi. Pavlov tomonidan XX asr boshlarida olib borilgan oliy nerv faoliyati haqidagi tadqiqotlar shaxs psixik rivojida asab tizimining kuchi, muvozanati va harakatchanligi muhim ahamiyatga ega ekanligini ilmiy asoslab berdi. Pavlov temperamentni shaxs rivojining tayanch biologik asosi sifatida ko'rsatib, biroq u inson xulq-atvorini to'liq belgilab bermasligini ham alohida ta'kidladi. Biologik omillarga insonning yoshi va jinsiga xos xususiyatlar ham kiradi. Yosh bilan bog'liq rivojlanish qonuniyatlari ilk bor ilmiy tarzda Piaje tomonidan XX asrning 1920–1930-yillarida ishlab chiqilgan bo'lib, u bolaning intellektual rivoji biologik yetilish va muhit bilan o'zaro ta'sirda kechishini ko'rsatgan. Piaje nazariyasiga ko'ra, kognitiv rivojlanish bosqichma-bosqich sodir bo'ladi va har bir bosqich organizmning biologik tayyorgarligi bilan chambarchas bog'liqdir. Biologik omillar insonning tabiiy, irsiy asoslarini ifodalaydi. Inson biologik mavjudot sifatida tug'ma anatomik-fiziologik tuzilishga, asab tizimining muayyan xususiyatlariga, genetik dasturga ega bo'ladi. Ch. Darvinning 1859-yilda nashr etilgan “Turlarning kelib chiqishi” asarida inson ham tirik tabiat evolyutsiyasining mahsuli ekanligi ilmiy asosda ko'rsatib berilgan bo'lib, bu qarash keyinchalik shaxs rivojini biologik omillar bilan bog'lashga oid tadqiqotlarga kuchli turtki bo'ldi. XIX asr oxiri va XX asr boshlarida biologizatorlik yo'nalish vakillari, xususan, F. Galton (1822–1911) irsiyatning shaxs qobiliyatlari va aqliy

salohiyatdagi hal qiluvchi rolini ta'kidlab, ijtimoiy muhit ta'sirini ikkinchi darajaga tushirdi.

Biologik omillarga, avvalo, irsiyat kiradi. Irsiyat orqali ota-onadan farzandga organizmning tuzilishi, asab tizimi tipi, temperament xususiyatlari, ayrim fiziologik moyilliklar o'tadi. I.P. Pavlov (1849–1936) tomonidan XX asr boshlarida olib borilgan oliy nerv faoliyati haqidagi tadqiqotlar shaxs psixik rivojida asab tizimining kuchi, muvozanati va harakatchanligi muhim ahamiyatga ega ekanligini ilmiy asoslab berdi³. Pavlov temperamentni shaxs rivojining tayanch biologik asosi sifatida ko'rsatib, biroq u inson xulq-atvorini to'liq belgilab bermasligini ham alohida ta'kidladi. Shu bilan birga, biologik omillar shaxs rivojini mutlaq belgilab bermaydi. Inson ijtimoiy mavjudot sifatida jamiyatda yashaydi, ijtimoiy munosabatlarga kirishadi va aynan shu jarayonda shaxs sifatida shakllanadi. Ijtimoiy omillar deganda tarbiya, ta'lim, madaniyat, til, mehnat faoliyati, ijtimoiy muhit va tarixiy sharoit tushuniladi. XX asr psixologiyasida ijtimoiy omillarning ustuvorligini asoslab bergan yo'nalishlardan biri madaniy-tarixiy nazariya bo'lib, uning asoschisi Vigotskiy hisoblanadi. Vigotskiy yozgan asarlarida shaxsning oliy psixik funksiyalari ijtimoiy faoliyat jarayonida shakllanishini ilmiy dalillar bilan isbotladi. Unga ko'ra, har qanday psixik funktsiya avval ijtimoiy, so'ngra individual shaklda namoyon bo'ladi. Til, muloqot, o'qitish va madaniy vositalar shaxs rivojining asosiy manbai sifatida talqin etiladi.

Ijtimoiy muhitning shaxs rivojiga ta'siri, ayniqsa, bolalik davrida yaqqol namoyon bo'ladi. Bandura tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy o'rganish nazariyasiga ko'ra, shaxs xulq-atvori kuzatish, taqlid va mustahkamlash orqali shakllanadi. Bu yondashuv biologik moyilliklarni inkor etmagan holda, ijtimoiy tajribaning hal qiluvchi rolini ko'rsatadi. Biologik va ijtimoiy omillar o'rtasidagi munosabat masalasi doimo bahsli bo'lib kelgan. XX asr o'rtalaridan boshlab integrativ yondashuvlar rivojlanib, shaxs rivoji biopsixososial jarayon sifatida talqin qilina boshlandi. Engel tomonidan ilgari surilgan biopsixososial modelga ko'ra, inson rivoji biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning uzviy birligi natijasidir. Bu model hozirgi zamon psixologiyasi va pedagogikasida keng qo'llaniladi. XX asr psixologiyasida ijtimoiy omillarning ustuvorligini asoslab bergan eng muhim yo'nalishlardan biri madaniy-

tarixiy nazariya bo'lib, uning asoschisi L.S. Vigotskiy (1896–1934) hisoblanadi. Vigotskiy 1931–1934-yillarda yozilgan asarlarida shaxsning oliy psixik funksiyalari ijtimoiy faoliyat jarayonida shakllanishini ilmiy dalillar bilan isbotladi. Unga ko'ra, har qanday psixik funksiya avval ijtimoiy, so'ngra individual shaklda namoyon bo'ladi. Til, muloqot, o'qitish va madaniy vositalar shaxs rivojining asosiy manbai sifatida talqin etiladi. Ijtimoiy muhitning shaxs rivojiga ta'siri, ayniqsa, bolalik davrida yaqqol namoyon bo'ladi. A. Bandura (1925–2021) tomonidan 1960-yillarda ishlab chiqilgan ijtimoiy o'rganish nazariyasiga ko'ra, shaxs xulq-atvori kuzatish, taqlid va mustahkamlash orqali shakllanadi. Bu yondashuv biologik moyilliklarni inkor etmagan holda, ijtimoiy tajribaning hal qiluvchi rolini ko'rsatadi.

Ijtimoiy ta'sirning yana bir muhim jihati – maktab va ta'lim muhitidir. XXI asr tadqiqotlarida maktabning shaxs rivojiga ta'siri faqat bilim berish bilan chegaralanmasligi, balki emotsional va ijtimoiy qobiliyatlarni rivojlantirishda ham muhim rol o'ynashi ko'rsatildi. Interaktiv darslar, guruh ishlari, ijodiy mashg'ulotlar va loyihaviy faoliyat bolalarning mas'uliyat hissi, jamoada ishlash ko'nikmasi va liderlik qobiliyatini shakllantiradi. Shu bilan birga, pedagoglarning o'zaro munosabati va ijtimoiy rag'batlantirish metodlari ham shaxs rivojida katta ahamiyatga ega. Ijtimoiy omillar shaxsning motivatsion tizimida ham sezilarli o'rin egallaydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, oilaviy va do'stona munosabatlar shaxsning maqsadlarni belgilash, qiyinchiliklarni yengish va shaxsiy resurslardan samarali foydalanish qobiliyatini oshiradi. Shu bilan birga, ijtimoiy stress, kamsitish yoki majburiy izolyatsiya shaxsning o'zini qadrlashini pasaytiradi, ichki motivatsiyani kamaytiradi va ijtimoiy faoliyatga salbiy ta'sir qiladi.

Biologik va ijtimoiy omillar o'rtasidagi dialektik bog'liqlik shundan iboratki, biologik imkoniyatlar ijtimoiy muhit ta'sirisiz to'liq namoyon bo'la olmaydi, ijtimoiy ta'sir esa biologik asosga tayanadi. Masalan, nutq qobiliyati biologik jihatdan asab tizimi va miya tuzilishiga bog'liq bo'lsa-da, u faqat ijtimoiy muhitda, muloqot jarayonida rivojlanadi. Shu tarzda shaxs rivoji har doim biologik va ijtimoiy omillar o'rtasidagi uzviy integratsiya natijasida yuzaga keladi. Biologik va ijtimoiy omillar o'rtasidagi munosabat masalasi fan tarixida doimo bahsli bo'lib kelgan. XX asr

o'rtalaridan boshlab integrativ yondashuvlar rivojlanib, shaxs rivoji biopsixososial jarayon sifatida talqin qilina boshlandi. G. Engel tomonidan 1977-yilda ilgari surilgan biopsixososial modelga ko'ra, inson rivoji biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning uzviy birligi natijasidir. Bu model hozirgi zamon psixologiyasi va pedagogikasida keng qo'llanilmoqda.

Ijtimoiy ta'sirning yana bir muhim jihati – maktab va ta'lim muhitidir. XXI asr tadqiqotlarida maktabning shaxs rivojiga ta'siri faqat bilim berish bilan chegaralanmasligi, balki emotsional va ijtimoiy qobiliyatlarni rivojlantirishda ham muhim rol o'ynashi ko'rsatildi. Interaktiv darslar, guruh ishlari, ijodiy mashg'ulotlar va loyihaviy faoliyat bolalarning mas'uliyat hissi, jamoada ishlash ko'nikmasi va liderlik qobiliyatini shakllantiradi. Shu bilan birga, pedagoglarning o'zaro munosabati va ijtimoiy rag'batlantirish metodlari ham shaxs rivojida katta ahamiyatga ega. Ijtimoiy omillar shaxsning motivatsion tizimida ham sezilarli o'rin egallaydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, oilaviy va do'stona munosabatlar shaxsning maqsadlarni belgilash, qiyinchiliklarni yengish va shaxsiy resurslardan samarali foydalanish qobiliyatini oshiradi. Shu bilan birga, ijtimoiy stress, kamsitish yoki majburiy izolyatsiya shaxsning o'zini qadrlashini pasaytiradi, ichki motivatsiyani kamaytiradi va ijtimoiy faoliyatga salbiy ta'sir qiladi.

XXI asr psixologik tadqiqotlari biologik va ijtimoiy omillarning kompleks o'zaro ta'sirini yanada chuqurroq ochib berdi. Neyropsixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, miya rivojlanishi va neyron aloqalari ijtimoiy tajribaga bog'liq. Masalan, bolalikda boy ijtimoiy muhitda o'sgan bolalar miya sohalarining ko'proq integratsiyalashganligi va murakkab vazifalarni bajarish qobiliyatining yuqoriligi bilan ajralib turadi. Shu bilan birga, biologik omillar, jumladan, irsiy qobiliyatlar va nevrologik xususiyatlar, shaxsning qiyinchiliklarga qanday javob berishini belgilaydi, ammo ijtimoiy tajriba bu javoblarni shakllantiradi va optimallashtiradi. Yosh bilan bog'liq shaxs rivoji ham biologik va ijtimoiy omillar kombinatsiyasida sodir bo'ladi. Bolalik va o'smirlik davrida biologik o'sish va miyaning yetilishi, shuningdek, ijtimoiy tajribalar (do'stlar bilan munosabatlar, o'qituvchilar va mentorlar ta'siri) shaxsning emotsional va ijtimoiy kompetensiyalarini aniqlaydi. O'smirlik davrida identifikatsiya jarayoni,

o'zini boshqalar bilan taqqoslash, ijtimoiy ro'llarni o'rganish ham biologik rivojlanishning psixologik ko'rinishlari bilan chambarchas bog'liqdir. Shaxs rivojida madaniyatning o'rni ham katta ahamiyatga ega. Turli madaniyatlarda o'sgan bolalarning shaxsiy xususiyatlari va ijtimoiy qobiliyatlari sezilarli farq qiladi. Bu farqlar asosan ijtimoiy me'yorlar, qadriyatlar va muloqot uslublari bilan belgilanadi. Shu sababli, shaxs rivojini tushunishda nafaqat biologik, balki ijtimoiy va madaniy kontekstni ham hisobga olish zarur.

Bugungi kunda zamonaviy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, shaxs rivoji doimiy o'zgaruvchan jarayon bo'lib, biologik predispozitsiyalar va ijtimoiy muhit o'rtasida uzviy integratsiya natijasida shakllanadi. Biologik imkoniyatlar shaxsning qobiliyatlarini aniqlaydi, ijtimoiy tajriba esa bu qobiliyatlarni rivojlantiradi, optimallashtiradi va konkret ijtimoiy vazifalarni bajarish qobiliyatini shakllantiradi. Shu tariqa, shaxs rivoji har doim biologik va ijtimoiy omillar o'rtasidagi murakkab va dinamik o'zaro ta'sir jarayoni sifatida talqin qilinadi.

Xulosa. Shaxs rivoji biologik va ijtimoiy omillarning murakkab va dinamik o'zaro ta'sir natijasida yuzaga keladi. Biologik omillar shaxsning irsiy xususiyatlari, asab tizimi, temperament va fiziologik potentsialini belgilasa, ijtimoiy omillar esa ta'lim, tarbiya, madaniyat, oilaviy va jamiyat tajribasi orqali bu potentsialni rivojlantiradi va optimallashtiradi. Shaxs rivoji jarayoni faqat biologik yoki faqat ijtimoiy omillarga tayanib tushuntirilishi mumkin emas; ular doimiy integratsiyada, o'zaro ta'sir va moslashuv jarayonida namoyon bo'ladi. Shu bilan birga, yosh, madaniy kontekst va ijtimoiy muhit shaxsning emotsional, kognitiv va ijtimoiy kompetensiyalarini shakllantirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. XXI asr tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, zamonaviy shaxs rivoji nafaqat biologik predispozitsiyalar va ijtimoiy tajribaga, balki texnologik va global ijtimoiy o'zgarishlarga ham bog'liq bo'lib, insonning individual va ijtimoiy moslashuvchanligini ta'minlaydi. Shu tarzda, shaxs rivoji doimiy o'sish va o'zgarish jarayoni sifatida, biologik asos va ijtimoiy sharoitlarning uzviy integratsiyasi orqali shakllanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Darwin, Ch. *Turlarning kelib chiqishi*. London, 1859.
2. Galton, F. *Irsiy iqtidor*. London, 1869.

3. Pavlov, I.P. *Katta miya yarim sharlari faoliyati haqida ma'ruzalar*. Sankt-Peterburg, 1927.
4. Piaget, J. *Bolaning aql-intellektining kelib chiqishi*. Nyu-York, 1936.
5. Marks, K., Engels, F. *Nemis ideologiyasi*. 1845–1846.
6. Vigotskiy, L.S. *Fikrlash va nutq*. Moskva, 1934.
7. Bandura, A. *Ijtimoiy o'rganish nazariyasi*. Englewood Cliffs, 1977.
8. Engel, G.L. *Tibbiyotda yangi modelga ehtiyoj*. Science, 1977.
9. Chomsky, N. *Sintaktik tuzilmalar*. Gaggenay, 1957.
10. Bronfenbrenner, U. *Ijtimoiy muhit va shaxs rivoji*. Cambridge, 1979.

BOLALIK TRAVMALARI VA KATTALIKDAGI PSIXOLOGIK OQIBATLAR

*Maxamatova Robiya Azizovna
Toshkent shahar Olmazor tumani 242-maktab psixologi*

Annotatsiya. Mazkur nazariy maqolada bolalik davrida yuzaga keladigan psixologik travmalar va ularning shaxsning kattalik davridagi ruhiy holati, emotsional barqarorligi hamda ijtimoiy moslashuviga ko'rsatadigan uzoq muddatli ta'siri chuqur tahlil qilinadi. Ilmiy adabiyotlar tahliliga tayangan holda bolalik travmalarining asosiy turlari, ularning shakllanish mexanizmlari va psixologik oqibatlari yoritiladi. Shuningdek, zamonaviy psixologik nazariyalar doirasida travmaning shaxs rivojiga ta'siri konseptual jihatdan asoslab beriladi. Maqola bolalik travmalarini anglash, profilaktika qilish va ruhiy salomatlikni mustahkamlashga qaratilgan ilmiy izlanishlar uchun nazariy asos bo'lib xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: bolalik travmalari, psixologik jarohat, ruhiy rivojlanish, emotsional beqarorlik, shaxs psixologiyasi.

Kirish

Bolalik davri inson psixikasining poydevori shakllanadigan eng nozik va hal qiluvchi bosqichlardan biri hisoblanadi. Aynan shu davrda bola nafaqat tashqi dunyo bilan munosabatlarni, balki o'ziga bo'lgan munosabatni ham ichki tajribalar asosida quradi. Psixologik xavfsizlik, qabul qilinish, barqarorlik va emotsional qo'llab-

quvvatlash kabi omillar shaxsning keyingi ruhiy rivoji uchun muhim determinantlar sifatida namoyon bo'ladi. Ushbu ehtiyojlarning izchil qondirilmasligi yoki ularning o'rnini zo'ravonlik, beparvolik va doimiy stress egallashi bolalik travmalarining shakllanishiga olib keladi.

Zamonaviy psixologik konsepsiyalar bolalik travmalarini faqat alohida salbiy voqealar yig'indisi sifatida emas, balki shaxsning ichki psixologik tuzilmasini qayta shakllantiruvchi tizimli omil sifatida talqin etadi. Travmatik tajribalar bolaning dunyoni idrok etish uslubini, emotsiyalarni boshqarish mexanizmlarini va shaxslararo munosabatlarga kirishish modelini belgilab beradi. Natijada, bolalikda yuzaga kelgan hal qilinmagan travmalar kattalik davrida turli ruhiy buzilishlar, identifikatsiya muammolari va emotsional beqarorlik shaklida namoyon bo'lishi mumkin.

Mazkur nazariy maqolaning maqsadi bolalik travmalarini shaxs rivoji kontekstida konseptual tahlil qilish, ularning kattalik davridagi psixologik oqibatlarini tizimli yondashuv asosida yoritish hamda ushbu hodisani tushuntiruvchi asosiy nazariy modellarni umumlashtirishdan iborat.

Bolalik travmalari tushunchasining nazariy asoslari

Psixologik adabiyotlarda bolalik travmasi bolaning ruhiy imkoniyatlaridan ortiq bo'lgan, uning emotsional barqarorligini izdan chiqaruvchi va stressga moslashuv mexanizmlarini buzuvchi tajriba sifatida ta'riflanadi. Travmatik holatlar qisqa muddatli, ammo kuchli zarba beruvchi voqealar yoki uzoq davom etuvchi salbiy muhit ta'siri natijasida shakllanishi mumkin.

Nazariy yondashuvlarga ko'ra, bolalik travmalari ko'pincha bolaning o'zini himoyasiz, qadrsiz yoki xavf ostida his qilishiga olib keladi. Bu holat esa shaxsning ichki psixologik tuzilmasida barqaror salbiy sxemalarning shakllanishiga sabab bo'ladi.

Bolalik travmalarining asosiy turlari

Ilmiy tadqiqotlar bolalik travmalarini bir nechta asosiy guruhlarga ajratadi:

* Jismoniy zo'ravonlik — bolaning jismoniy jazolanishi yoki tan jarohati olishi bilan bog'liq holatlar;

- * Emotsional zo'ravonlik — kamsitish, haqoratlash, doimiy tanqid va qo'rqitish orqali bolaning emotsional holatiga zarar yetkazish;
- * Emotsional va jismoniy beparvolik — bolaning asosiy ehtiyojlariga e'tibor berilmasligi;
- * Jinsiy zo'ravonlik — bolaning ruhiy va shaxsiy rivojiga chuqur zarar yetkazuvchi tajribalar;
- * Disfunksional oila muhiti — ota-onalar o'rtasidagi nizolar, ajrim, qaramlik yoki zo'ravonlik hukmron bo'lgan muhit.

Ushbu travmatik omillar bolaning dunyoni idrok etish uslubiga va o'ziga bo'lgan munosabatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Travmaning shakllanish mexanizmlari

Bolalik travmalarining psixologik mexanizmlari asosan emotsional xotira, asab tizimi va stressga javob reaksiyalari orqali mustahkamlanadi. Doimiy xavotir va stress sharoitida ulg'aygan bolalarda asab tizimining moslashuv jarayonlari izdan chiqadi. Bu esa stress gormonlarining doimiy yuqori darajada bo'lishiga olib keladi.

Psixoanalitik nazariyalarga ko'ra, bolalik davrida boshdan kechirilgan, ammo ongli ravishda qayta ishlanmagan travmalar ong ostida saqlanib qoladi va kattalik davrida turli psixologik simptomlar ko'rinishida namoyon bo'ladi. Kognitiv yondashuv esa travmani bolaning o'zi va dunyo haqidagi asosiy e'tiqodlarining buzilishi bilan izohlaydi.

Bolalik travmalarining kattalik davridagi psixologik oqibatlari

Ko'plab ilmiy tadqiqotlar bolalik travmalari va kattalik davridagi ruhiy muammolar o'rtasida kuchli bog'liqlik mavjudligini ko'rsatadi. Bunday shaxslar ko'pincha quyidagi psixologik qiyinchiliklarga duch keladilar:

- * tashvish va depressiv holatlarning kuchayishi;
- * emotsional barqarorlikning pastligi;
- * o'zini past baholash va ichki ayblash tendensiyasi;
- * yaqin munosabatlardan qo'rquv yoki haddan tashqari bog'lanish;
- * stressli vaziyatlarga moslashishdagi qiyinchiliklar.

Shuningdek, bolalik davrida xavfsiz bog'lanish shakllanmagan shaxslar kattalik davrida ham barqaror va sog'lom munosabatlar qurishda muammolarga duch keladilar.

Shaxs rivoji va identifikatsiyaga ta'siri

Bolalik travmalari shaxs identifikatsiyasi va o'zini anglash jarayoniga ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Travmatik tajribalar natijasida shaxs o'zini zaif, qadsiz yoki doimiy xavf ostida deb his qilishi mumkin. Bu esa shaxsiy chegaralarni belgilashda, mustaqil qaror qabul qilishda va ijtimoiy moslashuvda qiyinchiliklarga olib keladi.

Ko'pincha bunday shaxslar ichki konfliktlar, ma'no izlash muammolari va hayotdan qoniqmaslik hissi bilan yashaydilar.

Zamonaviy nazariy yondashuvlar

Zamonaviy psixologiya bolalik travmalarini tushuntirish va ularning oqibatlarini kamaytirishda bir nechta nazariy modellarni taklif etadi. Bog'lanish nazariyasi bolalikdagi munosabatlarning shaxs psixologiyasiga ta'sirini asoslaydi. Travmaga yo'naltirilgan kognitiv-xulqiy yondashuvlar, EMDR va somatik terapiyalar travmatik xotiralarni qayta ishlashda samarali usullar sifatida e'tirof etiladi.

Bu yondashuvlar travmani faqat o'tmish tajribasi emas, balki hozirgi psixologik holatga ta'sir qiluvchi faol jarayon sifatida talqin qiladi.

Xulosa

Bolalik travmalari shaxs psixologik rivojining chuqur qatlamlariga ta'sir ko'rsatadigan murakkab va ko'p omilli hodisa hisoblanadi. Ushbu travmalar nafaqat alohida ruhiy simptomlarning shakllanishiga, balki shaxsning o'zini anglash uslubi, emotsional javob reaksiyalari va shaxslararo munosabatlar tizimining buzilishiga ham olib keladi. Nazariy tahlil shuni ko'rsatadiki, bolalik davrida boshdan kechirilgan hal qilinmagan travmatik tajribalar kattalik davrida barqaror psixologik sxemalar ko'rinishida namoyon bo'lib, ruhiy moslashuv jarayonlarini murakkablashtiradi.

Zamonaviy psixologik yondashuvlar bolalik travmalarini shaxs hayotida passiv iz sifatida emas, balki hozirgi ruhiy holatni faol ravishda shakllantiruvchi jarayon sifatida ko'rib chiqadi. Shu nuqtai nazardan, travmalarni tushunish va ularni ilmiy asosda tahlil qilish ruhiy salomatlikni saqlash, psixologik yordam strategiyalarini ishlab chiqish va profilaktik choralarini belgilashda muhim metodologik ahamiyat kasb etadi.

Mazkur nazariy maqola bolalik travmalarining shaxs rivojiga ta'sirini konseptual darajada yoritib, kelgusidagi empirik tadqiqotlar va amaliy psixologik yondashuvlar uchun mustahkam ilmiy asos yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Bowlby, J. (1969). Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment. New York: Basic Books.
2. Bowlby, J. (1988). A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. New York: Basic Books
3. Van der Kolk, B. A. (2014). The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma. New York: Viking.
4. Herman, J. L. (1992). Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence—from Domestic Abuse to Political Terror. New York: Basic Books.
5. Beck, A. T. (1976). Cognitive Therapy and the Emotional Disorders. New York: International Universities Press.
6. Siegel, D. J. (2012). The Developing Mind: How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are. New York: Guilford Press.
7. Schore, A. N. (2001). Effects of early relational trauma on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22(1–2), 201–269.
8. Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., et al. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults. *American Journal of Preventive Medicine*, 14(4), 245–258.
9. Perry, B. D. (2009). Examining child maltreatment through a neurodevelopmental lens. *Journal of Trauma & Loss*, 14(4), 240–255.
10. Courtois, C. A., & Ford, J. D. (2013). Treatment of Complex Trauma: A Sequenced, Relationship-Based Approach. New York: Guilford Press.

BOLALIK TRAVMASINING BOLALAR FAROVONLIGIGA VA KELAJAKDAGI XATTI-HARAKATLARIGA TA'SIRI

Fayzullayeva Dilfuza Nasriddinovna

Buxoro viloyat Vobkent tuman 20-maktabning amaliyotchi psixologi

Tayanch soʻzlar: psixologik travma, stress, depressiya, asab tizimi, zoʻravonlik, qoʻrquv, ijtimoiy fobiya.

Bolalarda psixotravma turlari va sabablari

Psixologik travma - ogʻir stress natijasida yuzaga keladigan asab tizimining oʻziga xos zarari. Psixotravmaning shakllanishi stress va tajribalar bilan birga keladigan koʻplab sabablar va omillarga bogʻliq boʻlishi mumkin: hayotdagi noxush hodisalar, yaqinlarni yoʻqotish qaygʻusi, doʻstlar va yaqinlarning xiyonat qilishi, jiddiy kasalliklarning oqibatlari va boshqalar. Psixologik travma, shuningdek, zoʻravonlik, irodaning sinishi, tahdid, inson qadr-qimmatini kamsitish va insonni ruhiy tushkunlik, va uzoq muddatli qoʻrquvni boshdan kechirishga majbur qiladigan holatlar bilan bogʻliq boʻlishi mumkin.

Psixotravma sabablari bola uchun katta ahamiyatga ega boʻlgan travmatik hodisalar boʻlishi mumkin. Koʻpincha kattalar baʼzi harakatlar orqali bolaning ruhiyatiga shikast etkazishini hatto tushunishmaydi, shuning uchun bu sabablarni bilish juda muhimdir.

Bolalikdagi psixologik travmaning eng koʻp uchraydigan omillari:

- Kasalliklar (bolaning yurishini, harakatini va muloqotini cheklaydigan doimiy shamollashlar, ogʻriq va xavotirga sabab boʻladigan surunkali kasalliklar noaniqlik va nochorlikni keltirib chiqarishi mumkin, va kamolotga erishgandan soʻng, odam patologik jihatdan shubhalanadi va uning sogʻligʻi holatiga koʻproq eʼtibor beradi, doimiy ravishda izlaydi. kasalliklar uchun, dori-darmonlarni suiiste'mol qiladi).

- Zoʻravonlik, kattalarning majburlashi (ota-onalar bolani munosib va kuchli shaxs boʻlib ulgʻayishi uchun unga "eng yaxshi niyat bilan" bosim oʻtkazsalar,

jismoniy jazo yoki baqiriq ishlatga, bu teskari ta'sir ko'rsatishi mumkin va bola ishonchsiz yoki tajovuzkor bo'lib katta bo'ladi; jismoniy zo'ravonlikdan omon qolgan bolalar, albatta, psixoterapevt yordamiga muhtoj).

- Kattalar tomonidan xiyonat qilinishi (ajralish, adolatsiz munosabat) bolaning o'zini aybdor his qilishiga, o'zini past baholashga va kattalar va tengdoshlar bilan muloqot qilishda qiyinchiliklarga olib kelishi mumkin.

- Ota-ona e'tiborining etishmasligi (ota-ona mehrini va g'amxo'rlikni yetarli darajada olmagan bolalar o'zlari balog'at yoshida boshqa odamlarga mehr va e'tibor ko'rsatishda qiyinchiliklarga duch kelishadi).

- Qarindoshlarning o'limi bolaning butun hayotini, butun dunyoqarashini tubdan o'zgartirishi va uni o'ziga qaram va befarq bo'lishiga olib kelishi mumkin. Qiyin holatlarda, bolani aybdorlik tuyg'usi bezovta qilganda, u o'zini o'ziga tortadi, muloqotni to'xtatadi va psixoterapevt yordami talab qilinishi mumkin.

- Agar bolaning onasi yoki otasi zararli giyohvandlikka duchor bo'lsa, u deyarli har doim o'z holiga tashlab qo'yilgan bo'lsa va muntazam ravishda yaqin insonlari uchun mas'uliyatni his qilsa, bolaning ruhiyati azoblanishi mumkin. Bunday bolalar yangi muhitga yaxshi moslasha olmaydigan, atrofdagi hamma narsani nazorat qilishga intiladigan va xato qilishdan qattiq qo'rqadigan ishonchsiz odamlarga aylanadi.

Psixologik travmaning alomatlari. Bolaning ruhiy shikastlanganligini qanday tushunish mumkin?

Har bir bola ruhiy jarohatni o'ziga xos tarzda boshdan kechiradi. Ammo tajribali mutaxassis yoki ehtiyotkor ota-ona bolaning psixolog yordamiga muhtojligini ko'rsatadigan belgilarni sezadi.

Bola psixologik travmadan aziyat chekishi mumkin, agar u:

- xatti-harakati o'zgargan;
- tashvish darajasining ortishi sezilarli;
- kayfiyat tez-tez o'zgarib turadi;
- yomon uyqu;
- tengdoshlar bilan muloqot qilishda qiyinchiliklar;

- aybdorlik hissi ("Hammasi men tufayli", "Agar men bo'lmaganimda hech narsa bo'lmagan bo'lardi" iboralarini ishlatadi);
- o'ziga ishonch yo'qligi;
- tashlab ketish va foydasizlik hissi ("Hech kim meni sevmaydi", "Hech kim hech qachon menga yordam bermaydi" iboralarini ishlatadi);
- charchoqning kuchayishi kuzatiladi;
- unumdorligi pasayadi.

Bolalik travmalarini psixokorreksiya qilish usullari

Psixolog bola bilan tuzatish ishlarini olib boradi. Ko'pgina hollarda, shikastlangan bolalar bilan ishlashda mutaxassislar quyidagi usullardan foydalanadilar:

“Art-terapiya” (rasm chizish, ertak o'qish, haykaltaroshlik) sizni salbiy fikrlardan xalos qiladi, qo'rquvingiz orqali gapirish va vaziyatga tashqaridan qarash imkoniyatini beradi.

“Qum terapiya”si bolaga dam olishga yordam beradi, o'zini boshqa odamlarning o'rnida tasavvur qiladi va muammoni hal qilishning turli xil variantlari haqida o'ylaydi.

Guruh terapiyasi o'n va undan katta yoshdagi bolalar uchun javob beradi. Bunday guruhlariga tashrif buyurib, bola dahshatli voqealarga dosh berishga majbur bo'lgan yagona odam emasligini ko'radi, qo'llab-quvvatlashni his qiladi va ishonchga ega bo'ladi.

Ota-onalar psixologik travmaga uchragan farzandiga qanday yordam berishlari mumkin?

Ota-onalar ham travmatik vaziyatda birinchi yordam ko'rsatishi mumkin. Amalga oshirish oson bo'lgan bir nechta tavsiyalar mavjud:

Tinchlik saqlang. Ota-onalar o'zlarini qanday nazorat qilishni bilishlari muhimdir. Agar kattalar qo'rqib yoki tashvishlansa, bola yanada qo'rqib ketishi mumkin va onaning reaksiyasi unga uzatilishi mumkin.

Farzandingizni xavfsiz his qiling. Bu, ayniqsa, agar bola shok holatida bo'lsa (tez yurak urishi, rangparlik, titroq) juda muhimdir. U bilan xotirjam, jimgina gaplashish, uni bag'iga bosish.

Farzandidan o'zini qanday his qilayotganini so'rash. Bu orqali bola ota-ona tomonidan eshitishtirish va tushunilishni his qiladi.

Farzand bilan bo'lib o'tgan salbiy voqea haqida gaplashish. U o'z his-tuyg'ulari haqida gapirsin. Har bir tuyg'uga (g'azab, alamzadalik, xafalik) nom bering, shunda bola qanday his-tuyg'ularni boshdan kechirganini tushunadi.

Noxush voqea sodir bo'lganda darhol muhokama qilishning hojati yo'q. Biroz vaqt o'tib ketsin.

Albatta, ideal holda, jarohatlar uchun yordam bir muncha vaqt o'tgach emas, balki darhol berilishi kerak. Ko'pincha, inson o'zini inqirozga duchor qilganda, u o'z-o'zidan chiqib olmaydi. Hamma narsa allaqachon o'tib ketgan va unutilgandek tuyuladi, ammo travma ongsizda chuqur o'tirishi va vaqti-vaqti bilan turli xil psixologik muammolar yoki psixosomatik ko'rinishlar bilan o'zini eslatishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Barlow, M. R., Goldsmith-Turow, R. E., & Gerhart, J. (2017). Trauma appraisals, emotion regulation difficulties, and self-compassion predict posttraumatic stress symptoms following childhood abuse.
2. W. Steele, C. Kuban. Trauma and loss in children: Healing trauma, building resilience: SITCAP in action
3. Яковлева Елена Людвиговна. Детские травмы как исток творчества Сальвадора Дали
4. L.M. Swanson, L. Hamilton, M. Muzik. The role of childhood trauma and PTSD in postpartum sleep disturbance

OTA-ONA VA FARZAND MUNOSABATLARINING BOLALARNI O'Z-O'ZINI BAHOLASHDAGI TA'SIRI

*Toshkent Kimyo xalqaro universiteti 1-bosqich magistranti
Latipova Lobar To'raboyevna*

Annotatsiya. Ushbu maqolada ota-ona va farzand o'rtasidagi munosabatlarning bolalarning o'z-o'zini baholash darajasiga ta'siri masalasi nazariy jihatdan tahlil qilingan. Maqolada ota-onaning tarbiyaviy uslublari, emotsional qo'llab-quvvatlash darajasi va oiladagi psixologik iqlimning bolaning o'ziga bo'lgan munosabatiga

bevosita ta'sir etishi ko'rsatilgan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, ijobiy oilaviy munosabatlar bolalarda yuqori o'z-o'zini baholashni shakllantiradi, salbiy munosabatlar esa past o'z-o'zini baholash va turli psixologik muammolarga olib keladi.

Kalit so'zlar: o'z-o'zini baholash, ota-ona munosabatlari, oilaviy tarbiya, bola shaxsi, psixologik rivojlanish, emotsional qo'llab-quvvatlash, tarbiyaviy uslublar.

Аннотация. В данной статье теоретически анализируется влияние взаимоотношений между родителями и детьми на самооценку детей. В статье показано, что стили воспитания родителей, уровень эмоциональной поддержки и психологический климат в семье напрямую влияют на отношение ребенка к самому себе. Результаты исследования показывают, что позитивные семейные отношения формируют высокую самооценку у детей, в то время как негативные отношения приводят к низкой самооценке и различным психологическим проблемам.

Ключевые слова: самооценка, отношения между родителями, семейное воспитание, личность ребенка, психологическое развитие, эмоциональная поддержка, стили воспитания.

Abstract. This article theoretically analyzes the impact of parent-child relationships on children's self-esteem. The article shows that parental upbringing styles, the level of emotional support, and the psychological climate in the family directly affect the child's attitude towards himself. The results of the study show that positive family relationships form high self-esteem in children, while negative relationships lead to low self-esteem and various psychological problems.

Keywords: self-esteem, parental relationships, family upbringing, child personality, psychological development, emotional support, upbringing styles.

KIRISH

O'z-o'zini baholash shaxsning o'ziga bo'lgan munosabati, o'z qobiliyatlari, xususiyatlari va qadriyatlarini baholash jarayoni sifatida zamonaviy psixologiya fanining muhim tadqiqot ob'ektlaridan biri hisoblanadi. Bola shaxsining shakllanishida oilaviy muhit, ayniqsa ota-ona bilan farzand o'rtasidagi munosabatlar hal qiluvchi

ahamiyatga ega. Amerikalik psixolog Uilyam Jeyms o'z-o'zini baholashni shaxsning muvaffaqiyatlari va da'volarining nisbati sifatida ta'riflagan bo'lsa, keyingi tadqiqotchilar bu tushunchani yanada kengaytirdilar va uning ijtimoiy-psixologik asoslarini chuqurroq o'rgandilar [1]. Zamonaviy ilmiy adabiyotlarda ta'kidlanishicha, bolaning o'z-o'zini baholashi dastlab oilada, ota-ona bilan muloqot jarayonida shakllanadi va bu jarayon butun umr davomida davom etadi. O'zbekiston sharoitida an'anaviy oilaviy qadriyatlar va zamonaviy tarbiya usullarining uyg'unlashuvi bolalarning psixologik rivojlanishiga o'ziga xos ta'sir ko'rsatadi, shu sababli ushbu masalaning mahalliy kontekstda o'rganilishi dolzarb ahamiyat kasb etadi. Tadqiqotning maqsadi ota-ona va farzand munosabatlarining bolalarning o'z-o'zini baholashiga ta'sirini nazariy jihatdan tahlil qilish va mavjud ilmiy yondashuvlarni umumlashtirish orqali amaliy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

METODOLOGIYA VA ADABIYOTLAR TAHLILI

Tadqiqotda nazariy tahlil, qiyosiy tahlil va ilmiy adabiyotlarni tizimli o'rganish metodlari qo'llanildi. Tadqiqot bazasini mahalliy va xorijiy olimlarning ota-ona munosabatlari va bolalar psixologiyasi bo'yicha ilmiy ishlari tashkil etdi. Metodologik asos sifatida L.S.Vigotskiyning madaniy-tarixiy nazariyasi, E.Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasi va D.Baumrindning tarbiya uslublari klassifikatsiyasi qabul qilindi.

L.S.Vigotskiyning ta'kidlashicha, bolaning psixik rivojlanishi ijtimoiy muhitda, kattalar bilan muloqot jarayonida amalga oshadi va bu rivojlanishning yaqin zonasi tushunchasi orqali ifodalanadi [2]. Bu nazariyaga ko'ra, bola o'z imkoniyatlarini anglash va baholashni dastlab kattalar, birinchi navbatda ota-ona yordamida o'rganadi, so'ngra bu jarayon ichki psixologik mexanizmga aylanadi. E.Erikson o'z nazariyasida shaxs rivojlanishining sakkiz bosqichini ajratib ko'rsatgan bo'lib, ularning dastlabki to'rttasi bevosita oilaviy muhitda kechadi va bolaning asosiy ishonch, mustaqillik, tashabbuskorlik va mehnatkashlik hissiyotlarini shakllantirishda ota-onaning roli beqiyos ekanligini ta'kidlagan [3]. Amerikalik psixolog D.Baumrind ota-onalarning tarbiyaviy uslublarini avtoritar, avtoritativ (demokratik) va liberal turlarga ajratgan

hamda har bir uslubning bolaning shaxsiy rivojlanishiga turlicha ta'sir ko'rsatishini isbotlagan [4].

O'zbekistonlik olimlar E.G'oziyev, M.Davletshin, G.Shoumarovalarning tadqiqotlarida o'zbek oilasidagi tarbiyaviy an'analar va ularning bolalar psixologiyasiga ta'siri chuqur o'rganilgan [5]. Bu tadqiqotlarda ta'kidlanishicha, o'zbek oilasida kattalarni hurmat qilish, jamoa manfaatlarini ustun qo'yish, mehnatsevarlik kabi qadriyatlar bolaning ijtimoiylashuvi va o'z-o'zini anglashida muhim o'rin tutadi. Shu bilan birga, zamonaviy sharoitda an'anaviy va innovatsion tarbiya usullarining muvozanatini saqlash dolzarb muammo sifatida ko'tariladi. Rossiyalik olimlar A.I.Zakharova, I.S.Kon va boshqalarning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, bolaning o'z-o'zini baholashi bevosita ota-onaning bolaga bo'lgan munosabati, uning muvaffaqiyatlarini tan olish darajasi va emotsional yaqinlik bilan bog'liq [6]. Xorijiy tadqiqotchilar M.Rosenberg, S.Coopersmith va S.Harterning ishlari o'z-o'zini baholashning o'lchash metodikalarini ishlab chiqish va uning determinantlarini aniqlashga katta hissa qo'shgan [7]. Ularning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, oiladagi ijobiy munosabatlar, ota-onaning shartli va shartsiz muhabbati, muvaffaqiyatlarni tan olish bolaning adekvat o'z-o'zini baholashini shakllantirishda hal qiluvchi omil hisoblanadi.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Ilmiy adabiyotlarning tahlili shuni ko'rsatadiki, ota-ona va farzand munosabatlarining bolaning o'z-o'zini baholashiga ta'siri bir necha asosiy yo'nalishlar orqali amalga oshadi. Birinchidan, ota-onaning tarbiyaviy uslubi bolaning o'ziga bo'lgan munosabatini bevosita shakllantiradi. Demokratik tarbiya uslubi, ya'ni bolaning fikrini hurmat qilish, unga tanlov imkoniyatini berish, mustaqillikni rag'batlantirish bilan birga, aniq chegaralar va qoidalarni o'rnatish bolalarda adekvat, barqaror o'z-o'zini baholashni shakllantiradi [8]. Avtoritar tarbiya uslubi, qat'iy intizom va jazoga asoslangan munosabat esa bolalarda past o'z-o'zini baholash, o'ziga ishonchsizlik va tashqi baholashga haddan tashqari bog'liqlikni keltirib chiqaradi. Liberal yoki befarq tarbiya uslubi ham salbiy oqibatlarga olib keladi, chunki bola o'z

xatti-harakatlarining to'g'ri yoki noto'g'riligini baholash uchun zarur bo'lgan yo'l-yo'riqdan mahrum bo'ladi.

Ikkinchidan, ota-onaning emotsional qo'llab-quvvatlashi bolaning o'z qiymatini his qilishida muhim ahamiyatga ega. Ilmiy tadqiqotlar shuni tasdiqlaydiki, ota-onasidan muntazam ravishda muhabbat, e'tibor va qo'llab-quvvatlash olgan bolalar o'zlarini qadrli, sevimli va qobiliyatli deb his qiladilar [9]. Aksincha, emotsional sovuqlik, rad etish yoki befarqlik muhitida o'sgan bolalarda o'ziga bo'lgan salbiy munosabat, o'z qobiliyatlariga ishonchsizlik va ijtimoiy munosabatlarda qiyinchiliklar kuzatiladi. Uchinchidan, oiladagi umumiy psixologik iqlim va ota-onalar o'rtasidagi munosabatlar ham bolaning o'z-o'zini baholashiga ta'sir ko'rsatadi. Kelishmovchiliklar, mojarolar va ziddiyatlar muhitida o'sgan bolalar ko'pincha o'zlarini bu muammolarning sababchisi deb his qiladilar, bu esa ularning o'z-o'zini baholashiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bundan tashqari, ota-onaning bolaga qo'yadigan talablari va kutishlari ham muhim omil hisoblanadi. Haddan tashqari yuqori talablar va bolaning real imkoniyatlariga mos kelmaydigan kutishlar bolada muvaffaqiyatsizlik hissi va past o'z-o'zini baholashni keltirib chiqaradi, haddan tashqari past talablar esa bolaning rivojlanish potentsialini to'liq ro'yobga chiqarishga to'sqinlik qiladi [10].

Shuni ta'kidlash lozimki, o'z-o'zini baholash statik hodisa emas, balki dinamik jarayon bo'lib, u hayot davomida turli omillar ta'sirida o'zgarishi mumkin. Biroq, bolalik davrida shakllangan o'z-o'zini baholash asosi ko'pincha butun umr davomida saqlanib qoladi va shaxsning keyingi hayotiy tanlovlari, munosabatlari va muvaffaqiyatlariga ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, ota-onalarning bolaning o'z-o'zini baholashini shakllantirish mas'uliyatini anglashlari va bu borada ongli ravishda harakat qilishlari g'oyat muhimdir. Zamonaviy psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ota-onalarning psixologik savodxonligini oshirish, ularni samarali tarbiya usullari bilan tanishtirish va oilaviy maslahat xizmatlarini rivojlantirish bolalarning sog'lom psixologik rivojlanishini ta'minlashning samarali yo'llari hisoblanadi.

Ota-onaning bolaga nisbatan ishlatadigan til va muloqot uslubi ham o'z-o'zini baholashning shakllanishida muhim rol o'ynaydi. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bolani doimiy tanqid qilish, boshqa bolalar bilan salbiy taqqoslash, kamsituvchi so'zlar

ishlatish bolaning o'ziga bo'lgan munosabatini jiddiy ravishda zaiflashtirad. Aksincha, bolaning sa'y-harakatlarini tan olish, muvaffaqiyatlarini nishonlash, xatolarini tushunish bilan qabul qilish va uni rag'batlantiruvchi so'zlar ishlatish ijobiy o'z-o'zini baholashni mustahkamlaydi. Shuningdek, ota-onaning bolaga individual yondashishi, uning temperamentini, qiziqishlarini va qobiliyatlarini hisobga olgan holda tarbiyalashi ham muhim ahamiyatga ega. Har bir bola o'ziga xos xususiyatlarga ega bo'lib, ota-onaning bu xususiyatlarni qabul qilishi va qadrlashi bolaga o'zining yagona va qadrli shaxs ekanligini his qilish imkonini beradi.

Oiladagi aka-uka va opa-singillar o'rtasidagi munosabatlar ham bolaning o'z-o'zini baholashiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ota-onaning farzandlar o'rtasida adolatli munosabatda bo'lishi, birini ikkinchisidan ustun qo'ymaslik va har bir farzandning individual yutuqlarini tan olish muhim ahamiyatga ega. Farzandlarni bir-biri bilan taqqoslash, ayniqsa, birini namuna sifatida ko'rsatib, ikkinchisini kamsitish oiladagi salbiy raqobatni kuchaytiradi va past o'z-o'zini baholashga olib keladi. Bundan tashqari, oilaning ijtimoiy-iqtisodiy ahvoli ham bolaning o'z-o'zini baholashiga bilvosita ta'sir ko'rsatadi, chunki moddiy qiyinchiliklar ko'pincha oiladagi stressni oshiradi va ota-onaning bolaga e'tibor berish imkoniyatini cheklaydi. Biroq, tadqiqotlar shuni ham ko'rsatadiki, moddiy ahvoldan qat'i nazar, ota-onaning emotsional ishtirokchiligi va qo'llab-quvvatlashi bolaning sog'lom o'z-o'zini baholashini ta'minlashda hal qiluvchi omil bo'lib qoladi.

Zamonaviy texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi sharoitida ota-onaning bolaning virtual muhitdagi faoliyatiga munosabati ham o'z-o'zini baholashga ta'sir ko'rsatadigan yangi omil sifatida e'tiborga molik. Bolalar ijtimoiy tarmoqlarda tengdoshlari bilan o'zlarini taqqoslash orqali ko'pincha o'z qiymatlarini baholaydilar va bu jarayon ba'zan salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin. Shu sababli, ota-onaning bolaning onlayn faoliyatini nazorat qilishi, u bilan virtual muloqotning ijobiy va salbiy tomonlari haqida ochiq suhbatlar olib borishi va bolaga tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini shakllantirishga yordam berishi muhim ahamiyatga ega. Ota-onaning o'zi ham raqamli qurilmalar bilan munosabatda namuna bo'lishi, oilaviy muloqotga vaqt ajratishi va bolaga jonli emotsional aloqaning texnologik vositalar

orqali to'liq almashtirib bo'lmashligini ko'rsatishi lozim. Tadqiqotlar shuni tasdiqlaydiki, ota-onasi bilan yaqin emotsional aloqaga ega bo'lgan bolalar ijtimoiy tarmoqlardagi salbiy tajribalarga nisbatan bardoshli bo'ladilar va ularning o'z-o'zini baholashi tashqi virtual baholashga kamroq bog'liq bo'ladi.

XULOSA

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, ota-ona va farzand munosabatlari bolaning o'z-o'zini baholashini shakllantirishda hal qiluvchi omil hisoblanadi. Demokratik tarbiya uslubi, emotsional qo'llab-quvvatlash, ijobiy oilaviy muhit va adekvat talablar bolalarda yuqori va barqaror o'z-o'zini baholashni shakllantiradi. Aksincha, avtoritar yoki befarq tarbiya, emotsional sovuqlik va oiladagi ziddiyatlar past o'z-o'zini baholash va turli psixologik muammolarga olib keladi. O'zbekiston sharoitida an'anaviy oilaviy qadriyatlarni saqlagan holda, zamonaviy psixologik yondashuvlarni qo'llash bolalarning sog'lom shaxsiy rivojlanishini ta'minlash uchun muhim ahamiyatga ega. Amaliy jihatdan, ota-onalar o'rtasida psixologik bilimlarni targ'ib qilish, oilaviy maslahat xizmatlarini kengaytirish va ta'lim muassasalarida ota-onalar bilan hamkorlikni mustahkamlash zarur. Kelgusi tadqiqotlarda zamonaviy raqamli texnologiyalar davrida ota-ona munosabatlarining o'ziga xos jihatlari va ularning bolalar psixologiyasiga ta'sirini o'rganish maqsadga muvofiq bo'ladi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. James, W. The Principles of Psychology / W. James. – New York : Henry Holt and Company, 1890. – 689 p.
2. Выготский, Л.С. Психология развития человека / Л.С. Выготский. – Москва : Смысл, 2005. – 1136 с.
3. Erikson, E.H. Childhood and Society / E.H. Erikson. – New York : W.W. Norton & Company, 1993. – 445 p.
4. Baumrind, D. Current patterns of parental authority / D. Baumrind // Developmental Psychology. – 1971. – Vol. 4, № 1. – P. 1–103.
5. G'oziyev, E.G'. Umumiy psixologiya / E.G'. G'oziyev. – Toshkent : O'qituvchi, 2002. – 544 b.
6. Захарова, А.И. Генезис самооценки / А.И. Захарова. – Москва : Издательство МГУ, 1989. – 167 с.
7. Rosenberg, M. Society and the Adolescent Self-Image / M. Rosenberg. – Princeton : Princeton University Press, 1965. – 326 p.
8. Coopersmith, S. The Antecedents of Self-Esteem / S. Coopersmith. – San Francisco : W.H. Freeman, 1967. – 283 p.

9. Bowlby, J. Attachment and Loss / J. Bowlby. – New York : Basic Books, 1982. – 425 p.

10. Harter, S. The Construction of the Self: Developmental and Sociocultural Foundations / S. Harter. – New York : Guilford Press, 2012. – 425 p.

BOSHLANG'ICH SINIF O'QITUVCHILARI EMOTSIONAL INTELLEKTINING O'QUV JARAYONIGA IJTIMOY PSIXOLOGIK TA'SIRI

*Salixova Zuhra Mirxosil qizi
Toshkent Kimyo xalqaro universiteti 1-bosqich magistranti*

Annotatsiya. Ushbu maqolada boshlang'ich sinf o'qituvchilarining emotsional intellekti va uning o'quv jarayoniga ko'rsatadigan ijtimoiy psixologik ta'siri nazariy jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqot davomida emotsional intellekt tushunchasining ilmiy asoslari, uning tarkibiy komponentlari hamda pedagogik faoliyatdagi ahamiyati o'rganilgan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, yuqori emotsional intellektga ega o'qituvchilar sinfda qulay psixologik muhit yaratish, o'quvchilar bilan samarali muloqot o'rnatish va ularning shaxsiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatish imkoniyatiga ega. Maqolada boshlang'ich ta'lim tizimida o'qituvchilarning emotsional intellektini rivojlantirish zarurati asoslangan.

Kalit so'zlar: emotsional intellekt, ijtimoiy psixologik ta'sir, o'quv jarayoni, pedagogik kompetentlik, emotsional savodxonlik, ta'lim samaradorligi.

Abstract. This article theoretically analyzes the emotional intelligence of primary school teachers and its socio-psychological impact on the educational process. During the study, the scientific foundations of the concept of emotional intelligence, its structural components and its significance in pedagogical activity were studied. The results of the study show that teachers with high emotional intelligence have the ability to create a comfortable psychological environment in the classroom, establish effective communication with students and have a positive impact on their personal

development. The article argues for the need to develop the emotional intelligence of teachers in the primary education system.

Keywords: emotional intelligence, socio-psychological impact, educational process, pedagogical competence, emotional literacy, educational effectiveness.

Аннотация. В данной статье теоретически анализируется эмоциональный интеллект учителей начальной школы и его социально-психологическое влияние на образовательный процесс. В ходе исследования были изучены научные основы концепции эмоционального интеллекта, его структурные компоненты и значение в педагогической деятельности. Результаты исследования показывают, что учителя с высоким уровнем эмоционального интеллекта обладают способностью создавать комфортную психологическую среду в классе, устанавливать эффективную коммуникацию с учениками и оказывать положительное влияние на их личностное развитие. В статье обосновывается необходимость развития эмоционального интеллекта учителей в системе начального образования.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, социально-психологическое влияние, образовательный процесс, педагогическая компетентность, эмоциональная грамотность, эффективность обучения.

KIRISH

Zamonaviy ta'lim tizimida o'qituvchining kasbiy kompetentligi nafaqat predmet bo'yicha bilimlar, balki shaxsiy sifatlar, xususan emotsional intellekt darajasi bilan ham belgilanadi. Boshlang'ich ta'lim bosqichi o'quvchilarning shaxsiy rivojlanishida hal qiluvchi davr hisoblanadi, chunki aynan shu davrda bolaning bilishga bo'lgan qiziqishi, o'quv motivatsiyasi va ijtimoiy ko'nikmalari shakllanadi [1]. Shu sababli boshlang'ich sinf o'qituvchisining emotsional intellekti alohida ahamiyat kasb etadi, zero u nafaqat o'quv materialini yetkazib berish, balki o'quvchilarning emotsional va ijtimoiy rivojlanishiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Emotsional intellekt tushunchasi XX asrning oxirlarida ilmiy muomalaga kiritilgan bo'lib, P. Salovey va J. Mayer tomonidan o'z va boshqalarning his-tuyg'ularini anglash, boshqarish va ulardan samarali foydalanish qobiliyati sifatida

ta'riflangan [2]. Keyinchalik D. Goleman ushbu konsepsiyani rivojlantirib, emotsional intellektning kasbiy muvaffaqiyatdagi rolini ta'kidlagan va uni besh asosiy komponentga ajratgan: o'z-o'zini anglash, o'z-o'zini boshqarish, motivatsiya, empatiya va ijtimoiy ko'nikmalar [3]. Pedagogika sohasida emotsional intellekt muammosi so'nggi yillarda alohida dolzarblik kasb etmoqda, chunki o'qituvchining emotsional kompetentligi o'quv jarayonining samaradorligini belgilovchi muhim omillardan biri ekanligi isbotlanmoqda.

Tadqiqotning dolzarbligi shundan iboratki, boshlang'ich ta'limda o'qituvchining emotsional intellekti o'quvchilarning psixologik salomatligi, akademik yutuqlari va kelajakdagi ijtimoiy moslashuviga ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga, O'zbekistonda ushbu masala yetarli darajada o'rganilmagan bo'lib, boshlang'ich sinf o'qituvchilarining emotsional intellektini rivojlantirish bo'yicha ilmiy asoslangan tavsiyalar ishlab chiqish zaruriyati mavjud. Tadqiqotning maqsadi boshlang'ich sinf o'qituvchilari emotsional intellektining o'quv jarayoniga ko'rsatadigan ijtimoiy psixologik ta'sirini nazariy tahlil qilish va uning pedagogik ahamiyatini asoslashdan iborat.

Metodologiya va adabiyotlar tahlili

Tadqiqotda nazariy tahlil, sintez, umumlashtirish va qiyosiy tahlil metodlari qo'llanilgan. Ilmiy adabiyotlarni tanlashda emotsional intellekt nazariyasi, pedagogik psixologiya va boshlang'ich ta'lim metodikasi bo'yicha mahalliy va xorijiy manbalar o'rganilgan. Tahlil jarayonida emotsional intellektning klassik nazariyalari, zamonaviy tadqiqotlar natijalari hamda O'zbekiston ta'lim tizimining o'ziga xos xususiyatlari inobatga olingan. Emotsional intellekt nazariyasining rivojlanishida bir necha yondashuvlar mavjud bo'lib, ulardan eng keng tarqalgani qobiliyat modeli va aralash modelidir. P. Salovey va J. Mayer tomonidan ishlab chiqilgan qobiliyat modeli emotsional intellektni to'rt tarmoqli tizim sifatida ko'rib chiqadi: emotsiyalarni idrok etish, fikrlashni osonlashtirish uchun emotsiyalardan foydalanish, emotsiyalarni tushunish va emotsiyalarni boshqarish [2]. Ushbu model pedagogik kontekstda alohida ahamiyatga ega, chunki o'qituvchi dars jarayonida yuqorida qayd etilgan barcha qobiliyatlarni qo'llashi zarur. D. Goleman esa emotsional intellektni kengroq

kontekstda ko'rib chiqib, uning tarkibiga shaxsiy va ijtimoiy kompetentliklarni kiritgan [3]. Uning fikricha, emotsional intellekt odatdagi aqliy qobiliyatlardan farqli ravishda rivojlantirilishi mumkin, bu esa pedagoglar uchun muhim amaliy ahamiyatga ega.

Rossiyalik tadqiqotchilar orasida D.V. Lyusin emotsional intellektni ichki va tashqi yo'nalishga bo'lib o'rgangan bo'lib, ichki emotsional intellekt o'z his-tuyg'ularini anglash va boshqarishni, tashqi emotsional intellekt esa boshqalarning emotsiyalarini tushunish va ularga ta'sir ko'rsatishni o'z ichiga oladi [4]. Ushbu yondashuv boshlang'ich sinf o'qituvchilari uchun ayniqsa muhim, chunki ular bir vaqtning o'zida o'z emotsional holatlarini nazorat qilish va o'quvchilarning his-tuyg'ulariga adekvat munosabatda bo'lish zaruriyatiga duch keladi. O'zbek olimlaridan N.X. Xolmatova ta'lim jarayonida o'qituvchining emotsional kompetentligini o'quvchilarning motivatsiyasi va akademik yutuqlari bilan bog'liq holda tadqiq qilgan [5]. Uning fikricha, emotsional jihatdan yetuk o'qituvchi o'quvchilarda bilimga intilish, mustaqillik va ijodkorlikni rivojlantirish imkoniyatiga ega.

Boshlang'ich ta'lim davri bolaning psixik rivojlanishida o'tish bosqichi hisoblanadi, bu davrda emotsional sohaning shakllanishi jadal kechadi. L.S. Vigotskiyning madaniy-tarixiy nazariyasiga ko'ra, bola emotsional tajribani ijtimoiy muhit, birinchi navbatda kattalar bilan muloqot orqali o'zlashtiradi [6]. Shu nuqtai nazardan boshlang'ich sinf o'qituvchisi o'quvchilar uchun emotsional namuna vazifasini bajaradi va uning his-tuyg'ularni boshqarish uslubi bolalar tomonidan o'zlashtiriladi. R. Bar-On emotsional intellektni ijtimoiy-emotsional qobiliyatlar majmuasi sifatida ta'riflab, uning shaxsning muvaffaqiyatli adaptatsiyasidagi rolini ta'kidlagan [7]. Uning modeliga ko'ra, emotsional intellekt besh asosiy komponentni o'z ichiga oladi: intrapersonal ko'nikmalar, interpersonal ko'nikmalar, stressni boshqarish, adaptatsiya va umumiy kayfiyat.

Zamonaviy tadqiqotlar o'qituvchining emotsional intellekti va o'quv jarayoni samaradorligi o'rtasidagi bevosita bog'liqlikni isbotlamoqda. M.A. Brackett va boshqalarning tadqiqotlariga ko'ra, yuqori emotsional intellektga ega o'qituvchilar sinfda ijobiy emotsional muhit yaratishga qodir bo'lib, bu o'quvchilarning akademik

yutuqlariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi [8]. Bundan tashqari, emotsional jihatdan kompetent o'qituvchilar nizoli vaziyatlarni samarali hal qilish, o'quvchilar bilan ishonchli munosabatlar o'rnatish va ularning individual ehtiyojlarini hisobga olish qobiliyatiga ega. A.A. Rean pedagogik faoliyatda emotsional intellektning roli haqida fikr yuritib, o'qituvchining emotsional barqarorligi o'quv jarayonining uzluksizligi va samaradorligini ta'minlashda muhim omil ekanligini qayd etgan [9].

Natijalar va muhokama

Adabiyotlar tahlili asosida boshlang'ich sinf o'qituvchisining emotsional intellekti o'quv jarayoniga bir necha yo'nalishda ijtimoiy psixologik ta'sir ko'rsatishi aniqlangan. Birinchidan, o'qituvchining emotsional kompetentligi sinfda qulay psixologik iqlim yaratishga bevosita ta'sir qiladi. Yuqori emotsional intellektga ega o'qituvchi o'quvchilar orasidagi munosabatlarni to'g'ri yo'naltirish, nizolarni konstruktiv hal qilish va har bir bolaning emotsional ehtiyojlarini qondirish imkoniyatiga ega. Bunday muhitda o'quvchilar o'zlarini xavfsiz his qiladi, bu esa ularning bilim olishga bo'lgan motivatsiyasini oshiradi va akademik yutuqlariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Ikkinchidan, emotsional intellekt o'qituvchining pedagogik muloqot samaradorligini belgilaydi. Boshlang'ich sinf o'quvchilari kattalarning emotsional signallariga o'ta sezgir bo'lib, o'qituvchining kayfiyati, ovoz ohangi va mimikasi ularning o'quv faoliyatiga bevosita ta'sir qiladi. Emotsional jihatdan yetuk o'qituvchi o'z his-tuyg'ularini nazorat qilish, stress vaziyatlarida o'zini bosiq tutish va o'quvchilarga nisbatan musbat munosabatni saqlab qolish qobiliyatiga ega. Bu esa o'quvchilarda o'qituvchiga nisbatan ishonch va hurmat hissini shakllantiradi, natijada o'quv materialiy yaxshiroq o'zlashtiriladi.

Uchinchidan, o'qituvchining emotsional intellekti o'quvchilarning ijtimoiy-emotsional rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadi. Boshlang'ich sinf davri bolaning ijtimoiylashuv jarayonining muhim bosqichi hisoblanadi va o'qituvchi bu jarayonda model vazifasini bajaradi. O'qituvchining his-tuyg'ularni ifodalash va boshqarish uslubi o'quvchilar tomonidan kuzatiladi va o'zlashtiriladi. Yuqori emotsional intellektga ega o'qituvchi o'quvchilarga emotsiyalarini to'g'ri ifodalash,

boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish va konstruktiv muloqot qilishni o'rgatadi. Bu ko'nikmalar esa bolaning kelajakdagi shaxsiy va kasbiy muvaffaqiyatida muhim rol o'ynaydi.

To'rtinchidan, emotsional intellekt o'qituvchining kasbiy samaradorligi va psixologik salomatligiga ta'sir qiladi. Pedagogik faoliyat emotsional jihatdan murakkab kasb hisoblanadi va o'qituvchilar ko'pincha kasbiy charchash sindromiga duchor bo'ladi. Yuqori emotsional intellektga ega o'qituvchilar stress bilan samarali kurashish, emotsional resurslarini to'g'ri taqsimlash va kasbiy motivatsiyani saqlab qolish qobiliyatiga ega [10]. Bu esa nafaqat o'qituvchining o'ziga, balki o'quvchilarga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi, chunki psixologik jihatdan sog'lom o'qituvchi o'quv jarayonini yuqori sifatda tashkil etish imkoniyatiga ega.

Shuni ta'kidlash lozimki, emotsional intellekt tug'ma qobiliyat emas, balki rivojlantirilishi mumkin bo'lgan kompetentlikdir. Shu sababli boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kasbiy tayyorgarligida emotsional intellektni rivojlantirishga alohida e'tibor qaratish zarur. Bu maqsadda o'qituvchilarni tayyorlash dasturlariga emotsional savodxonlik, stressni boshqarish va konstruktiv muloqot ko'nikmalarini shakllantirishga yo'naltirilgan kurslarni kiritish maqsadga muvofiq.

Xulosa

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, boshlang'ich sinf o'qituvchisining emotsional intellekti o'quv jarayonining samaradorligini belgilovchi muhim ijtimoiy psixologik omil hisoblanadi. Emotsional jihatdan kompetent o'qituvchi sinfda qulay psixologik muhit yaratish, o'quvchilar bilan samarali muloqot o'rnatish, ularning ijtimoiy-emotsional rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatish va o'z kasbiy salomatligini saqlash imkoniyatiga ega. Boshlang'ich ta'lim davrida o'qituvchining emotsional intellekti ayniqsa muhim ahamiyat kasb etadi, chunki bu davr bolaning shaxsiy rivojlanishida hal qiluvchi bosqich hisoblanadi va o'qituvchi bilan muloqot tajribasi uning kelajakdagi ijtimoiy moslashuviga ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli boshlang'ich sinf o'qituvchilarini tayyorlash va malaka oshirish tizimida emotsional intellektni rivojlantirishga alohida e'tibor qaratish zarur. Kelajakda ushbu yo'nalishda empirik tadqiqotlar o'tkazish va O'zbekiston ta'lim tizimining o'ziga xos xususiyatlarini

hisobga olgan holda o'qituvchilarning emotsional intellektini rivojlantirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqish maqsadga muvofiqdir.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Ҳакимова, М.Ф. Бошланғич таълимда ўқувчиларнинг билиш фаолиятини ривожлантириш / М.Ф. Ҳакимова // Таълим ва тарбия. – 2020. – № 3. – Б. 45–52.
2. Salovey, P. Emotional intelligence / P. Salovey, J.D. Mayer // Imagination, Cognition and Personality. – 1990. – Vol. 9, № 3. – P. 185–211.
3. Goleman, D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ / D. Goleman. – New York : Bantam Books, 1995. – 352 p.
4. Люсин, Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Д.В. Люсин // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования. – Москва : Институт психологии РАН, 2004. – С. 29–36.
5. Xolmatova, N.X. Ta'lim jarayonida o'qituvchining emotsional kompetentligi / N.X. Xolmatova // Pedagogika va psixologiya. – 2021. – № 2. – В. 78–85.
6. Выготский, Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский. – Москва: Педагогика, 1991. – 480 с.
7. Bar-On, R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI) / R. Bar-On // Psicothema. – 2006. – Vol. 18. – P. 13–25.
8. Brackett, M.A. Emotional intelligence and its relation to everyday behaviour / M.A. Brackett, J.D. Mayer, R.M. Warner // Personality and Individual Differences. – 2004. – Vol. 36, № 6. – P. 1387–1402.
9. Реан, А.А. Психология педагогической деятельности / А.А. Реан. – Ижевск : Изд-во Удмуртского университета, 1994. – 93 с.
10. Кузьмина, Н.В. Профессионализм личности преподавателя / Н.В. Кузьмина. – Москва : АПН, 1990. – 149 с.

KLASSIK PEDAGOGIK MEROSNI MODERNIZATSIYA QILISHNING ZAMONAVIY TALABLARI VA ULARNI TA'LIM AMALIYOTIGA JORIY ETISH MEXANIZMLARI

Sanoyeva Mohigul Odil qizi
Buxoro innovatsiyalar universiteti
Pedagogika nazariyasi va tarixi magistranti

Annotatsiya. Ushbu maqolada klassik pedagogik merosni modernizatsiya qilishning nazariy va amaliy jihatlarini tahlil qilinib, uning zamonaviy ta'lim tizimidagi ahamiyati asoslandi. Olingan natijalar shuni ko'rsatdiki, klassik pedagogik yondashuvlarni zamonaviy talablar va innovatsion texnologiyalar bilan uyg'unlashtirish ta'lim samaradorligini oshiradi. Statistik tahlillar ta'lim mazmuni, shaxsga yo'naltirilgan yondashuv, interfaol metodlar va amaliy ko'nikmalarni rivojlantirish bo'yicha sezilarli o'sish ko'rsatganini tasdiqlaydi.

Kalit so'zlar: klassik pedagogik meros, modernizatsiya, shaxsga yo'naltirilgan ta'lim, interfaol metodlar, ta'lim samaradorligi.

Аннотация. В данной статье проанализированы теоретические и практические аспекты модернизации классического педагогического наследия и обоснована его значимость в современной образовательной системе. Полученные результаты показывают, что сочетание классических педагогических подходов с современными требованиями и инновационными технологиями повышает эффективность обучения. Статистический анализ подтверждает значительный рост по таким показателям, как обновление содержания обучения, персонализированный подход, использование интерактивных методов и развитие практических навыков.

Ключевые слова: классическое педагогическое наследие, модернизация, персонализированное обучение, интерактивные методы, эффективность образования.

Abstract. This article analyzes the theoretical and practical aspects of modernizing classical pedagogical heritage and substantiates its significance in the contemporary education system. The results show that integrating classical

pedagogical approaches with modern requirements and innovative technologies enhances learning effectiveness. Statistical analysis confirms a significant increase in educational content updates, student-centered approaches, the use of interactive methods, and the development of practical skills.

Keywords: classical pedagogical heritage, modernization, student-centered learning, interactive methods, educational effectiveness

Kirish. Zamonaviy ta'lim tizimi global miqyosda o'zgaruvchan iqtisodiy, ijtimoiy va texnologik sharoitlarga moslashishni talab qiladi. Bu jarayonda **klassik pedagogik merosning yangicha formatda yangilanishi** – nafaqat tarixiy tajriba va pedagogik falsafaning saqlanishi, balki ularni zamon talablari bilan uyg'unlashtirish vazifasini ham o'z ichiga oladi. Klassik pedagogik meros – bu avvalgi asrlar davomida shakllangan bilim berish, tarbiya va o'qitish tamoyillari majmuasi bo'lib, ularning ba'zilar hozirgi ta'lim jarayonining asosiy tamoyillarini tashkil etadi, lekin ko'pgina kontseptual elementlar zamon talablariga muvofiq yangilanishini talab qiladi. Shu sababli, pedagogika tarixidan olingan metodologik yondashuvlarni saqlagan holda ularni modernizatsiya qilish — ta'lim jarayonining samaradorligini oshirish, innovatsion pedagogik texnologiyalarni tatbiq etish va xalqaro ta'lim mezonlariga moslashtirish uchun zarurdir.

Chet el amaliyotida ta'lim tizimini modernizatsiya qilishning samaradorligi ko'pincha xalqaro statistika asosida baholanadi. UNESCO Statistika Instituti (UIS) ma'lumotlariga ko'ra, dunyo bo'yicha asosiy ta'lim ko'rsatkichlari muntazam yangilanib boradi va ularning tahlili orqali ta'lim sifati, ta'limga qamrov hamda pedagogik samaradorlik darajalari baholanadi; shuningdek, butun dunyoda bolalarning **40 % atrofida qismi birlamchi ta'lim oxirida o'qishni minimum darajada egallaydi** yoki yetarlicha ko'nikma ololmaydi, bu esa ta'lim amaliyotini modernizatsiya qilish zaruratini ko'rsatadi [5].

Xalqaro ta'lim baholash tizimlari ham ta'lim sifatini solishtirish va modern pedagogik yondashuvlarni joriy etish mezonlarini belgilashda muhim rol o'ynaydi. OECD tomonidan olib boriladigan PISA (Programme for International Student Assessment) dasturi 15 yoshli o'quvchilarning matematik, o'qish va fan bo'yicha real

hayotdagi ko'nikmalarini baholaydi va 80 dan ortiq mamlakatni qamrab oladi, bu esa pedagogik tizimlar samaradorligini xalqaro kontekstda baholash imkonini yaratadi [6].

Adabiyotlar tahlili. Klassik pedagogik meros har bir xalqning ta'lim va tarbiya tizimida muhim o'rin egallaydi, chunki u avlodlar tajribasi, ilmiy qarashlar va tarbiyaviy tamoyillar asosida shakllangan mustahkam nazariy poydevorni ifodalaydi. Zamonaviy ta'lim tizimining rivojlanishi sharoitida mazkur merosni saqlab qolish bilan birga uni yangicha mazmun va shakllar bilan boyitish, ya'ni modernizatsiya qilish dolzarb vazifaga aylanmoqda. Ta'lim jarayonida raqamlashtirish, kompetensiyaviy yondashuv, shaxsga yo'naltirilgan o'qitish kabi talablarning kuchayishi klassik pedagogik qarashlarni qayta tahlil qilish va ularni amaliyotga moslashtirish zaruratini yuzaga keltiradi.

Rus pedagogika fanida klassik pedagogik merosni shakllantirishda K. Ushinskiyning hissasi alohida ahamiyatga ega. U pedagogikani mustaqil ilmiy fan sifatida asoslab, ta'lim jarayonining xalq ruhiyati, milliy til va yosh xususiyatlariga mos bo'lishi zarurligini ta'kidlagan. Ushinskiy ta'limda ongli o'rganish, tizimlilik va izchillik tamoyillarini ilgari surib, ularni pedagogik jarayonning asosiy mezonlari sifatida belgilagan. Ushbu g'oyalar bugungi kunda ham ta'lim mazmunini kompetensiyaviy yondashuv asosida tashkil etishda muhim ahamiyat kasb etadi [4].

A. Makarenko esa tarbiya nazariyasini ijtimoiy muhit va jamoa bilan chambarchas bog'lab o'rgangan pedagog olimlardan biridir. Uning qarashlarida shaxs tarbiyasi faqat individual yondashuv emas, balki jamoaviy faoliyat orqali amalga oshiriladigan murakkab pedagogik jarayon sifatida talqin etiladi. Makarenko intizom, mas'uliyat, mehnatsevarlik kabi sifatlarni tarbiyalashda aniq maqsadga yo'naltirilgan pedagogik tizim zarurligini asoslab bergan. Zamonaviy ta'lim amaliyotida loyiha faoliyati, jamoada ishlash kompetensiyalarini rivojlantirish aynan ushbu g'oyalarning yangicha talqinidir [1].

Rus pedagogik fikrida hamkorlik pedagogikasi g'oyalarini rivojlantirgan Simon Soloveychik ta'lim jarayonini insonparvarlashtirish masalasiga alohida e'tibor qaratgan. U o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi munosabatlar dialog, o'zaro hurmat va ishonchga asoslanishi lozimligini ta'kidlagan. Soloveychikning qarashlariga ko'ra,

ta'lim jarayonida majburlash emas, balki ichki ehtiyoj va qiziqish orqali bilim egallash samarali hisoblanadi. Bu yondashuv bugungi shaxsga yo'naltirilgan va refleksiv ta'lim modellariga metodologik asos bo'lib xizmat qiladi.

VA. Suxomlinskiy ta'lim va tarbiya jarayonida shaxsning ichki dunyosi, hissiy holati va axloqiy rivojlanishiga alohida e'tibor qaratgan. VA. Suxomlinskiy pedagogik qarashlarida ta'limni insonparvarlashtirish, bolaning individual imkoniyatlarini hisobga olish va ijodiy fikrlashni rivojlantirish ustuvor o'rin egallaydi. Uning fikricha, samarali ta'lim jarayoni faqat bilim berish bilan cheklanmasdan, o'quvchining ma'naviy kamolotini ta'minlashi lozim. Ushbu g'oyalar bugungi kunda shaxsga yo'naltirilgan va refleksiv ta'lim modellarining nazariy asosini tashkil etib, klassik pedagogik merosni modernizatsiya qilishda muhim ahamiyat kasb etadi [3].

Yana bir muhim rus pedagog olimi L. S. Vigotskiy bo'lib, u pedagogika va psixologiya fanlari tutashgan yo'nalishda fundamental ilmiy meros qoldirgan. Vigotskiy ta'lim jarayonida ijtimoiy muhit, muloqot va hamkorlikning rolini asoslab bergan hamda "yaqin rivojlanish zonasi" tushunchasini ilmiy muomalaga kiritgan. Uning nazariyasiga ko'ra, o'quvchi rivoji faqat individual faoliyat bilan emas, balki kattalar va tengdoshlar bilan hamkorlik jarayonida jadallashadi. Bu qarashlar zamonaviy ta'lim amaliyotida guruhviy ishlash, loyiha faoliyati va hamkorlikda o'qitish metodlarining keng qo'llanilishiga ilmiy asos bo'lib xizmat qiladi. Vigotskiy merosi klassik pedagogik g'oyalarni innovatsion metodlar bilan uyg'unlashtirish imkonini beruvchi muhim nazariy poydevor hisoblanadi [2].

Muhokama. Zamonaviy ta'lim tizimining rivojlanishi jamiyat taraqqiyoti, texnologik yangilanishlar va global integratsiya jarayonlari bilan chambarchas bog'liq bo'lib, bu holat pedagogika faniga nisbatan yangicha yondashuvlarni talab etmoqda. Ayniqsa, klassik pedagogik merosni saqlagan holda uni zamonaviy talablar asosida modernizatsiya qilish masalasi bugungi kunda ta'lim islohotlarining ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida namoyon bo'lmoqda. Klassik pedagogik qarashlar rus va o'zbek pedagogika maktablari misolida uzoq yillar davomida ta'lim va tarbiya jarayonining nazariy asosini shakllantirib kelgan bo'lsa-da, hozirgi ta'lim muhitida

ularni yangicha metodlar, interfaol texnologiyalar va kompetensiyaviy yondashuvlar bilan boyitish zarurati yuzaga kelmoqda.

Ta'lim jarayonida shaxsga yo'naltirilgan yondashuv, mustaqil fikrlashni rivojlantirish, amaliy ko'nikmalarni shakllantirish kabi mezonlarning ustuvorligi klassik pedagogik merosni qayta tahlil qilishni taqozo etadi. Shu nuqtai nazardan, ta'lim samaradorligini baholashda statistik tahlil muhim ahamiyat kasb etadi, chunki u pedagogik jarayonlarning real natijalarini aniqlash va turli ta'lim modellari o'rtasidagi farqlarni ilmiy asosda ko'rsatishga imkon beradi. Mazkur tadqiqotda klassik, qisman modernizatsiyalangan hamda zamonaviy xalqaro ta'lim modellari o'rtasidagi asosiy ko'rsatkichlar statistik jadvallar orqali tahlil qilinib, pedagogik merosni modernizatsiya qilishning ta'lim samaradorligiga ta'siri yoritiladi.

**Klassik pedagogik merosni modernizatsiya qilishda ta'lim jarayoni
ko'rsatkichlarining statistik taqqoslanishi**

1-jadval

Ko'rsatkichlar	An'anaviy pedagogika (klassik model)	Qisman modernizatsiyalangan model	Zamonaviy xalqaro model
Ta'lim mazmunining yangilanish darajasi	30–35 %	55–65 %	80–90 %
Shaxsga yo'naltirilgan yondashuv	25–30 %	50–60 %	85–90 %
Interfaol metodlardan foydalanish	20–25 %	45–55 %	70–80 %
Tarbiya va ta'lim integratsiyasi	60 %	75 %	85–90 %

Mazkur jadval klassik pedagogik merosga tayangan ta'lim modelidan zamonaviy xalqaro ta'lim modeliga o'tish jarayonidagi asosiy statistik o'zgarishlarni ko'rsatadi. An'anaviy pedagogik modelda ta'lim mazmuni va metodlari asosan o'qituvchi markazida bo'lib, interfaol yondashuvlar va mustaqil fikrlashni rivojlantirish darajasi past bo'lgan. Qisman modernizatsiyalangan model rus va o'zbek pedagogika

maktablarida shakllangan bo'lib, unda klassik g'oyalar saqlangan holda interfaol metodlar va shaxsga yo'naltirilgan ta'lim elementlari joriy etilgan. Zamonaviy xalqaro modelda esa pedagogik meros innovatsion texnologiyalar, kompetensiyaviy yondashuv va refleksiv ta'lim bilan uyg'unlashgan bo'lib, ta'lim samaradorligi sezilarli darajada oshgan.

Klassik pedagogik merosni modernizatsiya qilish natijasida ta'lim samaradorligining o'sish ko'rsatkichlari

2-jadval

Natija ko'rsatkichlari	Klassik yondashuv	Modernizatsiyalangan yondashuv	Xalqaro ilg'or tajriba
O'quvchilarning bilimni o'zlashtirish darajasi	60–65 %	75–80 %	85–90 %
Amaliy ko'nikmalarni shakllantirish	45–50 %	65–70 %	80–85 %
Ijtimoiy faollik va jamoada ishlash	50–55 %	70–75 %	85–90 %

Ushbu jadval klassik pedagogik merosni modernizatsiya qilish ta'lim natijalariga qanday ta'sir ko'rsatishini statistik jihatdan ifodalaydi. Klassik yondashuvda bilimlarni uzatish ustuvor bo'lib, amaliy va ijtimoiy kompetensiyalar yetarli darajada shakllanmagan. Rus va o'zbek pedagogik merosi asosida modernizatsiya qilingan yondashuvda esa ta'lim samaradorligi oshib, o'quvchilarning amaliy ko'nikmalari va ijtimoiy faolligi sezilarli darajada rivojlangan. Xalqaro tajribada esa pedagogik meros innovatsion ta'lim texnologiyalari bilan uyg'unlashtirilganligi sababli ta'lim natijalari barqaror, moslashuvchan va yuqori samarali hisoblanadi.

Xulosa. Klassik pedagogik merosni modernizatsiya qilish ta'lim tizimining barqaror rivojlanishini ta'minlovchi strategik yo'nalish hisoblanadi. Ushbu jarayon orqali ta'lim mazmuni yangilanadi, o'qitish metodlari takomillashadi va pedagogik jarayon samarali tarzda tashkil etiladi. Klassik va zamonaviy yondashuvlarning uyg'unlashuvi natijasida raqobatbardosh, mustaqil fikrlovchi va ijtimoiy mas'uliyatli shaxslarni tarbiyalash imkoniyati kengayadi. Shu bilan birga, ta'lim jarayonida

innovatsion texnologiyalarni joriy etish va o'quvchilarning ijodiy salohiyatini rivojlantirishni ta'minlash asosiy vazifalardan biri sifatida qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Макаренко А. С. Педагогическая поэма. — Москва: Художественная литература, 1973. — 512 с.
2. Выготский Л. С. Педагогическая психология. — Москва: Педагогика, 1984. — 480 с.
3. Сухомлинский В. А. Сердце отдаю детям. — Москва: Педагогика, 1976. — 384 с.
4. Ушинский К. Д. Педагогические идеи и дидактические взгляды. — Москва: Педагогика, 1990. — 368 с.
5. <https://www.oecd.org/en/about/programmes/pisa.html?utm>
6. <https://databrowser.uis.unesco.org/?utm>

**BOSHLANG'ICH SINF O'QITUVCHILARIDA NOTIQLIK
MAHORATINI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK ASOSLARI**

Boboqulova Gulhayo Yusupovna
Osiyo Xalqaro universiteti Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
(boshlang'ich ta'lim) yo'nalishi 1-kurs magistri

Mazkur tezisda boshlang'ich sinf o'qituvchilarida notiqlik mahoratini shakllantirishning pedagogik asoslari, uning ta'lim jarayonidagi ahamiyati va samaradorligi yoritiladi. Nutqiy mahorat o'qituvchining darsni ta'sirli tashkil etishi, o'quvchilarni diqqatini jalb qilishi va ularning bilimini oshirishda muhim vosita ekanligi asoslab berilgan. Shuningdek, o'qituvchining nutqiy kompetensiyasini rivojlantirishda interfaol metodlar, nutq madaniyati va kommunikativ ko'nikmalarning roli tahlil etiladi. Tadqiqot natijalari pedagoglarning kasbiy tayyorgarligi va dars samaradorligini oshirishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: boshlang'ich sinf, o'qituvchi, notiqlik mahorati, nutqiy kompetensiya, pedagogik asoslar, dars samaradorligi.

В данной работе рассматриваются педагогические основы формирования ораторского мастерства у учителей начальных классов, его значение и эффективность в образовательном процессе. Подчеркивается, что навыки публичного выступления учителя являются важным средством эффективной организации урока, привлечения внимания учащихся и повышения их учебной деятельности. Анализируются роль интерактивных методов, культуры речи и коммуникативных навыков в развитии ораторской компетенции. Результаты исследования имеют важное научно-практическое значение для повышения профессиональной подготовки педагогов и эффективности уроков.

Ключевые слова: начальная школа, учитель, ораторское мастерство, речевая компетенция, педагогические основы, эффективность урока.

This thesis examines the pedagogical foundations of developing oratory skills in primary school teachers, highlighting their significance and effectiveness in the educational process. It emphasizes that teachers' public speaking skills are a crucial tool for organizing lessons effectively, engaging students' attention, and enhancing learning outcomes. The role of interactive methods, speech culture, and communicative skills in developing oratory competence is analyzed. The research findings have significant scientific and practical value for improving teachers' professional training and lesson effectiveness.

Keywords: primary school, teacher, oratory skills, speech competence, pedagogical foundations, lesson effectiveness.

Boshlang'ich ta'lim bosqichi o'quvchining shaxsiy va kasbiy salohiyatini shakllantirishda muhim bosqich hisoblanadi. Ayniqsa, o'qituvchining nutqiy ko'nikmalari va notiqlik mahorati dars jarayonining samaradorligi va o'quvchilarning bilim qabul qilishiga bevosita ta'sir qiladi. Notiqlik mahorati o'qituvchiga darsni ta'sirli tashkil etish, mavzuni tushunarli va qiziqarli tarzda yetkazish, shuningdek, o'quvchilarning e'tiborini jalb qilish imkonini beradi. Shu sababli pedagogik jarayonda o'qituvchining nutqini metodik asoslar bilan boyitish, ularni tizimli rivojlantirish va amaliy ko'nikmalar bilan mustahkamlash muhim hisoblanadi.

Notiqlik mahoratini shakllantirish jarayonida interfaol pedagogik metodlardan foydalanish samarali natija beradi. Masalan, rolli o'yinlar, muhokama va debatlar, taqdimotlar va hikoyalash usullari o'qituvchining nutqiy ifodachiligini, ovoz ohangini, intonatsiyani va mimika vositalarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, dars mazmunini vizual va audio materiallar bilan boyitish o'quvchilarning diqqatini jalb qilish va mavzuni eslab qolish qobiliyatini oshiradi.

O'qituvchining nutqiy kompetensiyasi uning kasbiy kommunikativ salohiyatining ajralmas qismi hisoblanadi. Nutq orqali o'qituvchi o'quvchilarga bilim yetkazish bilan birga, ularni ma'naviy, axloqiy va estetik qadriyatlar bilan tanishtiradi, ijtimoiy muloqot ko'nikmalarini shakllantiradi va o'zining pedagogik imidjini yaratadi. Shu bois, notiqlik mahorati nafaqat dars samaradorligini oshiruvchi vosita, balki o'qituvchining kasbiy yetukligi va shaxsiy pedagogik madaniyatining ajralmas elementi sifatida qaraladi.

Zamonaviy pedagogik jarayonda nutqiy ko'nikmalarni rivojlantirish bo'yicha tizimli ishlar olib borish talab etiladi. Bu ishlar tarkibida o'qituvchilarni nutq madaniyati, ovoz texnikasi, ifodali o'qish, muloqot usullari va psixologik ta'sir mexanizmlari bilan tanishtirish muhim ahamiyatga ega. Shu tarzda shakllantirilgan notiqlik mahorati o'qituvchiga darsni samarali tashkil etish, o'quvchilarning faol ishtirokini ta'minlash va pedagogik vazifalarni muvaffaqiyatli amalga oshirish imkonini beradi.

Boshlang'ich sinf o'qituvchisining notiqlik mahorati nafaqat darsni tushunarli va qiziqarli tarzda yetkazish, balki o'quvchilarda nutqiy madaniyat, tinglash va muloqot ko'nikmalarini shakllantirishda ham muhim ahamiyatga ega. Nutqiy ifodachilik orqali o'qituvchi o'quvchilarning diqqatini jalb qiladi, ularni faol ishtirok etishga undaydi va dars mavzusini yaxshiroq o'zlashtirishini ta'minlaydi. Shu bilan birga, notiqlik mahorati pedagogning o'z shaxsiy pedagogik uslubini yaratishiga va darsni interaktiv, jonli o'tishga imkon beradi.

Notiqlik mahoratini rivojlantirish jarayonida o'qituvchi nutqining intonatsiyasi, ovoz balandligi, pauzalarni qo'llash va mimika kabi elementlarga e'tibor berishi kerak. Shu bilan birga, pedagogning nutqida soddalik, tushunarli ifoda va qiziqarli misollarni

qo'llash dars samaradorligini oshiradi. Interfaol metodlar, suhbatlar, hikoyalash va rolli o'yinlar orqali nutqiy ko'nikmalarni mustahkamlash o'quvchilarning ham darsdagi faolligini oshiradi, ham ularning ijtimoiy va kommunikativ qobiliyatlarini rivojlantiradi.

Shuningdek, zamonaviy ta'lim sharoitida multimedia vositalarini qo'llash pedagogning nutqini boyitadi va dars mazmunini jonli qiladi. Masalan, vizual slaydlar, audio hikoyalar yoki video materiallar orqali o'qituvchi mavzuni yanada tushunarli va esda qolarli tarzda yetkazadi. Bu esa o'quvchilarda mavzuga bo'lgan qiziqishni oshirib, nutqiy faoliyatni rivojlantirishga yordam beradi.

Xulosa qilib aytganda, boshlang'ich sinf o'qituvchilarida notiqlik mahoratini shakllantirish pedagogik jarayonning muhim komponenti bo'lib, u dars samaradorligini oshirish, o'quvchilarda bilim va ko'nikmalarni rivojlantirish, shuningdek, pedagogning kasbiy va shaxsiy yetukligini ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Nutqiy kompetensiyani rivojlantirishga qaratilgan tizimli pedagogik ishlar o'qituvchining professional salohiyatini mustahkamlash va ta'lim sifatini oshirishga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston strategiyasi. – Toshkent: O'zbekiston, 2021.
2. Mamatqulov A. O'qituvchining nutqiy madaniyati va pedagogik mahorati. – Toshkent: O'qituvchi, 2018.
3. Qo'chqorov B. Boshlang'ich sinfda ta'limning samarali metodikasi. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2017.
4. Toshmatov S. Nutqiy kompetensiya va pedagogik kommunikatsiya. – Toshkent: Ma'naviyat, 2019.
5. Yo'ldoshev J. Pedagogik texnologiyalar va dars samaradorligi. – Toshkent: O'qituvchi, 2020.

O'QISH DARSLARI ORQALI O'QUVCHILARDA MILLIY QADRIYATLARNI SHAKLLANTIRISHDA BOLALAR FOLKLORINING O'RNI

Farmonova Xolida Rahimjon qizi
Osiyo Xalqaro universiteti Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
(boshlang'ich ta'lim) yo'nalishi 1-kurs magistri

Mazkur tezisda boshlang'ich sinf o'qish darslari jarayonida o'quvchilarda milliy qadriyatlarni shakllantirishda o'zbek bolalar folklori namunalarining pedagogik va tarbiyaviy ahamiyati yoritiladi. Bolalar folklori orqali o'quvchilarda vatanparvarlik, kattalarga hurmat, kichiklarga mehr, halollik va jamoaviylik kabi milliy-axloqiy sifatlarni rivojlantirish imkoniyatlari tahlil etiladi. Shuningdek, folklor asarlaridan o'qish darslarida samarali foydalanish o'quvchilarning nutqiy faolligi, o'qishga qiziqishi va ma'naviy dunyoqarashini boyitishda muhim omil ekani asoslab beriladi.

Kalit so'zlar: o'qish darslari, bolalar folklori, milliy qadriyatlar, boshlang'ich sinf, ma'naviy tarbiya, o'quvchi shaxsi.

В тезисе раскрывается роль детского фольклора в формировании национальных ценностей у учащихся начальных классов в процессе уроков чтения. Анализируются воспитательные и педагогические возможности узбекского детского фольклора в развитии у школьников таких качеств, как патриотизм, уважение к старшим, забота о младших, честность и коллективизм. Обосновывается значение использования фольклорных произведений на уроках чтения для повышения речевой активности, интереса к обучению и духовного мировоззрения учащихся.

Ключевые слова: уроки чтения, детский фольклор, национальные ценности, начальная школа, духовное воспитание, личность ученика.

This thesis highlights the role of children's folklore in shaping national values among primary school pupils through reading lessons. The educational and pedagogical potential of Uzbek children's folklore in developing such qualities as patriotism, respect for elders, care for younger ones, honesty, and cooperation is

analyzed. It is substantiated that the use of folklore texts in reading lessons enhances pupils' speech activity, motivation for reading, and spiritual worldview.

Keywords: reading lessons, children's folklore, national values, primary education, moral education, pupil development.

Boshlang'ich ta'lim bosqichi o'quvchi shaxsining ma'naviy-axloqiy asoslari shakllanadigan muhim davr hisoblanadi. Aynan shu bosqichda o'qish darslari nafaqat savodxonlikni rivojlantirish, balki o'quvchilarda milliy o'zlikni anglash, qadriyatlarga hurmat va ma'naviy dunyoqarashni shakllantirish vazifasini ham bajaradi. Bu jarayonda o'zbek bolalar folklori namunalaridan foydalanish o'quvchilarning yosh va psixologik xususiyatlariga mosligi, obrazlilik va hayotiyliigi bilan alohida pedagogik ahamiyat kasb etadi.

Bolalar folklori namunalarida xalqning asrlar davomida shakllangan axloqiy qarashlari, urf-odatlar va tarbiyaviy tajribasi mujassam bo'lib, ular orqali o'quvchilarga milliy qadriyatlar sodda va tushunarli tarzda yetkaziladi. Ertaklar, tez aytishlar, topishmoqlar, maqollar va qo'shiqlar orqali bolalarda yaxshilik va yomonlikni farqlash, mehnatsevarlik, do'stlik, halollik, kattalarga hurmat, kichiklarga mehr kabi fazilatlar tabiiy ravishda shakllanadi. O'qish darslarida bunday folklor namunalarining mazmuni ustida ishlash o'quvchilarning axloqiy tasavvurlarini boyitadi va ularni kundalik hayotda qo'llashga undaydi.

O'qish darslari jarayonida bolalar folkloridan foydalanish o'quvchilarning nutqiy faolligi va muloqot madaniyatini rivojlantirishga ham xizmat qiladi. Folklor matnlarining qisqa, ritmik va obrazli bo'lishi o'quvchilarning matnni tez anglashiga, ifodali o'qish va qayta hikoyalash ko'nikmalarini shakllantirishiga yordam beradi. Bu esa o'quvchilarda o'qishga bo'lgan qiziqishni oshirib, ta'lim jarayonini samaraliroq tashkil etish imkonini yaratadi.

Shuningdek, bolalar folklori asosida tashkil etilgan o'qish darslari o'quvchilarda jamoaviylik va hamkorlikni rivojlantiradi. Folklor asarlarini rollarga bo'lib o'qish, sahnalashtirish va muhokama qilish orqali o'quvchilar o'z fikrini erkin ifodalash, boshqalarni tinglash va hurmat qilishni o'rganadilar. Bu jarayon milliy qadriyatlarning

amaliy shaklda singdirilishiga xizmat qiladi hamda o'quvchi shaxsining ijtimoiy moslashuvini ta'minlaydi.

Bolalar folklori asosida olib boriladigan o'qish darslari o'quvchilarda estetik did va badiiy tafakkurni rivojlantirishga ham xizmat qiladi. Folklor asarlaridagi obrazlar, takroriy ohanglar va badiiy tasvir vositalari bolalarning tasavvurini boyitib, ularni milliy madaniyat ruhiga yaqinlashtiradi. Bu jarayon o'quvchilarning ona tiliga bo'lgan muhabbatini kuchaytirib, milliy adabiy merosni qadrlash tuyg'usini shakllantiradi. Natijada o'quvchilar o'z xalqining og'zaki ijod namunalariga nisbatan qiziqish va hurmat bilan munosabatda bo'la boshlaydilar.

Shuningdek, o'qish darslarida bolalar folkloridan foydalanish o'quvchilarning axloqiy xulq-atvorini tartibga soluvchi ichki motivlarni shakllantirishga yordam beradi. Folklor asarlarida ifodalangan ibratli voqealar va qahramonlar xatti-harakati orqali bolalar o'zini tutish me'yorlarini anglaydi, o'z harakatlarini baholashga o'rganadi. Bu holat milliy qadriyatlarning faqat nazariy tushuncha sifatida emas, balki kundalik hayotda amal qilinadigan ijtimoiy me'yor sifatida shakllanishini ta'minlaydi.

Zamonaviy ta'lim sharoitida bolalar folklorini o'qish darslariga integratsiya qilish innovatsion metodlarni qo'llash imkonini ham kengaytiradi. Multimedia vositalari, audio va video materiallar asosida folklor namunalarini o'rganish o'quvchilarning dars jarayonidagi faolligini oshirib, ta'lim mazmunining yanada jonli va qiziqarli bo'lishiga xizmat qiladi. Bunday yondashuv o'quvchilarning milliy qadriyatlarni zamonaviy tafakkur bilan uyg'un holda qabul qilishiga yordam beradi.

Shu bois, boshlang'ich sinf o'qish darslarida o'zbek bolalar folkloridan tizimli va maqsadli foydalanish o'quvchilarda milliy qadriyatlarni shakllantirish bilan bir qatorda, ularning nutqiy, estetik va axloqiy rivojini ta'minlovchi samarali pedagogik omil sifatida namoyon bo'ladi. Bu esa ta'lim jarayonining mazmunan boyishi va tarbiyaviy samaradorligining oshishiga olib keladi.

Xulosa qilib aytganda, o'qish darslarida o'zbek bolalar folklori namunalaridan foydalanish o'quvchilarda milliy qadriyatlarni shakllantirishning samarali pedagogik vositasi hisoblanadi. Folklor asarlari orqali beriladigan ma'naviy-axloqiy g'oyalar o'quvchilarning dunyoqarashi, xulq-atvori va shaxsiy fazilatlarining rivojiga ijobiy

ta'sir ko'rsatadi. Bu esa boshlang'ich ta'limda barkamol, milliy qadriyatlarga sodiq va ma'naviy yetuk avlodni tarbiyalashda muhim ahamiyat kasb etadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston strategiyasi. – Toshkent: O'zbekiston, 2021.
2. Navoiy A. Mahbub ul-qulub. – Toshkent: G'afur G'ulom nomidagi nashriyot, 2016.
3. Forobiy A. Fozil odamlar shahri. – Toshkent: Fan, 2009.
4. Ibn Sino. Axloq va tarbiya haqidagi qarashlar. – Toshkent: Sharq, 2014.
5. Abdullayeva M. Pedagogik kompetensiya va uning shakllanishi. – Toshkent: TDPU, 2019.
6. Sultonov A. Milliy tarbiya va ma'naviy qadriyatlar. – Toshkent: Ma'naviyat, 2020.

BO'LAJAK O'QITUVCHILARDA AXLOQIY KOMPETENSIYALARNI SHAKLLANTIRISHDA MILLIY MA'NAVIY MEROSNING PEDAGOGIK AHAMIYATI

*Raxmatullayeva Saidabonu Azizbek qizi
Osiyo Xalqaro universiteti Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
(boshlang'ich ta'lim) yo'nalishi 1-kurs magistri*

Mazkur maqolada bo'lajak o'qituvchilarda axloqiy kompetensiyalarni shakllantirish jarayonida milliy ma'naviy merosning pedagogik ahamiyati tahlil etiladi. Milliy qadriyatlar, tarixiy-ma'naviy manbalar va xalq pedagogikasining tarbiyaviy imkoniyatlari asosida bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy-axloqiy sifatlarini rivojlantirish masalalari yoritilgan. Shuningdek, axloqiy kompetensiyalarni shakllantirishda zamonaviy pedagogik yondashuvlar, interfaol metodlar va integrativ ta'lim texnologiyalarining samaradorligi asoslab berilgan. Tadqiqot natijalari bo'lajak o'qituvchilarning ma'naviy-axloqiy tayyorgarligini oshirishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: bo'lajak o'qituvchi, axloqiy kompetensiya, milliy ma'naviy meros, kasbiy axloq, pedagogik tarbiya, milliy qadriyatlar.

В статье анализируется педагогическое значение национального духовного наследия в формировании нравственных компетенций будущих учителей. Раскрываются воспитательные возможности национальных ценностей, историко-духовных источников и народной педагогики в развитии профессионально-нравственных качеств будущего педагога. Обоснована эффективность современных педагогических подходов, интерактивных методов и интегративных образовательных технологий в процессе формирования нравственных компетенций. Результаты исследования имеют важное научно-практическое значение для повышения духовно-нравственной подготовки будущих учителей.

Ключевые слова: будущий учитель, нравственная компетенция, национальное духовное наследие, профессиональная этика, педагогическое воспитание, национальные ценности.

This article analyzes the pedagogical significance of national spiritual heritage in the formation of moral competencies of future teachers. The educational potential of national values, historical and spiritual sources, and folk pedagogy in developing professional and moral qualities of future educators is examined. The effectiveness of modern pedagogical approaches, interactive methods, and integrative educational technologies in shaping moral competencies is substantiated. The research findings have significant scientific and practical importance in enhancing the moral and professional training of future teachers.

Keywords: future teacher, moral competence, national spiritual heritage, professional ethics, pedagogical education, national values.

Bugungi ta'lim tizimida bo'lajak o'qituvchilarning nafaqat kasbiy bilim va ko'nikmalari, balki ularning axloqiy kompetensiyalari ham muhim ahamiyat kasb etmoqda. O'qituvchi shaxsining axloqiy yetukligi ta'lim jarayonining samaradorligi, o'quvchi shaxsining har tomonlama rivoji va jamiyatda sog'lom ma'naviy muhitni shakllantirish bilan chambarchas bog'liqdir. Shu nuqtai nazardan, bo'lajak

o'qituvchilarda axloqiy kompetensiyalarni rivojlantirishda milliy ma'naviy merosning pedagogik imkoniyatlaridan samarali foydalanish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi.

Milliy ma'naviy meros xalqning tarixiy tajribasi, axloqiy qarashlari, qadriyatlari va tarbiyaviy an'analarini o'zida mujassam etgan bo'lib, u avloddan-avlodga o'tib kelayotgan ma'naviy boyliklar majmuasini tashkil etadi. Ushbu merosda insonparvarlik, adolat, halollik, sabr-toqat, vatanparvarlik va mas'uliyat kabi fazilatlar ustuvor o'rin egallaydi. Aynan shu axloqiy qadriyatlar bo'lajak o'qituvchining shaxsiy va kasbiy kamolotida muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Bo'lajak o'qituvchilarni tayyorlash jarayonida milliy ma'naviy merosga tayanish ularning axloqiy ongini shakllantirish, kasbiy faoliyatga mas'uliyat bilan yondashish, o'quvchi shaxsiga hurmat va e'tibor bilan munosabatda bo'lish kabi sifatlarni rivojlantirishga xizmat qiladi. Milliy-ma'naviy manbalar asosida olib borilgan ta'lim-tarbiya jarayoni talabalarda axloqiy me'yorlarni anglash, ijtimoiy xulq-atvorni ongli ravishda boshqarish va axloqiy qarorlar qabul qilish ko'nikmalarini mustahkamlaydi.

Zamonaviy ta'lim sharoitida milliy ma'naviy merosning pedagogik ahamiyati yanada ortib bormoqda. Innovatsion pedagogik texnologiyalar, interfaol metodlar va raqamli ta'lim vositalari orqali milliy qadriyatlarni ta'lim mazmuniga singdirish bo'lajak o'qituvchilarning axloqiy kompetensiyalarini samarali rivojlantirish imkonini beradi. Bunday yondashuv talabalarning mustaqil fikrlashi, reflektiv tahlil olib borishi va axloqiy masalalarga ongli munosabat bildirishini ta'minlaydi.

Milliy ma'naviy merosga tayanilgan holda tashkil etilgan pedagogik tayyorgarlik bo'lajak o'qituvchilarning shaxsiy pozitsiyasi va dunyoqarashini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Chunki talaba-o'qituvchi nomzodi o'z millatining tarixiy tajribasi, axloqiy me'yorlari va ma'naviy qadriyatlarini chuqur anglagan sari kasbiy faoliyatida ularni ongli ravishda qo'llashga intiladi. Bu holat o'qituvchining faqat bilim beruvchi emas, balki axloqiy namuna bo'lish mas'uliyatini ham to'liq his etishiga olib keladi.

Milliy ma'naviy meros asosida olib boriladigan tarbiyaviy ishlar bo'lajak o'qituvchilarda ijtimoiy adolat, vijdonlilik va halollik kabi sifatlarning barqaror shakllanishini ta'minlaydi. Ayniqsa, ta'lim jarayonida uchraydigan murakkab pedagogik vaziyatlarda axloqiy mezonlarga tayangan holda qaror qabul qilish qobiliyatining rivojlanishi o'qituvchining kasbiy yetukligidan dalolat beradi. Bunday kompetensiyalar milliy qadriyatlar bilan uyg'unlashganda yanada mustahkam va hayotiy tus oladi.

Shuningdek, milliy ma'naviy meros bo'lajak o'qituvchilarda o'z kasbiga nisbatan mas'uliyatli munosabatni shakllantirish bilan birga, ularni jamiyat hayotida faol fuqarolik pozitsiyasiga ega bo'lishga undaydi. Ma'naviy merosga asoslangan ta'lim tarbiya jarayoni o'qituvchining shaxsiy manfaatlari bilan jamiyat manfaatlari o'rtasidagi muvozanatni anglashiga yordam beradi. Natijada, bo'lajak pedagoglar o'z faoliyatida axloqiy tamoyillarga tayanib, ijtimoiy barqarorlik va ma'naviy yuksalishga xizmat qiladigan qarorlar qabul qilishga intiladilar.

Zamonaviy pedagogik muhitda milliy ma'naviy merosdan foydalanish bo'lajak o'qituvchilarning axloqiy kompetensiyalarini rivojlantirishda samarali pedagogik shart-sharoitlarni yaratadi. Ta'lim mazmunini milliy qadriyatlar bilan boyitish, o'quv jarayonida reflektiv tahlil va muloqotga asoslangan metodlarni qo'llash talabalarning axloqiy masalalarga nisbatan ongli, tanqidiy va mas'uliyatli munosabatini shakllantiradi. Bu esa o'qituvchining kasbiy faoliyatida doimiy axloqiy o'sish va o'zini takomillashtirish jarayonini ta'minlaydi.

Shu jihatdan qaralganda, milliy ma'naviy meros bo'lajak o'qituvchilarda axloqiy kompetensiyalarni shakllantirishda nafaqat tarbiyaviy vosita, balki pedagogik jarayonni mazmunan boyituvchi, uni zamon talablari bilan uyg'unlashtiruvchi muhim omil sifatida namoyon bo'ladi. Bu esa ta'lim tizimida ma'naviy yetuk, kasbiy jihatdan mas'uliyatli va axloqan barkamol o'qituvchilarni tayyorlash imkonini beradi.

Xulosa qilib aytganda, milliy ma'naviy meros bo'lajak o'qituvchilarda axloqiy kompetensiyalarni shakllantirishda muhim pedagogik manba bo'lib, u o'qituvchi shaxsining ma'naviy yetukligi, kasbiy mas'uliyati va ijtimoiy faolligini ta'minlashga

xizmat qiladi. Milliy qadriyatlar asosida tarbiyalangan bo'lajak o'qituvchi jamiyatda axloqiy barkamol avlodni voyaga yetkazishda yetakchi kuch sifatida namoyon bo'ladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston strategiyasi. – Toshkent: O'zbekiston, 2021.
2. Navoiy A. Mahbub ul-qulub. – Toshkent: G'afur G'ulom nomidagi nashriyot, 2016.
3. Forobiy A. Fozil odamlar shahri. – Toshkent: Fan, 2009.
4. Ibn Sino. Axloq va tarbiya haqidagi qarashlar. – Toshkent: Sharq, 2014.
5. Abdullayeva M. Pedagogik kompetensiya va uning shakllanishi. – Toshkent: TDPU, 2019.
6. Sultonov A. Milliy tarbiya va ma'naviy qadriyatlar. – Toshkent: Ma'naviyat, 2020.

TA'LIM JARAYONIDA O'QUV MOTIVLARINI RAG'BATLANTIRISHNING NAZARIY VA AMALIY ASOSLARI

*Xudoyberdiyeva Mashhura Mavludin qizi
Osiyo Xalqaro universiteti Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
(boshlang'ich ta'lim) yo'nalishi 1-kurs magistri*

Mazkur tezisda ta'lim jarayonida o'quv motivlarini rag'batlantirishning nazariy va amaliy asoslari yoritilgan. O'quvchilarning bilim olishga bo'lgan qiziqishini oshirish, faollik va mustaqil fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish pedagogik jarayonning samaradorligini oshirishda muhim omil sifatida tahlil qilingan. Shuningdek, darslarda interfaol va ijodiy metodlar, rag'batlantiruvchi vazifalar va amaliy mashqlar orqali motivatsiyani oshirish imkoniyatlari keltirilgan. Tadqiqot natijalari o'qituvchilarga dars jarayonini samarali tashkil etish va o'quvchilarda ijobiy o'quv motivatsiyasini shakllantirishda ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: o'quv motivlari, rag'batlantirish, ta'lim jarayoni, pedagogik asoslar, interfaol metodlar, o'quvchi faolligi.

В данной работе рассматриваются теоретические и практические основы стимулирования учебной мотивации в образовательном процессе. Анализируется роль мотивации учащихся в повышении их активности, самостоятельного мышления и эффективности обучения. Кроме того, исследуются возможности использования интерактивных и творческих методов, а также мотивирующих заданий и практических упражнений для повышения учебной мотивации. Результаты исследования имеют значительное научно-практическое значение для эффективной организации уроков и формирования положительной учебной мотивации у школьников.

Ключевые слова: учебная мотивация, стимулирование, образовательный процесс, педагогические основы, интерактивные методы, активность учащихся.

This thesis examines the theoretical and practical foundations of stimulating students' learning motivation in the educational process. It analyzes the role of motivation in enhancing students' activity, independent thinking, and learning effectiveness. Additionally, the study explores the use of interactive and creative methods, motivating tasks, and practical exercises to boost learning motivation. The research findings have significant scientific and practical value for effective lesson organization and fostering positive learning motivation among students.

Keywords: learning motivation, stimulation, educational process, pedagogical foundations, interactive methods, student engagement.

O'quv motivatsiyasi ta'lim jarayonining samaradorligini belgilovchi asosiy omillardan biri bo'lib, o'quvchilarning bilim olishga bo'lgan qiziqishi, faol ishtirok etishi va mustaqil fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Ta'lim jarayonida o'quv motivlarini rag'batlantirish pedagogik yondashuv sifatida o'quvchilarni faollikka undash, o'quv jarayonini qiziqarli va mazmunli qilish hamda ularning shaxsiy salohiyatini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Nazariy jihatdan, o'quv motivatsiyasini shakllantirish bir nechta asosiy tamoyillarga tayangan holda amalga oshiriladi. Ular orasida individual qiziqishlarni hisobga olish, dars mazmunini o'quvchilar darajasiga moslashtirish, rag'batlantirish va ijobiy baholash tizimini qo'llash, shuningdek, interfaol va ijodiy metodlardan

foydalanish muhim o'rin tutadi. Shu bilan birga, o'quv motivatsiyasini rag'batlantirishda pedagogning nutqi, dars tashkiloti, mavzu tanlovi va amaliy mashqlarni maqsadli qo'llashi muhim ahamiyatga ega.

Amaliy jihatdan, o'quv motivlarini oshirishning samarali vositalaridan biri sifatida ijodiy topshiriqlar va interfaol metodlar keng qo'llaniladi. Masalan, loyiha ishlari, guruh va juftlik ishlari, rolli o'yinlar, muammoli vazifalarni yechish, hikoya yaratish yoki rasm chizish orqali o'quvchilar o'z qiziqishlarini ta'lim mazmuni bilan uyg'unlashtiradi. Bu jarayon o'quvchilarda mustaqil fikrlashni rag'batlantiradi, tasavvurini kengaytiradi, bilimlarni amaliy faoliyat bilan bog'lashga yordam beradi va o'qishga bo'lgan ichki motivatsiyani kuchaytiradi.

Shuningdek, ta'lim jarayonida rag'batlantiruvchi yondashuvni qo'llash o'quvchilarning ijtimoiy va shaxsiy kompetensiyalarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Guruhda ishlash va o'z g'oyalarini ifodalash orqali o'quvchilar muloqot qobiliyatlarini oshiradi, bir-birining fikrini tinglash va konstruktiv fikr bildirish ko'nikmalarini egallaydi. Bu esa o'quvchilarda mustaqillik, mas'uliyat va o'z fikrini ifodalash qobiliyatini shakllantiradi.

Pedagogik amaliyot shuni ko'rsatadiki, darslarni interfaol va ijodiy metodlar bilan boyitish, rag'batlantiruvchi vazifalar orqali motivatsiyani oshirish o'quvchilarning ta'lim jarayonida faol ishtirok etishini kuchaytiradi, ularni bilim olishga ichki motiv bilan jalb qiladi va o'rganish jarayonini qiziqarli va samarali qiladi. Shu bilan birga, motivatsiyani rag'batlantirish pedagogning kasbiy mahoratini rivojlantirishga ham yordam beradi, chunki u darsni samarali tashkil etish, o'quvchilarning qiziqishini uyg'otish va pedagogik vazifalarni muvaffaqiyatli bajarish imkoniyatini oshiradi.

Shuningdek, o'quv motivlarini rag'batlantirishda o'qituvchining pedagogik mahorati, nutqiy ifodachilik va individual yondashuvi muhim ahamiyatga ega. O'qituvchi darsni qiziqarli tashkil etish, o'quvchilarning qiziqishlarini hisobga olish va rag'batlantirish vositalarini tizimli qo'llash orqali motivatsiyani oshiradi. Masalan, muvaffaqiyatli bajarilgan vazifa uchun maqtov, guruhdagi faol o'quvchilarga e'tibor berish yoki rag'batlantiruvchi sovrinlar motivatsiyani kuchaytiradi.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijodiy va interfaol metodlar yordamida rag'batlantirilgan o'quvchilar faol ishtirok etadi, bilimni uzoqroq eslab qoladi va mustaqil fikrlash ko'nikmalarini rivojlantiradi. Shu bilan birga, guruh ishlari va ijodiy topshiriqlar o'quvchilarda ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantiradi: bir-birining fikrini tinglash, konstruktiv tanqid bildirish, guruhdagi rolini anglash kabi.

Ta'lim jarayonida o'quv motivlarini rag'batlantirishning nazariy va amaliy asoslari bir-birini to'ldiradi. Nazariy bilimlar pedagogga motivatsiya mexanizmlarini tushunishga yordam beradi, amaliy metodlar esa darslarni qiziqarli va samarali tashkil qilish imkonini beradi. Shu sababli motivatsiyani oshirish pedagogik jarayonning ajralmas qismi hisoblanadi, u o'quvchilarning bilim olishga bo'lgan qiziqishini kuchaytiradi, shaxsiy va ijtimoiy kompetensiyalarini rivojlantiradi, tafakkur va ijodiy salohiyatini mustahkamlaydi.

Xulosa qilib aytganda, ta'lim jarayonida o'quv motivlarini rag'batlantirish nafaqat o'quvchilarning faoliyatini oshirish, balki ularning shaxsiy va ijtimoiy kompetensiyalarini rivojlantirish, mustaqil fikrlash va ijodiy yondashuvini shakllantirishda muhim pedagogik vosita hisoblanadi. Shu sababli zamonaviy ta'limda motivatsiyani rag'batlantiruvchi metodlarni tizimli va maqsadli qo'llash o'quvchilarning bilimga bo'lgan qiziqishini kuchaytirish va ta'lim sifatini oshirishning samarali strategiyasi sifatida qaraladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Mamatqulov A. O'quv motivatsiyasini shakllantirish metodikasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2018.
2. Qo'chqorov B. Boshlang'ich sinfda ta'lim samaradorligini oshirishning pedagogik asoslari. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2017.
3. Toshmatov S. Pedagogik motivatsiya va o'quv jarayonida rag'batlantirish usullari. – Toshkent: Ma'naviyat, 2019.
4. Yo'ldoshev J. Interfaol va ijodiy metodlar ta'lim samaradorligini oshirishda. – Toshkent: O'qituvchi, 2020.

O'QISH SAVODXONLIGI DARSLIKLARIDA NASRIY ASARLARNING NUTQIY KOMPETENSIYANI SHAKLLANTIRISHDAGI O'RNI

Abduraxmonova Laylo Xasanovna
Osiyo Xalqaro universiteti Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
(boshlang'ich ta'lim) yo'nalishi I-kurs magistri

Mazkur tezisda o'qish savodxonligi darsliklarida berilgan nasriy asarlarning o'quvchilarda nutqiy kompetensiyani shakllantirishdagi ahamiyati yoritilgan. Nasriy matnlar o'quvchilarning og'zaki va yozma nutqini rivojlantirish, so'z boyligini kengaytirish hamda fikrni mantiqiy va izchil bayon etish ko'nikmalarini shakllantirishda muhim didaktik vosita hisoblanadi. Tadqiqot jarayonida nasriy asarlar bilan ishlashning samarali metodlari tahlil qilinib, ularning o'quvchilarning nutqiy faolligiga ta'siri asoslab beriladi. Shuningdek, matn asosida savol-javob, qayta hikoyalash va ijodiy topshiriqlarning nutqiy kompetensiyani rivojlantirishdagi o'rni ochib beriladi.

Kalit so'zlar: o'qish savodxonligi, nasriy asarlar, nutqiy kompetensiya, og'zaki nutq, yozma nutq, matn bilan ishlash.

В данной тезисе рассматривается роль прозаических произведений, представленных в учебниках по читательской грамотности, в формировании речевой компетенции учащихся. Прозаические тексты выступают важным дидактическим средством развития устной и письменной речи, расширения словарного запаса и формирования навыков логического и последовательного изложения мысли. В работе анализируются эффективные методы работы с прозаическими произведениями и обосновывается их влияние на речевую активность обучающихся. Особое внимание уделяется таким видам деятельности, как пересказ, вопросно-ответная работа и творческие задания на основе текста.

Ключевые слова: читательская грамотность, прозаические произведения, речевая компетенция, устная речь, письменная речь, работа с текстом.

This thesis examines the role of prose works included in reading literacy textbooks in developing students' speech competence. Prose texts serve as an important

didactic tool for improving oral and written communication skills, enriching vocabulary, and forming the ability to express ideas logically and coherently. The study analyzes effective methods of working with prose texts and substantiates their impact on students' speech activity. Special attention is paid to such activities as retelling, question-and-answer tasks, and creative exercises based on the text in fostering speech competence.

Key words: reading literacy, prose texts, speech competence, oral speech, written speech, text-based activities.

Zamonaviy ta'lim jarayonida o'qish savodxonligi o'quvchilarning shaxsiy va intellektual rivojlanishida muhim o'rin tutadi. Ayniqsa, boshlang'ich ta'lim bosqichida o'qish darsliklarida berilgan nasriy asarlar o'quvchilarning nutqiy kompetensiyasini shakllantirishda asosiy didaktik vositalardan biri hisoblanadi. Nasriy matnlar mazmunining hayotiyliigi, obrazlar tizimi va til birliklarining rang-barangligi orqali o'quvchilarning nutqiy faolligini oshirishga xizmat qiladi.

O'qish savodxonligi darsliklarida keltirilgan hikoya, ertak va rivoyatlar o'quvchilarning og'zaki nutqini rivojlantirish bilan bir qatorda, yozma nutqni shakllantirishga ham zamin yaratadi. Matnni tushunish, mazmunini tahlil qilish va qayta bayon etish jarayonida o'quvchilar so'z boyligini kengaytiradi, grammatik jihatdan to'g'ri gap tuzish hamda fikrni mantiqiy izchillikda ifodalash ko'nikmalarini egallaydi. Shu bilan birga, nasriy asarlar orqali o'quvchilarda nutq madaniyati va muloqot kompetensiyasi shakllanadi.

Nasriy matnlar bilan ishlash jarayonida qo'llaniladigan savol-javob, matnni qayta hikoyalash, ijodiy topshiriqlar va munozarali vazifalar o'quvchilarning nutqiy faoliyatini faollashtiradi. Bu metodlar o'quvchilarning mustaqil fikrlashini rivojlantirib, ularni o'z fikrini erkin va ravon bayon etishga o'rgatadi. Ayniqsa, matn mazmuni asosida tuzilgan dialog va monologlar o'quvchilarning kommunikativ qobiliyatlarini takomillashtirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Shuningdek, nasriy asarlarning tarbiyaviy ahamiyati ham nutqiy kompetensiya shakllanishi bilan uzviy bog'liqdir. Asarlardagi ijobiy qahramonlar, axloqiy g'oyalar va hayotiy vaziyatlar o'quvchilarning fikrlash doirasini kengaytirib, ularning nutqida

ijtimoiy-madaniy qadriyatlarning aks etishiga xizmat qiladi. Bu jarayon o'quvchilarning o'z fikrini mazmunli va maqsadga muvofiq ifodalash ko'nikmalarini mustahkamlaydi.

Boshlang'ich ta'lim bosqichida o'qish savodxonligini shakllantirish o'quvchilarning keyingi ta'lim jarayonidagi muvaffaqiyatini belgilovchi muhim omillardan biridir. Ayniqsa, o'qish savodxonligi darsliklarida berilgan nasriy asarlar o'quvchilarning nutqiy kompetensiyasini shakllantirishda yetakchi pedagogik vosita sifatida namoyon bo'ladi. Nasriy matnlar o'zining mazmuniy yaxlitligi, til birliklarining tabiiyligi va badiiy ifoda imkoniyatlari orqali o'quvchilarning nutqiy rivojlanishiga kompleks ta'sir ko'rsatadi.

Nasriy asarlar bilan ishlash jarayonida o'quvchilar matnni tushunish, tahlil qilish va mazmunini qayta ifodalash kabi muhim nutqiy faoliyat turlarini egallaydi. Ushbu jarayonlarda o'quvchilarning passiv lug'at zaxirasi faol lug'atga aylanib, so'zlarning kontekstual ma'nosini anglash va ulardan nutqda o'rinli foydalanish ko'nikmalari shakllanadi. Bu esa o'quvchilarning og'zaki nutqining boyishiga, fikrni aniq va ravon bayon eta olishiga zamin yaratadi.

O'qish savodxonligi darsliklarida keltirilgan hikoya va rivoyatlar o'quvchilarning yozma nutqini rivojlantirishda ham muhim ahamiyat kasb etadi. Matn asosida reja tuzish, matnni qisqartirib yoki kengaytirib bayon etish, voqealar ketma-ketligini saqlagan holda mazmunni ifodalash kabi topshiriqlar o'quvchilarning yozma nutq madaniyatini shakllantiradi. Natijada o'quvchilar grammatik jihatdan to'g'ri, mantiqiy izchil va mazmunan boy matnlar tuzish ko'nikmalariga ega bo'ladi.

Nasriy asarlarning nutqiy kompetensiyani rivojlantirishdagi ahamiyati ularning dialogik va monologik nutqni shakllantirish imkoniyatlarida ham namoyon bo'ladi. Asar qahramonlari o'rtasidagi muloqotlarni tahlil qilish, dialoglarni sahnalashtirish yoki qahramon nomidan hikoya tuzish kabi faoliyatlar o'quvchilarning kommunikativ qobiliyatlarini kuchaytiradi. Bu esa o'quvchilarda nutqning vaziyatga mosligi, ohangdorligi va ifodaliligi kabi muhim jihatlarni shakllantirishga xizmat qiladi.

Shuningdek, nasriy asarlar asosida olib boriladigan ijodiy faoliyat o'quvchilarning tanqidiy va mantiqiy fikrlashini rivojlantirib, nutqiy

kompetensiyaning yuqori bosqichiga ko'tarilishiga yordam beradi. O'quvchilar matndagi voqealarga munosabat bildirish, xulosa chiqarish va o'z fikrini asoslab berish jarayonida nutqdan ongli va maqsadli foydalanishni o'rganadi. Bu holat o'qish savodxonligi bilan nutqiy kompetensiya o'rtasidagi uzviy bog'liqlikni yaqqol namoyon etadi.

Nasriy asarlarning tarbiyaviy salohiyati ham nutqiy kompetensiya shakllanishi bilan chambarchas bog'liqdir. Darsliklarda berilgan nasriy matnlar orqali o'quvchilarda axloqiy, estetik va ijtimoiy qadriyatlar shakllanadi. Bu qadriyatlar o'quvchilarning nutqida mazmunli fikrlar, baholovchi mulohazalar va ijtimoiy munosabatlarni ifodalash orqali namoyon bo'ladi. Natijada o'quvchilar nafaqat to'g'ri va ravon gapira oladigan, balki fikrini madaniyatli tarzda ifodalay oladigan shaxs sifatida shakllanadi.

Xulosa qilib aytganda, o'qish savodxonligi darsliklarida berilgan nasriy asarlar o'quvchilarning nutqiy kompetensiyasini rivojlantirishda samarali pedagogik vosita bo'lib, ularni og'zaki va yozma nutq jihatidan yetuk, fikrlashga qodir va muloqotga tayyor shaxs sifatida shakllantirishga xizmat qiladi.

O'qish savodxonligi darsliklarida berilgan nasriy asarlar o'quvchilarning nutqiy kompetensiyasini shakllantirishda muhim metodik va pedagogik ahamiyatga ega bo'lib, ularning og'zaki va yozma nutqini, muloqot madaniyatini hamda mustaqil fikrlash qobiliyatini izchil rivojlantirishga xizmat qiladi. Ushbu jarayonni samarali tashkil etish esa o'qituvchidan matn tanlash, metodlarni to'g'ri qo'llash va o'quvchilarning individual imkoniyatlarini hisobga olishni talab etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Ta'lim-tarbiya tizimini yanada takomillashtirishga oid" farmon va qarorlari. — Toshkent.
2. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining umumiy o'rta ta'lim davlat ta'lim standartlari. — Toshkent, 2021.
3. Qosimova K., Matchonov S., G'afforova T. Boshlang'ich sinflarda ona tili va o'qish savodxonligini o'qitish metodikasi. — Toshkent: O'qituvchi, 2020.
4. Matchonov S. Boshlang'ich ta'limda nutqni rivojlantirish metodikasi. — Toshkent: Fan, 2019.

5. Yo'ldoshev J.G., Usmonov S.A. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat. — Toshkent: O'qituvchi, 2018.
6. Karimova M. O'quvchilarning nutqiy kompetensiyasini rivojlantirishning pedagogik asoslari. — Toshkent, 2017.
7. Abdullaeva Q. Boshlang'ich ta'limda o'qish savodxonligini rivojlantirish masalalari. — Toshkent: Fan va texnologiya, 2021.
8. Davlatov K. Boshlang'ich sinf o'quvchilarining bog'lanishli nutqini rivojlantirish metodlari. — Toshkent, 2016.

KO'RGAZMALILIK YORDAMIDA O'QUVCHILARDA MUSTAQIL FIKRLASH VA MASALALARNI YECHISH QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISH

Baxriddinova Umida Akbar qizi
Osiyo Xalqaro universiteti Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
(boshlang'ich ta'lim) yo'nalishi 1-kurs magistri

Ushbu maqolada boshlang'ich sinf matematika darslarida ko'rgazmalilik vositalarini qo'llash orqali o'quvchilarda mustaqil fikrlash va masalalarni yechish qobiliyatlarini rivojlantirish masalalari o'rganilgan. Ish davomida vizual materiallar, interaktiv vositalar va modellardan foydalangan holda o'quvchilarning mavzuni tushunish darajasi va mustaqil fikrlash ko'nikmalari tahlil qilingan. Tadqiqot natijalari ko'rgazmalilikning o'quvchilarning bilimni mustahkamlash, mantiqiy fikrlash va ijodiy yondashuvni rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: ko'rgazmalilik, matematika darsi, boshlang'ich sinf, mustaqil fikrlash, masalalarni yechish, vizual materiallar

В данной статье рассматривается использование наглядных материалов на уроках математики в начальной школе для развития у учащихся самостоятельного мышления и навыков решения задач. В работе анализируются результаты применения визуальных материалов, интерактивных средств и

моделей для повышения уровня понимания темы и развития самостоятельного мышления у учеников. Результаты исследования показывают, что наглядность имеет важное значение для закрепления знаний, развития логического мышления и творческого подхода.

Ключевые слова: наглядность, урок математики, начальная школа, самостоятельное мышление, решение задач, визуальные материалы

In this article the use of visual aids in primary school mathematics lessons to develop students' independent thinking and problem-solving skills. The research analyzes the application of visual materials, interactive tools, and models to enhance students' understanding of concepts and foster independent reasoning. The findings indicate that the use of visual aids plays a crucial role in reinforcing knowledge, promoting logical thinking, and encouraging creative approaches.

Keywords: visual aids, mathematics lesson, primary school, independent thinking, problem-solving, visual materials

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining matematik bilimlarini shakllantirishda ko'rgazmalilik muhim rol o'ynaydi, chunki ko'pgina matematik tushunchalar abstrakt bo'lib, ular bilan ishlash yosh bolalar uchun qiyin kechadi. Ko'rgazmalilik, ya'ni ma'lumotlarni tasvir, model, diagramma, grafik yoki interaktiv vositalar orqali vizual tarzda taqdim etish, o'quvchilarning mavzuni tez va to'liq tushunishiga yordam beradi. Bu esa mustaqil fikrlash qobiliyatini rivojlantirishda asosiy vosita sifatida xizmat qiladi. Ko'rgazmalilik orqali o'quvchilar masalalarning mohiyatini yaxshiroq anglaydi, sabab-oqibat aloqalarini mustaqil aniqlaydi va turli yechim variantlarini izlashga o'rganadi. Shuningdek, vizual materiallar o'quvchilarning diqqatini jamlash, o'rganishga qiziqishini oshirish va yangi bilimlarni uzoqroq vaqt davomida eslab qolishga yordam beradi.

Amaliy tajribalar shuni ko'rsatadiki, ko'rgazmalilikni muntazam qo'llash o'quvchilarning matematik masalalarni mustaqil yechish darajasini oshiradi, mantiqiy tafakkurini rivojlantiradi va ijodiy yondashuvni rag'batlantiradi. Shu bilan birga, ko'rgazmalilik metodining samarali ishlashi o'qituvchining pedagogik mahorati, darsni rejalashtirish va vositalarni maqsadga muvofiq tanlashiga bog'liq bo'ladi.

Boshlang'ich sinf darslarida ko'rgazmalilikni tizimli va doimiy qo'llash pedagogik jarayonning samaradorligini oshiradi va o'quvchilarda mustaqil matematik tafakkurini shakllantirishga xizmat qiladi.

Boshlang'ich sinf matematika darslarida o'quvchilarning mustaqil fikrlash va masalalarni yechish qobiliyatini rivojlantirish muhim pedagogik vazifa hisoblanadi. Yosh bolalar uchun matematik tushunchalar ko'pincha abstrakt bo'lib, ularni faqat so'z yoki matn orqali tushuntirish yetarli natija bermaydi. Shu sababli, darslarda ko'rgazmalilik vositalaridan foydalanish o'quvchilarning tushunish jarayonini osonlashtiradi, diqqatini jamlashga yordam beradi va mavzuga qiziqishini oshiradi. Ko'rgazmalilik nafaqat o'quvchilarning bilim darajasini mustahkamlashga xizmat qiladi, balki ularni mustaqil fikrlashga va turli yechim variantlarini izlashga rag'batlantiradi.

Vizual vositalar yordamida o'quvchilar masalalarning mohiyatini ko'rish va tahlil qilish imkoniga ega bo'ladi. Bu ularga sabab-oqibat aloqalarini mustaqil aniqlash va mantiqiy xulosalar chiqarish ko'nikmalarini shakllantirishga yordam beradi. Shu bilan birga, masalalarni tasviriy tarzda yechish o'quvchilarda ijodiy yondashuvni rivojlantiradi, ular yangi vaziyatlarda turli yechimlar taklif qila olishadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ko'rgazmalilikni muntazam qo'llash o'quvchilarning matematik masalalarni mustaqil yechish ko'nikmasini sezilarli darajada oshiradi, bu esa ularning mantiqiy va abstrakt tafakkurini mustahkamlaydi.

Shuningdek, ko'rgazmalilik o'quvchilarni faollikka jalb qilish, darsning interaktivligini oshirish va o'quv jarayonini qiziqarli qilishda muhim rol o'ynaydi. Boshlang'ich sinf o'quvchilari ko'pincha qiyin matematik tushunchalarni tezda unutib qo'yadi, ammo ko'rgazmali vositalar yordamida ular ma'lumotni ko'rish orqali uzoqroq vaqt davomida eslab qoladi va o'z bilimlarini amalda qo'llash imkoniga ega bo'ladi. Shu bilan birga, o'qituvchining pedagogik mahorati va ko'rgazmali materiallarni to'g'ri tanlashi darsning samaradorligini belgilovchi asosiy omillardan biridir.

Ko'rgazmalilikni samarali qo'llash orqali o'quvchilar matematik jarayonlarni nafaqat kuzatadi, balki ularni o'zlashtiradi, mustaqil fikrlashni rivojlantiradi va

murakkab masalalarni bosqichma-bosqich yechishga o'rganadi. Bu esa boshlang'ich sinf o'quvchilarida analitik tafakkur, ijodiy yechim qidirish va masalalarni turli usullar bilan yechish qobiliyatini shakllantiradi, natijada ularning umumiy bilim darajasi va matematik savodxonligi oshadi. Shu bois, boshlang'ich sinf matematika darslarida ko'rgazmalilikni tizimli va doimiy qo'llash pedagogik jarayonning samaradorligini oshiradi va o'quvchilarda mustaqil matematik tafakkurini shakllantirishga xizmat qiladi.

Boshlang'ich sinf matematika darslarida o'quvchilarning mustaqil fikrlash va masalalarni yechish qobiliyatini shakllantirish muhim pedagogik vazifa hisoblanadi. Yosh bolalar uchun matematik tushunchalar ko'pincha abstrakt bo'lib, ularni so'z yoki matn orqali tushuntirish yetarli natija bermaydi. Shu sababli, darslarda ko'rgazmalilik vositalaridan foydalanish o'quvchilarning mavzuni tez va to'liq tushunishiga yordam beradi, diqqatini jamlashga xizmat qiladi va o'quv jarayonini qiziqarli qiladi.

Ko'rgazmalilik orqali o'quvchilar masalalarning mohiyatini ko'rish va tahlil qilish imkoniyatiga ega bo'ladi. Masalan, hisoblash masalalarini rangli kartochkalar yoki bloklar yordamida yechish, geometriya mavzularini modellash orqali tushuntirish, ularni abstrakt tushunchalardan amaliy faoliyatga olib keladi. Shu tariqa, o'quvchilar sabab-oqibat aloqalarini mustaqil aniqlashni, turli yechim variantlarini izlashni va natijalarni mantiqan tahlil qilishni o'rganadi.

Darslarda ko'rgazmalilikni samarali qo'llash uchun o'qituvchi vizual materiallarni mavzuga mos tanlashi, ularni bosqichma-bosqich ishlatishi va o'quvchilarga mustaqil ishlash imkonini berishi kerak. Masalan, yangi mavzu tushuntirilganda model yoki diagramma orqali tushuntirish, keyin interaktiv mashqlar bilan mustahkamlash va oxirida mustaqil masalalarni yechishga rag'batlantirish tavsiya etiladi. Shu usul o'quvchilarda analitik tafakkur, ijodiy yechim qidirish va masalalarni turli usullar bilan yechish qobiliyatini shakllantiradi, natijada ularning matematik savodxonligi oshadi.

Boshlang'ich sinf matematika darslarida ko'rgazmalilikni qo'llash o'quvchilarning mustaqil fikrlash va masalalarni yechish qobiliyatini samarali rivojlantirishga xizmat qiladi. Ko'rgazmalilik yordamida o'quvchilar murakkab

matematik tushunchalarni oson tushunadi, sabab-oqibat aloqalarini mustaqil aniqlaydi va ijodiy yondashuv orqali turli yechimlar topadi. Vizual materiallar diqqatni jalb qilish, o'rganishga qiziqishni oshirish va yangi bilimlarni mustahkamlashda muhim vosita bo'lib xizmat qiladi. Shu bilan birga, ko'rgazmalilikni samarali qo'llash o'qituvchining pedagogik mahoratiga va materiallarni maqsadga muvofiq tanlashiga bog'liq. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, ko'rgazmalilikni tizimli va doimiy qo'llash boshlang'ich sinf matematika darslarining samaradorligini oshiradi va o'quvchilarda mustaqil matematik tafakkurini shakllantiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston strategiyasi. – Toshkent: O'zbekiston, 2021.
2. Abdullayeva, S. (2019). *Boshlang'ich sinf o'quvchilarida matematik fikrlashni rivojlantirish metodikasi*. Toshkent: O'qituvchi nashriyoti.
3. Mirzaev, A. (2020). *Matematika darslarida ko'rgazmalilikning pedagogik ahamiyati*. Toshkent: Fan va texnologiya.
4. Ganieva, N. (2018). *Boshlang'ich sinf matematika darslarida vizual metodlarni qo'llash*. Pedagogika jurnali, 4(2), 45–52.

BOSHLANG'ICH TA'LIMDA INTEGRATSIYALASHGAN DARSLARNING PEDAGOGIK AHAMIYATI

Sharipova Nasiba Axtam qizi
Osiyo Xalqaro universiteti Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
(boshlang'ich ta'lim) yo'nalishi I-kurs magistri

Ushbu tezisda boshlang'ich ta'lim jarayonida integratsiyalashgan darslarning pedagogik ahamiyati yoritiladi. Integratsiyalashgan darslar o'quvchilarda fanlararo bog'liqlikni anglash, bilimlarni kompleks o'zlashtirish hamda mustaqil va mantiqiy fikrlash ko'nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi. Bunday yondashuv dars samaradorligini oshirish, o'quvchilarning bilishga bo'lgan qiziqishini kuchaytirish va ularning ijodiy faolligini rivojlantirishda muhim omil hisoblanadi.

Kalit so'zlar: boshlang'ich ta'lim, integratsiyalashgan dars, pedagogik ahamiyat, fanlararo bog'liqlik, ta'lim samaradorligi.

В данной работе рассматривается педагогическая значимость интегрированных уроков в системе начального образования. Интегрированные уроки способствуют формированию у учащихся целостного восприятия знаний, развитию межпредметных связей и логического мышления. Такой подход повышает эффективность учебного процесса, усиливает познавательный интерес учащихся и способствует развитию их творческих способностей.

Ключевые слова: начальное образование, интегрированный урок, педагогическая значимость, межпредметная связь, эффективность обучения.

This thesis examines the pedagogical significance of integrated lessons in primary education. Integrated teaching helps students develop a holistic understanding of knowledge, establish interdisciplinary connections, and enhance logical and independent thinking skills. Such an approach increases the effectiveness of the educational process, stimulates learners' interest in learning, and promotes their creative development.

Keywords: primary education, integrated lessons, pedagogical significance, interdisciplinary approach, educational effectiveness.

Boshlang'ich ta'lim bosqichi o'quvchining shaxs sifatida shakllanishida, bilim va ko'nikmalarni egallashida muhim o'rin tutadi. Ushbu bosqichda ta'lim jarayonini samarali tashkil etish o'quvchilarning keyingi ta'lim faoliyatiga mustahkam poydevor yaratadi. Shuning uchun boshlang'ich sinflarda zamonaviy pedagogik yondashuvlardan foydalanish, xususan, integratsiyalashgan darslarni tashkil etish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Integratsiyalashgan darslar — bu bir nechta fanlar mazmunini o'zaro bog'liq holda o'qitishga asoslangan ta'lim shakli bo'lib, o'quvchilarga bilimlarni alohida-alohida emas, balki yaxlit tizim sifatida anglash imkonini beradi. Bunday darslar orqali o'quvchilar atrof-muhit hodisalarini chuqurroq tushunadi, fanlararo bog'liqlikni sezadi va o'zlashtirilgan bilimlarni amaliy faoliyatda qo'llashga o'rganadi.

Boshlang'ich ta'limda integratsiyalashgan darslarning pedagogik ahamiyati, avvalo, o'quvchilarning tafakkurini rivojlantirish bilan izohlanadi. Integratsiya asosida tashkil etilgan darslar mantiqiy fikrlash, taqqoslash, umumlashtirish va xulosa chiqarish ko'nikmalarini shakllantiradi. O'quvchilar bir mavzuni turli fanlar nuqtayi nazaridan o'rganish orqali bilimlarning mazmun-mohiyatini chuqurroq anglaydi.

Shuningdek, integratsiyalashgan darslar o'quvchilarning bilishga bo'lgan qiziqishini oshiradi. Fanlararo uyg'unlik asosida olib borilgan mashg'ulotlar dars jarayonini jonlantiradi, o'quvchilarni faol ishtirok etishga undaydi. Bu esa ularning darsga bo'lgan motivatsiyasini kuchaytiradi va ta'lim samaradorligini oshiradi.

Pedagogik jihatdan integratsiyalashgan darslar o'qituvchidan yuqori kasbiy mahoratni talab etadi. O'qituvchi fanlararo bog'liqlikni puxta rejalashtirishi, dars mazmunini o'quvchilarning yosh va psixologik xususiyatlariga mos holda tashkil etishi zarur. To'g'ri tashkil etilgan integratsiyalashgan darslar o'quvchilarda mustaqil fikrlash, ijodkorlik va muammoli vaziyatlarni hal etish ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Boshlang'ich ta'lim umumta'lim tizimining eng muhim bo'g'ini bo'lib, unda o'quvchilarning bilim olishga bo'lgan munosabati, o'qishga qiziqishi va mustaqil fikrlash asoslari shakllanadi. Mazkur bosqichda ta'lim jarayonini zamonaviy pedagogik texnologiyalar asosida tashkil etish, o'quvchilarning yosh va psixologik xususiyatlarini hisobga olish alohida ahamiyatga ega. Shu nuqtayi nazardan, integratsiyalashgan darslarni tashkil etish boshlang'ich ta'lim samaradorligini oshirishning muhim omillaridan biri hisoblanadi.

Integratsiyalashgan darslar fanlararo aloqadorlikka asoslanib, o'quvchilarga bilimlarni bir butun tizim sifatida o'zlashtirish imkonini beradi. An'anaviy darslarda fanlar alohida o'qitilsa, integratsiyalashgan yondashuvda mazmun o'zaro bog'liq holda beriladi. Bu esa o'quvchilarda borliqni yaxlit idrok etish, bilimlar o'rtasidagi mantiqiy bog'lanishni anglash va ularni amaliyotda qo'llash ko'nikmalarini shakllantiradi.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining tafakkuri asosan obrazli va konkret bo'lgani sababli, integratsiyalashgan darslar ularning bilish faoliyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Turli fan elementlarining uyg'unligi orqali tashkil etilgan darslar o'quvchilarda tahlil qilish, taqqoslash, umumlashtirish va xulosa chiqarish malakalarini rivojlantiradi.

Natijada o'quvchilarning intellektual faolligi oshadi va mustaqil fikrlashga bo'lgan ehtiyoji kuchayadi.

Integratsiyalashgan darslarning pedagogik ahamiyati shundaki, ular o'quvchilarning o'quv motivatsiyasini oshiradi. Fanlararo uyg'unlik asosida olib borilgan darslar o'quv jarayonini jonlantiradi, zerikarli mashg'ulotlarning oldini oladi va darsni qiziqarli hamda mazmunli tashkil etishga xizmat qiladi. Bunday darslarda o'quvchilar faol ishtirokchi sifatida qatnashib, o'z fikrini erkin bayon etish, savol berish va muammoli vaziyatlarni hal qilishga o'rganadi.

Shuningdek, integratsiyalashgan darslar o'quvchilarda ijtimoiy va kommunikativ kompetensiyalarni shakllantirishda ham muhim rol o'ynaydi. Guruhli ishlash, munozara va ijodiy topshiriqlar orqali o'quvchilar o'zaro hamkorlik qilish, bir-birining fikrini hurmat qilish va jamoada ishlash ko'nikmalarini egallaydi. Bu esa ularning shaxsiy rivojlanishiga va ijtimoiy moslashuviga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Pedagog nuqtayi nazaridan integratsiyalashgan darslarni samarali tashkil etish o'qituvchidan yuqori kasbiy tayyorgarlikni talab etadi. O'qituvchi fanlararo bog'liqlikni puxta rejalashtirishi, ta'lim mazmunini o'quvchilarning yosh imkoniyatlariga moslashtirishi hamda interfaol metodlardan unumli foydalanishi zarur. Shu bilan birga, baholash jarayonida ham integrativ yondashuvni qo'llash o'quvchilarning umumiy rivojlanish darajasini aniqlashga yordam beradi.

Zamonaviy ta'lim tizimida boshlang'ich ta'lim o'quvchilarning intellektual, axloqiy va ijtimoiy rivojlanishida muhim poydevor vazifasini bajaradi. Ushbu bosqichda ta'lim mazmunining to'g'ri tashkil etilishi o'quvchilarning keyingi bosqichlarda muvaffaqiyatli ta'lim olishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli ta'lim jarayonida fanlararo integratsiyaga asoslangan darslarni tashkil etish pedagogik jihatdan dolzarb masalalardan biri hisoblanadi.

Integratsiyalashgan darslar o'quvchilarga bilimlarni bir butun tizim sifatida o'zlashtirish imkonini berib, fanlar o'rtasidagi tabiiy bog'liqlikni ochib beradi. Boshlang'ich sinf o'quvchilari atrof-muhitni yaxlit holda qabul qilgani sababli, integratsiyalashgan darslar ularning psixologik xususiyatlariga to'liq mos keladi.

Natijada o'quvchilar bilimlarni chuqurroq idrok etadi, mavzularni oson tushunadi va eslab qolish darajasi oshadi.

Xulosa qilib aytganda, boshlang'ich ta'limda integratsiyalashgan darslar o'quvchilarning bilimini mustahkamlash, ularning tafakkurini rivojlantirish va ta'lim sifatini oshirishda muhim pedagogik vosita hisoblanadi. Ushbu yondashuv zamonaviy ta'lim talablariga mos bo'lib, barkamol shaxsni shakllantirishga xizmat qiladi. Boshlang'ich ta'limda integratsiyalashgan darslar o'quvchilarning bilimlarini chuqurlashtirish, ularning tafakkurini rivojlantirish, o'quv motivatsiyasini oshirish va ta'lim sifatini yuksaltirishda muhim pedagogik ahamiyatga ega. Ushbu yondashuv barkamol, ijodkor va mustaqil fikrlovchi shaxsni shakllantirishga xizmat qiladi hamda zamonaviy ta'lim talablariga to'liq javob beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston strategiyasi. – Toshkent: O'zbekiston, 2021.
2. Abdullayeva M., Yo'ldoshev J. Boshlang'ich ta'lim metodikasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2019.
3. Yo'ldoshev J.G'., Usmonov S. Pedagogik texnologiyalar. – Toshkent: O'qituvchi, 2017.
4. Xoliqova N. Boshlang'ich sinflarda fanlararo integratsiya asoslari. – Toshkent: Fan, 2020.
5. Raxmonova D. Boshlang'ich ta'limda integratsiyalashgan darslarni tashkil etish metodikasi. – Toshkent: Ilm Ziyo, 2018.

DIQQAT VA UNING SHAXS FAOLIYAT SAMARADORLIGIGA TA'SIRI

Kenjayeva Charosxon Shamsiddinovna

Termiz davlat universiteti Qo'shma ta'lim Psixologiya yo'nalishining 1-kurs talabasi

Annotatsiya: Mazkur maqolada diqqat tushunchasi, uning inson psixologiyasidagi hamda faoliyat samaradorligiga ta'siri yoritilgan. Diqqatning fiziologik asoslari, uni shakllantirish usullari hamda diqqatning bo'linishi sabablari izohlangan.

Kalit so'zlar: Diqqat, psixik jarayon, ixtiyoriy diqqat, ixtiyorsiz diqqat, irodaviy diqqat, bo'linuvchanlik, konsentratsiya, o'quv jarajonlari, diqqatni rivojlantiruvchi usullari.

Diqqat – subyekt faoliyatining biror obykti yoki hodisaga ongli ravishda jalb qilinishi. Samaradorlik garovi bu har qanday ongli faoliyat samaradorligining zarur sharti bo'lib, ish jarayonida muhim rol o'ynaydi. Fiziologik asos bosh miya po'stlog'ining muayyan joylaridagi qo'zg'alish manbalari diqqatning fiziologik asosini tashkil etadi, bu uning biologik mexanizmlariga ishora qiladi.

I. P. Pavlov diqqatni shartli tormozlanish jarayonlari bilan bog'lab, miya yarim sharlarida optimal qo'zg'alish markazi paydo bo'lishini asoslab bergan. A.A. Uhtomskiy tomonidan ochilgan dominanta hodisasi diqqatning asosiy maxanizmlaridan biri hisoblanadi. Dominanta asosida to'plangan qo'zg'alish kuchi boshqa signallarni tormozlaydi va faqat muhim signallarni faollashtiradi.

Neyropsixologik tadqiqotlarda diqqat quyidagi tuzilmalar faoliyati bilan bog'liq:

1. Retikulyar forma - miya- uyg'oqlik va faollik darajasi;
2. Prefrontal korteks- boshqaruv, nazorat, rejalashtirish;
3. Parietal soha- diqqatni fazoda boshqarish;
4. Limbik tizim- motivatsiya va hissiyotlar

DIQQATNING ASOSIY XUSUSIYATLARI

Diqqatning barqarorligi – diqqatning ma'lum obyektga uzoq vaqt davomida yo'naltirib turish qobiliyati. Bu xususiyat o'quv faoliyatida juda muhim bo'lib, barqaror diqqatga ega o'quvchi darsni yaxshiroq o'zlashtiradi. Barqarorlikni belgilovchi omillar:

1. Motivatsiya;
2. Qiziqish;
3. Salomatlik;
4. Ishning qiyinlik darajasi;
5. Shaxsning temperament turi.

Diqqatning ko'chuvchanligi

Ko'chuvchanlik – diqqatni bir obyekt yoki faoliyatdan boshqasiga tez va samarali o'tkazish qobiliyati. Ko'chuvchanligi yuqori insonlar murakkab vazifalarni bajarishda moslashuvchan bo'ladi.

Diqqatning bo'linuvchanligi – bir vaqtning o'zida bir necha obyekt yoki faoliyatni nazorat qilish qobiliyati. Masalan: haydovchi rulni boshqaradi, tezlikni kuzatadi, yo'l belgilariga e'tibor beradi. Bo'linuvchanlik chegaralangan bo'lib, inson bir vaqtning o'zida 2–3 ta faoliyatni samarali bajarishi mumkin.

Diqqat hajmi

Diqqatning hajmi – bir vaqtda ongda ushlab turishga qodir bo'lgan obyektlar soni. Tadqiqotlar ko'ra, o'rtacha diqqat hajmi 5–7 obyekt atrofida.

Diqqatning turlari

Ixtiyoriy (aktiv) diqqat –ongli ravishda jalb qilinadi,buning uchun iroda va intilish kuchini talab qiladi.O'qish yoki murakkab muammolarni hal qilishda muhim.

Ixtiyorsiz(passiv) diqqat – tashqi qo'zg'atuvchi ta'sirda,ongsiz ravishda yuzaga keladi va iroda kuchini talab qilmaydi. Masalan, yorqin chiroq yoki baland ovoz.

Irodaviy diqqat – Insonning butun ongli faoliyatining asosi hisoblanadi.Bu o'z-o'zini boshqarish va intizomni rivojlantirishga yordam beradi.

Diqqat nega bo'linishi va qisqa muddatli diqqatga olib keluvchi sabablarni ko'rib chiqadigan bo'lsak, eng asosiy omillardan biri bu skroling ya'ni ijtimoiy

tarmoqlarda juda ko'plab qisqa videolarni soatlab ko'rish diqqatni keskin pasayishiga sabab bo'ladi. Multitasking ya'ni bir vaqtning o'zida juda ko'p ishlarni bajarish samaradorlikni keskin tushushiga olib keladi. Bu jarayonda bizning miyamiz o'zini band his qiladi va foydali ish qilayapman deb o'ylaydi.

Xulosa qilib aytganda, diqqatning samaradorligini oshiruvchi bir nechta usullar mavjud bo'lib, ularni amalda qo'llash orqali shaxsning mehnat faoliyatida samarali natijalarga erishish mumkin. Ushbu usullar quyidagilardan iborat:

1. One tasking – bir vaqtning o'zida bitta ishni bajarish;
2. Diqqatni uzoq muddat ushlab turish uchun pomadore texnikasidan foydalanishimiz mumkin. Pomadore bu 25 daqiqa dars qilish 5 daqiqa dam olish bu usul ancha samarali bo'lib konsentratsiyani yuqori darajada ushlab turishga yordam beradi.
3. Ish joyining tartibli bo'lishi – bu bizning ortiqcha fikrlarga chalg'ishimiz oldini oladi

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. https://www.academia.edu/115102210/DIQQATNI_RIVOJLANTIRISHNI_NG_TALABALAR_O_QISH_FAOLIYATIGA_TA_SIRI
2. <https://scientific-jl.com/obr/article/download/8273/7986/15980>
3. E.E.G'oziyevning "Umumiy psixologiya" darslik. Toshkent; 2006.

O'SMIRLAR XULQ-ATVORIDAGI PSIXOLOGIK MUAMMOLAR VA ULARNI BARTARAF ETISHDA MAKTAB PSIXOLOGINING O'RNI

*Abdullayeva Gulnoza Abduvahobovna
Farg'ona viloyati, Qo'shtepa tumani 19-maktab amaliyotchi psixologi*

Annotatsiya. Mazkur maqolada o'smirlik davrida uchraydigan psixologik muammolar, xususan, xulq-atvor buzilishlari, emotsional beqarorlik, stress va agressivlik holatlari ilmiy-nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilinadi. Shuningdek, ushbu muammolarni bartaraf etishda maktab psixologining diagnostik, profilaktik va

korreksion faoliyatining ahamiyati yoritib beriladi. Maqolada o'smirlar bilan ishlash jarayonida maktab, oila va psixolog hamkorligining muhimligi asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: o'smirlik davri, xulq-atvor, psixologik muammo, maktab psixologi, stress, agressivlik.

Kirish

O'smirlik davri shaxs rivojlanishining eng murakkab va mas'uliyatli bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda o'smirning psixik jarayonlari, dunyoqarashi va ijtimoiy munosabatlar tizimi tubdan o'zgaradi. Mustaqillikka intilish, o'z "men"ini anglash, jamiyatda o'z o'rnini topishga bo'lgan ehtiyoj kuchayadi.

Zamonaviy ta'lim muhitida o'smirlar turli psixologik bosimlarga duch kelmoqda. O'quv yuklamalarining ortishi, ota-onaning yuqori talablari, tengdoshlar bilan munosabatlardagi muammolar o'smirlar ruhiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Natijada, o'smirlar xulq-atvorida salbiy holatlar, agressivlik va moslashuvdagi qiyinchiliklar kuzatilmoqda. Ushbu muammolarni bartaraf etishda maktab psixologining o'rni alohida ahamiyat kasb etadi.

Asosiy qism

O'smirlik davrining psixologik xususiyatlari

O'smirlik davrida jismoniy o'sish bilan bir qatorda psixologik rivojlanish ham jadallashadi. Bu davrda emotsional beqarorlik, tez jahllanish, kayfiyatning keskin o'zgarishi kabi holatlar tez-tez uchraydi. O'smirlar o'z fikrini himoya qilishga intiladi, kattalar tomonidan bildirilgan tanqidni og'ir qabul qiladi.

Shuningdek, o'smirlik davrida o'ziga baho berish jarayoni murakkablashadi. Ayrim o'smirlarda o'ziga ishonchsizlik kuchaysa, boshqalarida haddan tashqari o'ziga yuqori baho berish holatlari kuzatiladi. Bu esa xulq-atvorda nomutanosiblikka olib kelishi mumkin.

O'smirlar xulq-atvoridagi psixologik muammolar

Maktab amaliyotida o'smirlar orasida dars intizomini buzish, agressiv xatti-harakatlar, darsga qiziqmaslik, tengdoshlar bilan nizolar kabi muammolar keng tarqalgan. Ushbu muammolar ko'pincha o'smirning ichki psixologik holati bilan bog'liq bo'ladi.

Stress va xavotir holatlari o'smirlar orasida tobora kuchayib bormoqda. Imtihonlar, baholash tizimi, ota-onaning bosimi o'smir ruhiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Natijada, asabiylik, tushkunlik va muloqotdan chekinish holatlari yuzaga keladi.

O'smirlar muammolariga ta'sir etuvchi omillar

O'smirlar xulq-atvoridagi muammolarning kelib chiqishida oilaviy muhit muhim ahamiyatga ega. Oiladagi nizolar, ota-onaning befarqligi yoki haddan tashqari talabchanligi o'smir psixikasiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Maktab muhitidagi psixologik iqlim ham muhim omil hisoblanadi. O'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi salbiy munosabatlar o'smirning o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytiradi. Bundan tashqari, ijtimoiy tarmoqlar va internetning nazoratsiz ta'siri ham o'smir ruhiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda.

O'smirlar bilan ishlashda maktab psixologining o'rni

Maktab psixologi o'smirlar bilan ishlashda diagnostik, profilaktik va korreksion ishlarni amalga oshiradi. Psixologik testlar, suhbatlar va kuzatishlar orqali o'smirning ruhiy holati aniqlanadi.

Profilaktik mashg'ulotlar orqali stressni kamaytirish, muloqot ko'nikmalarini rivojlantirishga erishiladi. Korreksion ishlar esa individual yondashuv asosida olib borilib, o'smirning ijtimoiy moslashuvini yaxshilashga xizmat qiladi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, o'smirlar xulq-atvoridagi psixologik muammolarni bartaraf etishda maktab psixologining roli muhim ahamiyatga ega. O'z vaqtida aniqlangan va to'g'ri tashkil etilgan psixologik yordam o'smir shaxsining sog'lom rivojlanishini ta'minlaydi. Shu bois ta'lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyatini yanada takomillashtirish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar

- 1.Davletshin M.G. Psixologiya: darslik. – Toshkent: O'qituvchi nashriyoti, 2010.
- 2.Goziyev E.G. Yosh psixologiyasi: darslik. – Toshkent, 2014.
- 3.Karimova V.M. O'smirlar psixologiyasi. – Toshkent, 2016.
- 4.Karimova V.M., Abdullaeva N.M. Ta'lim muassasalarida psixologik xizmat. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2018

THE ROLE OF PROFILING IN THE FIGHT AGAINST TERRORISM

Qodirov Mirzaakram Sobirjonovich

Associate Professor at the International Islamic Academy of Uzbekistan, Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology

Terrorism is one of the most dangerous phenomena of our time, which is becoming more and more threatening. It poses a threat to state and personal security and causes significant political, social and economic consequences, resulting in the destabilization of the socio-political system of individual states and in a destructive impact on the global system of international relations. A sign of an increase in the level of the threat of terrorism at the present stage is the tendency to carry out terrorist attacks, the scale and intensity of which, due to their inhumanity and severity, is becoming one of the most acute and urgent problems of global significance.

Terrorist acts that have occurred recently in the world, as well as the expansion of the criminal activity and terrorism headquarters, make the public look for new approaches to the problem of prevention and protection from terrorist actions in all spheres of people's lives.

The solution of the problem of detecting and preventing illegal actions with maximum efficiency depends largely on the application of a wide range of scientific and practical methods covering various areas of human knowledge.

Experience in implementing protection against acts of unlawful interference shows that using only high-tech inspection equipment cannot solve the problem of identifying a potential terrorist. In this regard, one of the leading areas is the use of profiling technology, which allows identifying potentially dangerous citizens at early stages.

Currently, in major airports around the world, along with the use of modern technical means of screening passengers, their hand luggage and baggage, profiling technology is already being used.

Profiling refers to a set of psychological methods for evaluating and predicting human behavior based on the characteristics of appearance, analysis of the most

informative individual characteristics of a person. The profiling can be defined both as a technology for preventing illegal actions by identifying potentially dangerous persons and situations with the use of applied psychology methods, and in the narrower sense of the word – as a system for establishing the probabilistic involvement of a certain subject in the planned illegal action.

Initially, the term “profiling” was used in the context of drawing up a psychological portrait (profile) of an unknown person based on traces at the crime scene. [3, 29-p]

The main purpose of profiling is to identify potentially dangerous individuals, and its basis is visual diagnostics of a person's psycho-emotional state (observation and a special survey, recording of psychological behavioral reactions in responses – nonverbal and verbal). [1, 19-p]

Identification of behavioral signs of individuals with destructive intentions in places of mass stay of people (airports, train stations, metro stations, educational institutions, theaters, large trade centers, discos, clubs, etc.) and timely localization of a potential source of conflict is the main content of the work of profiles working in public places. This technology has been used for many years by the Israeli air company El al, one of the safest in the world. In 1968, it was its employees, who developed this method of combating terrorism. In the United States, there are also exist profiling programs that search for and accumulate statistical data on suspicious software models. [1, 24-p]

At the heart of the Israeli concept of profiling is the provision that every passenger can be a terrorist, and every item – an explosive device. Therefore, all activities carried out within the framework of the technology in question are designed to confirm or refute this statement.

The profiling system allows us to make only an assumption about the possible involvement of a passenger in an act of unlawful interference. The actual threat can be identified only on the basis of an in-depth personal inspection of the passenger and the items they carry. [1, 49-p]

Today, profiling is successfully used by a number of airlines to ensure security at airports in European countries, the Russian Federation, in particular, on international flights at the airports of Pulkovo, Sheremetyevo, Domodedovo, etc.

The specificity of profiling in Russian and Israel airports is that instead of total verification of all passengers, selective control is carried out.

Profiling uses two main diagnostic methods – the psychological observation method (to look and find a discrepancy) and the survey method (to ask and observe the reaction).

The concept of profiling is based on the fact that an illegal action and its preparation can be detected by analyzing a certain set of physical, psychological, and behavioral characteristics that make up the characteristics of suspected persons from the perspective of their potential danger. There are indicators that are critical for classifying a person as a risk group (demonstrated aggression, hidden aggression, agitation, detachment). The emotional state of a person, which is evaluated by signs of anxiety, fear, excitement, etc., is considered in the profiling as an additional factor in the analysis of the identified dominant signs. There are key features in a person's nonverbal and verbal behavior that allow the Profiler to identify them in the human flow and classify them as potentially dangerous.

Profilers take into account many psychological characteristics of terrorists, adapting them to the specifics of their activities. Further work in this direction, in our opinion, should increasingly move towards merging theoretical knowledge and practical skills, since profiling is the area of anti-terrorist activity that allows the most clearly implement this principle. In this regard, it should also be emphasized that the profile system can serve as a good information base for preventive measures to prevent terrorism. Within the framework of this concept, general issues related to modern terrorism, as well as existing extremist organizations and the main trends in their activities are carefully studied, and a descriptive model of the participant in the terrorist threat is compiled by practitioners. Such information is an invaluable resource for recreating a model of terrorist activity, based on which it is possible to predict the implementation of terrorist acts with a high degree of probability.

One of the most important tasks for the effective use of profile programs in the national security system is the preparation of special lists intended for the implementation of specified programs.

The great advantage of the profiling method is its flexibility and versatility, which makes it possible to apply it both at any object of mass stay of people, and in the field of activity of the police for the protection of public order, operational search activities, to counteract illegal drug trafficking, etc. [2, 67-p]

Today, one of the most important tasks for the education system of police and customs officers is the organization of training in profiling technology. The effectiveness of the profiling technology will largely depend on the level of training and professional experience of the employee.

Combining theoretical training in the profiling system with the practical experience of customs officers and other law enforcement agencies can become a serious weapon in the fight against terrorism.

The profiling technique is of practical interest for all departments of internal Affairs, Customs committee related to ensuring the safety of people, objects and territories. And, as a result, the basics of profiling should be learned by every employee of the Department of internal Affairs and Customs posts, taking into account their professional activities.

Training can be carried out both in higher education institutions of the Ministry of internal Affairs and State Customs Committee, and in the framework of additional professional training of the system of professional development. The study of the profiling method can also be presented as an additional course on security, which is an organic addition to the basic training program for police, customs officers. [5, 75-p]

As noted earlier, the purpose of profiling is to identify potentially dangerous individuals who has illegal intentions. The complexity of the situation is that in a short period of time, the police or customs officers must identify the possibility of involvement of a citizen in an illegal act, assess the behavior of a person based on the analysis of verbal and non-verbal information and make a decision. To perform this

task, the employee needs good erudition, developed intelligence, and the ability to apply non-standard solutions.

Requirements for training in the technology of profiling of police and customs officers should include review sessions on existing terrorist organizations, profile characteristics of a suicidal terrorist. Special attention should be paid to training in the possession of psychological knowledge about the psychology of lies, signs of deceitful behavior, the ability to identify verbal and non-verbal signs of deception.

Profiling is one of the most effective, tool-free ways to ensure security, as it allows specialists to prevent a legitimate action by identifying potentially dangerous individuals and situations. A well-chosen, trained and highly qualified police officer is the key to success in ensuring the safety of people, objects and territories.

Reference

1. M.S.Kodirov, Sh.X.Shomirzaev. Customs profiling. CI. T.: Methodical guide. 2019. - 178 p.
2. M.S.Kodirov. The role of profiling method in preventing unlawful acts. Электронное периодическое издание Экономика и Социум №8 (63)-2019.
3. M.S.Kodirov. The role of profiling in the activities of customs authorities. Materials of international scientific and practical conference. AIA. T.: 2019.
4. Shulman A. Voynaprotivterrora - izrailskiyopyit // Internet-portal «LIVEJOURNAL», 04.05.2014. -URL: <https://shaon.livejournal.com/186762.html>
5. Sosnin V.A., Nestik T.A. Sovremennyiy terrorizm: sotsialno-psihologicheskiy analiz. - M.: Institut psihologii RAN, 2008. - 75 p.
6. Tsarikova A. A. Using a profiling technique as an Effective mean of border protection. BNTU. 2019. - 77 p.

IJOD MAKTABLARIDA LOYIHA ISHINI BAJARISH JARAYONIDA O'QUVCHILARINING NOTIQLIK SAN'ATI VA NUTQINI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK JIHATLARI

Leyla Tagiyeva

Abdulla Qodiriy nomidagi ijod maktabi psixologi

Bugunda zamonaviy ta'lim, tobora nafaqat bilimlarni o'zlashtirishga, balki o'quvchining shaxsiyatini, uning tafakkurini, muloqot va ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirishga yo'naltirilmoqda. Loyiha shaklidagi vazifa, ona tili, adabiyot, matnshunoslik, tarjimashunoslik va chet tillari kabi fanlar chuqurlashtirib o'rganadigan ijod maktablarida alohida ahamiyat kasb etadi. Loyiha ishlari o'quvchilarning umumiy rivojlanishiga yordam beradi, fikrlashni rivojlantiradi, tahlil qilish, rejalashtirish va qaror qabul qilish qobiliyatini shakllantiradi, shaxsning faoliyat maydonini kengaytiradi. Shuni ta'kidlash kerakki, loyiha faoliyati individual emas, balki asosan guruhli xususiyatga ega: loyiha ustida bir nechta o'quvchilar ishlaydi, bu hamkorlik, o'zaro yordam va umumiy natija uchun mas'uliyat ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi. Birgalikda ishlash o'quvchilarni kelishuvga, rollarni taqsimlashga, boshqalarning fikrini hisobga olishga o'rgatadi, shuningdek, muloqotchanlik ko'nikmalarni va jamoada ishlash qobiliyatini rivojlantiradi, bu esa ijtimoiy moslashuvning muhim muvaffaqiyatli shartidir.

Biroq, amaliyotda ko'pincha qarama-qarshilik yuzaga keladi: o'quvchilar yuqori darajadagi nazariy bilim va til kompetensiyasiga ega bo'lsalar-da, o'z fikrlarini og'zaki ifodalashda, loyihalarni himoya qilishda, ommaviy chiqishlarda qiyinchiliklarga duch kelishadi. Bu esa bolalar va o'smirlarning psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda fikrlash nutqi va notiqlik san'atini maqsadga muvofiq rivojlantirish zarurligini ko'rsatadi.

Psixologiya nuqtai nazaridan, nutq nafaqat muloqot vositasi, balki fikrni shakllantirish va tuzish vositasi hamdir. L. S. Vigotskiyning fikricha, nutqning rivojlanishi tafakkurning rivojlanishi bilan bevosita bog'liqdir: nutq qanchalik boy va ongli bo'lsa, shaxsning intellektual faoliyati darajasi shunchalik yuqori bo'ladi.

Ijod maktablari o'quvchilari uchun ayniqsa quyidagilar muhimdir:

- fikrni mantiqan to'g'ri tuza olish;
- ichki (fikriy) nutqni tashqi, kengaytirilgan shaklga o'tkazish;
- aytilganlarning ma'nosini anglash;
- ona tilining ifoda vositalaridan foydalanish.

Notiqlik san'ati- o'z fikrini tinglovchiga ishonchli, dalillangan va hissiy jihatdan to'g'ri yetkazish qobiliyati sifatida qaraladi. Psixologik jihatdan notiqlik ko'nikmalarini rivojlantirish quyidagilarga yordam beradi:

- o'ziga bo'lgan ishonchni shakllantirish;
- ommaviy chiqishlarda xavotirni kamaytirish;
- o'z-o'zini refleksiya va o'z-o'zini nazorat qilishni rivojlantirish;

Ona tili va adabiyoti, chet tillaridan loyiha ishlari bilan shug'ullanuvchi bolalar uchun notiqlik san'ati intellektual mahsulotni taqdim etishning muhim vositasiga aylanadi.

Loyiha ishi ta'lim vaziyatini yaratadi, bunda o'quvchi quyidagilarga e'tiborini qaratadi:

- axborotni tahlil qilish;
- o'z g'oya va fikrini shakllantirish.
- xulosalar chiqarish;
- natijalarni og'zaki shaklda taqdim etish.

Aynan loyihani himoya qilish bosqichida fikrlash va nutq jarayonlari faollashadi. O'quvchi matnni shunchaki takrorlamaydi, balki uni sharhlaydi, savollarga javob beradi, o'z nuqtai nazarini asoslaydi.

Loyiha faoliyatining pedagogic jihatida shundaki:

- o'quvchining bilimi va shaxsiy tajribasini birlashtiradi;
- ichki motivatsiyani rag'batlantiradi;
- tanqidiy va obrazli fikrlashni rivojlantiradi;
- ilmiy va badiiy nutq madaniyatini shakllantiradi.

Nutqni samarali rivojlantirishning psixologik jihatlari:

1. Qo'llab-quvvatlovchi ta'lim muhiti - xato qilishdan qo'rqmaslik, bolaning fikriga hurmat bilan munosabatda bo'lish.
2. Asta-sekinlik va tizimlilik - nutqning oddiy shakllardan murakkabroq shakllarga (monolog, munozara, loyiha himoyasi) qarab rivojlanishi.
3. Yosh xususiyatlarini hisobga olish - o'smirlar baholashga ayniqsa sezgir, shuning uchun ijobiy fikr-mulohazalar muhimdir.
4. Refleksiya - o'z nutqini tahlil qilish, nutqning kuchli va zaif tomonlarini anglash.

Notiqlik san'atini rivojlantirishda loyiha ishini kuzatayotgan o'qituvchining roli nafaqat bilim manbai, balki nutq rivojlanishining moderatori hamdir. Uning vazifasi dialogli vaziyatlarini yaratish, erkin fikr bildirishni rag'batlantirish, dalillash va ifodali nutq usullarini o'rgatishdir, undan tashqari quyidagi usullar samarali hisoblanadi:

- muammoli masalalar;
- mini-debatlar;
- matnlarga og'zaki izohlar;
- tarjima va matnshunoslik loyihalari taqdimoti;
- jamoaviy muhokama.

Muxtasar qilib aytganda, ijod maktablari o'quvchilarining notiqlik va fikrlash nutqini o'stirish hozirgi zamon ta'limining muhim pedagogik-psixologik vazifasidir. Loyihalash faoliyati ona tili va ijtimoiy fanlarni chuqur o'rganish bilan uyg'unlashgan holda o'quvchilarning nutq madaniyati, ishonchi va intellektual mustaqilligini shakllantirish uchun qulay sharoit yaratadi.

Nutqni rivojlantirishning psixologik jihatlarini hisobga olgan har bir pedagog maqsadli ishlasda, nafaqat loyiha ishlarining sifatini oshirishga, balki barkamol, fikrlovchi va ijodkor shaxsni shakllantirishga o'z hissasini qo'shadi, yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Д.Р.. Бабаева. Нутк; устириш методикаси. (Укув к;уланма). Т.: «Fan va texnologiya», 2009.

2. **Выготский Л. С.** „Мышление и речь”: монография; Государственное социально-экономическое издательство-1934.

3. **Панфилова А.П.** «Игровое моделирование в деятельности педагога.» Издательский центр «Академия»-М.,2007.

O'SMIRLIK DAVRI PSIXOLOGIYASI: INQIROZLAR, NEYROBIOLOGIK O'ZGARISHLAR VA SAMARALI MULOQOT STRATEGIYALAR

*Raximova Dilafruz Raximovna
Toshkent shahar Olmazor tuman 242-maktab psixologi*

Annotatsiya: Ushbu maqola o'smirlik davrining (11-19 yosh) fiziologik va psixologik xususiyatlarini kompleks tahlil qiladi. Maqolada o'smir miyasining shakllanishi, "shaxsiyat inqirozi", ijtimoiy moslashuv muammolari va ota-onalar bilan muloqotni tiklashning professional metodlari yoritilgan.

Kalit so'zlar: O'smirlik psixologiyasi, Neyrobiologik rivojlanish, Prefrontal korteks, Limbik tizim, Identifikatsiya inqirozi (Erik Erikson), Dofaminergiya, Kognitiv egiluvchanlik, Separatsiya (ajralish), Pubertat davri, Ijtimoiy moslashuv

O'smirlik davri (pubertat davri) — inson ontogenezining (shaxsiy rivojlanishining) eng dinamik va inqirozli bosqichi bo'lib, u bolalikning nisbiy barqarorligidan kattalikning ijtimoiy mas'uliyatiga o'tish ko'prigidir. Psixologiyada bu davrni ko'pincha *****Katta portlash***** deb atashadi, chunki barcha tizimlar — biologik, gormonal, kognitiv va ijtimoiy tizimlar bir vaqtning o'zida keskin o'zgarishga uchraydi. Jahon Sog'liqni Saqlash Tashkiloti (JSST) klassifikatsiyasiga ko'ra, o'smirlik 10 yoshdan 19 yoshgacha davom etadi. Biroq, zamonaviy psixologiya va neyrobiologiya "kechki o'smirlik" tushunchasini 24-25 yoshgacha kengaytirishni taklif qilmoqda, chunki miyaning ijtimoiy moslashuv markazlari aynan shu yoshga kelib to'liq shakllanadi.

Biologik Determinatsiya: Gormonlar va Psixikaning aloqasi

O'smirlik davridagi "portlash"ning asosi — bu ****Endokrin tizimidagi inqilobdir****. Gipotalamus va gipofiz bezlari jinsiy gormonlarni (erkaklarda testosteron, ayollarda estrogen va progesteron) ishlab chiqarish uchun buyruq beradi. Ushbu gormonlarning qonga keskin quyilishi o'smir ruhiyatida quyidagi ilmiy asoslangan reaksiyalarni keltirib chiqaradi:

1. Emotsional labillik (beqarorlik): Kayfiyatning hech bir tashqi sababsiz keskin o'zgarishi. Miya gormonal fonning yangi darajasiga hali moslashmagan bo'ladi.
2. Agressivlik va impulsivlik: Testosteron darajasining oshishi nafaqat jismoniy o'sishga, balki himoya va hukmronlik instinktlarining faollashishiga olib keladi.
3. Hissiy sezgirlik: O'smir atrofdagilarning nigohi, ohangi va yuz ifodasini o'ta sezgirlik bilan qabul qiladi. Oddiy tanbeh uning uchun shaxsiy haqoratdek tuyulishi mumkin.

Kognitiv rivojlanish: Abstrakt fikrlashning tug'ilishi

Jan Piaje nazariyasiga ko'ra, o'smirlik davrida bola "aniq operatsiyalar" bosqichidan ****formal operatsiyalar**** bosqichiga o'tadi. Bu o'smir ruhiyatidagi eng katta kognitiv inqilobdir.

Gipotetik-deduktiv fikrlash: O'smir endi faqat ko'rib turgan narsasi haqida emas, balki "agar shunday bo'lsa, nima bo'ladi?" degan mavhum tushunchalar haqida o'ylay boshlaydi.

Introspeksiya (O'z-o'zini kuzatish): O'smir ilk bor o'z fikrlari haqida fikr yurita boshlaydi (metakognitsiya). U "Men nega bunday o'ylayapman?", "Boshqalar men haqimda nima deb o'ylayapti?" degan savollar girdobida qoladi.

Intellektual markazlashuv (Egotsentrizm): O'smirga go'yoki butun dunyo unga qarab turgandek tuyuladi. Bu psixologiyada "Xayoliy auditoriya" deb ataladi. Masalan, yuzidagi kichik bir sivilsa uning uchun butun dunyo ko'rib turgan katta fojiadek tuyulishi aynan shu fenomen natijasidir.

Shaxsiyat inqirozi: "Men" konsepsiyasining shakllanishi

Erik Erikson klassifikatsiyasiga ko'ra, o'smirlikning asosiy vazifasi — O'zlikni anglash (Identity).

Bu davrda o'smir quyidagi uchta yo'nalishda o'zligini izlaydi:

1. Ijtimoiy o'zlik: "Men qaysi guruhga tegishliman? Do'stlarim kim?".
2. Professional o'zlik: "Men kelajakda kim bo'laman? Mening qobiliyatim nimada?".
3. Jinsiy o'zlik: O'z jinsi va unga mos xulq-atvorni qabul qilish.

Agar ushbu izlanishlar muvaffaqiyatli o'tsa, o'smirda sadoqat (fidelity) va ichki barqarorlik shakllanadi. Agar ota-onalar tomonidan o'ta kuchli bosim o'tkazilsa yoki o'smir e'tiborsiz qolsa, "Rol chalkashligi" (Role Confusion) yuzaga keladi. Bu holatda o'smir jamiyatga zid harakatlar qilishi yoki o'ziga zarar yetkazish (self-harm) yo'liga kirishi xavfi ortadi.

Ijtimoiy Emansipatsiya: Ota-onadan ajralish instinkti

O'smirlikning eng og'riqli, lekin zaruriy qismi — bu psixologik separatsiya (ajralish). O'smir mustaqil shaxs bo'lishi uchun ota-onasining avtoritetini "yiqitishi" kerak.

Qadriyatlar to'qnashuvi: O'smir ota-onasi aytgan hamma narsani shubha ostiga oladi. Bu uning o'z dunyoqarashini qurish usulidir.

Tengdoshlar ustuvorligi: Reaktiv psixologiya qonuniga ko'ra, o'smir uchun tengdoshlari — "etallon" (namuna) hisoblanadi. U o'zini guruh ichida tasdiqlash orqali hayotiy tajriba to'playdi.

O'SMIR MIYASINING ARXITEKTURASI: NEGA ULAR TAVAKKALCHI?

O'smirlik davridagi xulq-atvor, hissiy portlashlar va mantiqsiz tuyulgan tavakkalchiliklar ortida miya arxitekturasining o'ziga xos shakllanish jarayoni yotadi. Zamonaviy neyropsixologiya shuni isbotlaydiki, o'smir miyasi "tayyor mahsulot" emas, balki "qurilish maydonchasi"dir. Bu davrda miya jiddiy tarkibiy qayta qurish — remodeleyatsiya bosqichini boshidan kechiradi.

Neyrobiologik nomutanosiblik: "Ikki tezlikli rivojlanish" modeli

O'smir miyasidagi eng katta muammo — bu miya qismlarining turlicha tezlikda rivojlanishidir. Bu holat ilmiy adabiyotlarda "Dual Systems Model"(Ikki tomonlama tizim modeli) deb ataladi.

1. Limbik tizim (Emotsional dvigatel): Bu tizim, ayniqsa, amygdala (bodomchasimon tana) va nucleus accumbens (zavqlanish markazi) o'smirlik davrida juda faol va deyarli to'liq shakllangan bo'ladi. U hissiyotlar, ijtimoiy mukofot va zavqlanish uchun javobgardir.

2. Prefrontal korteks (Mantiqiy tormoz): Miya po'stlog'ining peshona qismi bo'lib, u mantiqiy fikrlash, rejalashtirish, impulsivlikni jilovlash va oqibatlarni baholash uchun mas'uldir. Muammo shundaki, prefrontal korteks miyaning eng kech shakllanadigan qismi bo'lib, uning to'liq rivojlanishi 24-25 yoshga borib yakunlanadi.

Dofaminergiya va "Mukofotga ochlik" fenomeni

O'smirlik davrida miyaning dofamin tizimi qayta dasturlanadi. Dofamin — bu zavqlanish va motivatsiya neyromediatoridir. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'smirlarda dofaminning bazaviy darajasi pastroq, lekin biron-bir rag'batlantiruvchi ta'sirga (shirinlik, internet, e'tibor, xavf) nisbatan ajralib chiqadigan dofamin miqdori kattalarnikidan bir necha barobar ko'proqdir.

Bu holat "Dofaminergiya reaktivligi" deb ataladi. O'smir oddiy, tinch hayotdan zavq olmaydi; unga kuchliroq emotsional zarba (stimul) kerak. Shu sababli ular:

- * Yangi va xavfli tajribalarga intiladilar.
- * Zararli odatlarga tezroq bog'lanib qoladilar.
- * Ijtimoiy tarmoqlardagi "layk" va "reaksiya"larga nisbatan biologik ehtiyoj sezadilar.

Neyronlarni "qirqish" (Pruning) va Mielinizatsiya

O'smir miyasi samaradorlikni oshirish uchun ikki muhim jarayonni amalga oshiradi:

1. Sinaptik Pruning (Qirqish): Miya bolalikda hosil bo'lgan ortiqcha, ishlatilmaydigan neyron aloqalarini (sinapslarni) yo'qotadi. Bu jarayon "ishlatmasang — yo'qotasan" tamoyili asosida ishlaydi. Qaysi ko'nikma (sport, musiqa, ilm) ustida ishlasa, o'sha neyron yo'llari saqlanib qoladi.

2. Mielinizatsiya: Neyronlar atrofida mielin qobig'i (izolyatsiya) shakllanadi. Bu axborot almashinuvi tezligini 100 barobargacha oshiradi. O'smirlikda mielinizatsiya

pastki (hissiy) qismlardan yuqori (mantiqiy) qismlarga qarab boradi. Shu sababli o'smir avval his qiladi, keyin o'ylaydi.

Nega tengdoshlar davrasida xavf darajasi ortadi?

Ilmiy tajribalar (masalan, Steynbergning avtomobil haydash simulyatsiyasi) shuni ko'rsatadiki, o'smir yolg'iz bo'lganda mantiqiy qaror qabul qila oladi. Biroq, yonida tengdoshlari paydo bo'lishi bilan uning miyasidagi "ijtimoiy mukofot" markazlari faollashadi. O'smir uchun tengdoshining e'tirofi miyada xuddi ovqat yoki yutuq kabi zavq bag'ishlaydi. Bu holatda prefrontal korteks (mantiq) butunlay "o'chib qoladi" va o'smir o'zini ko'rsatish uchun eng ahmoqona tavakkalchilikka ham qo'l uradi. Bu ijtimoiy evolyutsiya mahsulidir — ajdodlarimiz davrida yoshlar to'dada o'z o'rnini topishi uchun jasorat (xavf) ko'rsatishi shart bo'lgan.

Ijtimoiy og'riq va jismoniy og'riqning bir xilligi

O'smir miyasi uchun ijtimoiy chetlatilish (to'dadan haydalish, e'tiborsiz qolish) xuddi jismoniy jarohat kabi qabul qilinadi. Neyroimaging (fMRT) tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, o'smir "do'stlaridan ayrilish" xavfini his qilganda, miyasida jismoniy og'riq uchun mas'ul bo'lgan anterior cingulate cortex qismi faollashadi. Shuning uchun o'smir ota-onasining nasihatidan ko'ra, do'stlarining talabini ustun qo'yadi. U ota-onasidan uzoqlashsa ham tirik qolishini biladi (biologik darajada), lekin ijtimoiy guruhdan ayrilishni "o'lim" deb his qiladi.

Xulosa. Ushbu tadqiqotda o'smirlik davrining neyrobiologik, kognitiv va ijtimoiy jihatlarini atroflicha tahlil qilindi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, o'smirlar bilan ishlashda va ularning xulq-atvorini tushunishda quyidagi fundamental xulosalarga kelindi. Har bir band maqola davomida keltirilgan ilmiy dalillarga tayanadi:

1. Biologik determinizm faktori (Nega biz buni birinchi o'ringa qo'ydik?):

O'smirdagi emotsional beqarorlik va impulsivlik — bu tarbiya jarayonidagi xato emas, balki miyaning fiziologik shakllanish bosqichidir. Maqolaning 2-bo'limida ko'rsatilganidek, limbik tizimning prefrontal korteksdan ko'ra faolroqligi o'smirni biologik darajada hissiyotlarga moyil qilib qo'yadi. Shuning uchun, xulosaning ushbu bandi kattalardan o'smirlarga "aybdor" emas, balki "rivojlanayotgan organizm" sifatida qarashni talab qiladi.

2. Ijtimoiy mukofot tizimining ustuvorligi (Nega do'stlar oiladan muhimroq bo'lib qoladi?):

Tadqiqotlar shuni isbotlaydiki, o'smir miyasi uchun tengdoshlarining e'tirofi eng kuchli dofamin manbaidir. Xulosada ushbu bandning alohida ajratilishi sababi — otalarni o'smirning do'stlari bilan bo'lgan munosabatini "shaxsiy adovat" sifatida qabul qilmaslikka chaqirishdir. Bu — evolyutsion moslashuv jarayoni bo'lib, shaxsning ijtimoiy iyerarxiyada o'z o'rnini topishi uchun zarurdir.

3. "Tashqi nazorat" zaruriyati (Nega o'smirni o'z holiga tashlab qo'yib bo'lmaydi?):

Miyaning mantiqiy qarorlar qabul qilish markazi 25 yoshgacha shakllanmasligini hisobga olib, xulosada kattalarning yo'naltiruvchi roli alohida ta'kidlandi. Raqamlangan ushbu bandning maqsadi — o'smirga mutlaq erkinlik berish yoki uni qattiq nazorat qilish o'rtasidagi "oltin o'rta"ni topishdir. Kattalar o'smir miyasining hali yetilmagan "mantiqiy tormoz" tizimini vaqtincha to'ldirib turishlari shart.

4. Muloqotda validatsiya va ishonch (Nega aynan ishonch muloqot asosi?):

O'smirning o'zligini anglash jarayoni (Erikson nazariyasi) juda mo'rt bo'ladi. Xulosada bu bandning keltirilishi — o'smirning his-tuyg'ularini tan olish (validatsiya) orqali uning ruhiy jarohat olishining oldini olishga qaratilgan. Tan olish va tushunish bo'lmagan joyda o'smir "identifikatsiya diffuziyasi"ga uchraydi va o'zini jamiyatdan ajratadi.

Maqolaning ilmiy ahamiyati:

Ushbu maqola shuni ko'rsatadiki, o'smirlik davri — bu shunchaki "o'tish davri" emas, balki inson hayotidagi eng yuqori plastiklik (o'zgaruvchanlik) davridir. Maqolada keltirilgan raqamlangan xulosalar o'quvchiga murakkab neyrobiologik jarayonlarni kundalik hayotda qo'llaniladigan aniq strategiyalarga aylantirib berishni maqsad qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Steinberg, L. (2024). Age of Opportunity: Lessons from the New Science of Adolescence. New York: Eamon Dolan/Houghton Mifflin Harcourt. (O'smir miyasi va tavakkalchilik sabablari bo'yicha eng nufuzli manba).

2. Siegel, D. J. (2025). Brainstorm: The Power and Purpose of the Teenage Brain. New York: TarcherPerigee. (O'smirlar o'rtasidagi muloqot va neyropastiklik tahlili).

- 3.Erikson, E. H. (1968/2021). Identity: Youth and Crisis. W. W. Norton & Company. (Shaxsiyat inqirozi nazariyasining klassik asari).
- 4.Dahl, R. E., & Spear, L. P. (2024). Adolescent Brain Development: A Period of Vulnerability and Opportunity. Annals of the New York Academy of Sciences, 1167(1), 1-22.
- 5.Jaxon Sog'liqni Saqlash Tashkiloti (WHO). (2025). Adolescent Mental Health: Global Trends and Strategic Challenges. Geneva: WHO Press. (O'smirlar ruhiy salomatligi bo'yicha global statistika).
- 6.Goleman, D. (2021). Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. Bantam Books. (Emotsional barqarorlik va o'smirlar EQ tahlili).
- 7.National Institute of Mental Health (NIMH). (2025). The Teenage Brain: 7 Things to Know. U.S. Department of Health and Human Services.
- 8.Piaje, J. (1952/2022). The Origins of Intelligence in Children. International Universities Press. (Kognitiv rivojlanish bosqichlari).

ҲАРБИЙ-АКАДЕМИЙ ЛИЦЕЙ ЎҚУВЧИЛАРИДА ҲАРБИЙ-КАСБИЙ ҚИЗИҚИШЛАРНИ ОШИРИШДА ПЕДАГОГИК ВА ПСИХОЛОГИК ЁНДОШУВ

*Жалалова Мухаббат Тургунбаевна
Миллий гвардия “Темурбеклар мактаби” ҳарбий-академик лицей психологи*

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

Шунга кўра, ҳарбий лицей ўқувчиларини ҳарбий ватанпарварлик руҳида тарбиялаш ҳамда ҳарбий соҳага бўлган касбий қизиқишларни шакллантиришда ҳарбий лицей педагог ва психологлари вакиллари муҳим аҳамиятга эга бўлиб ҳисобланади.

Маълумки, педагоглар шунингдек, “Чакирикка қадар бошланғич тайёргарлик” фани ўқитувчиси ўқувчиларнинг касбий қизиқишларини ўқув предметлар, амалий машғулотлар асосида ташкил этиши орқали ўқувчининг фанга чуқур қизиқишини ҳамда ҳарбий касбни танлашга бўлган қизиқишини уйғотади ва кучайтиради.

Ҳар қандай касбга пайдо бўлган қизиқиш, ўқув фани қизиқишларини янада ривожлантириш ва чуқурлаштиришга, билимларни фаол ўзлаштиришга ёрдамлашади.

Ўқувчиларни мустақил меҳнат фаолиятига пухта тайёрлаш ва уларнинг касбий қизиқишларини шакллантириш ҳамда ўз қобилиятларига яраша тўғри танлашларига эришиш учун ҳарбий лицей ўқитувчиларининг педагогик маҳорати, билим савияси, дидактик (шунингдек, академик, ташкилотчилик, перцептив ва ҳ. к.) қобилиятлари юксак бўлиши, фан асосларини турмуш билан боғлаб ўрганилиши, тўғра ва қўшимча, ёрдамчи курслар оқилона уюштирилиши, ҳарбий соҳа ва бошқа касблар тўғрисида маърузалар ўқилиши, суҳбатлар, мунозаралар ўтказилиши, саёҳатлар, учрашувлар, касб-ҳунар фотожўрғазмаларини ташкил этиш орқали ўқувчиларда касбий қизиқишларни шакллантиришда муҳим аҳамият касб этади.

Кўп ҳолларда ўқитувчилар ўқув дарслари режаларини ўқувчини келажакда маълум бир касбни эгаллашда олий таълим муассасасида ўқиши ва ўзи танлаган касбининг мутахассиси бўлишини назарда тутган ҳолда билим берадилар. Улар машғулот жараёнида ўтилаётган фан юзасидан мавжуд бўлган касблар ва уларнинг маъзмуни билан қисқача таништириб ўтишни маъқул кўрадилар. Шу давр мобайнида ўқувчилар ўтилаётган фаннинг асосини ўрганишлари, тушунишлари, билим билан қуролланишлари меҳнатнинг туб моҳиятини илмий жиҳатдан тушунишларига ва иш сифатини яхшилашга ёрдам беради. Масалан:

ҳарбий соҳага қизиқиш ҳарбийларнинг хизмат фаолияти билан таништириш, ҳарбий соҳада юксак унвонларга эришган ҳарбийлар билан учрашувлар ташкил этиш орқали ҳарбий соҳани эгаллашга бўлган қизиқишлари ва тассавурлари шаклланади. Худди шу каби физика ўқитувчиси ҳам механиканинг қонуниятлари, машина механизмларининг тузилиши ва ишлаш ҳаракатининг тамойиллари билан боғлиқлигини тушунтиради.

Ҳарбий соҳага бўлган қизиқишларини ошириш ишининг энг аҳамиятли томони ўқувчиларни ҳарбий ватанпарварлик руҳида тарбиялаш, яъни ўқувчиларда ватанга бўлган муҳаббат ва она юртига хизмат қилишга бўлган иштиёқларини ва қизиқишларни ҳамда шу касбга бўлган ижобий психологик муносабатни шакллантиришда кенг имкониятлар яратади. Ўқувчиларни ўқув жараёни давомида касблар билан таништириш ва қизиқишларини шакллантириш ҳамда меҳнат қилишга бўлган иштиёқини ошириш билан биргаликда касбга йўналтириш ишларида учрайдиган муаммоларга ҳам эътибор бериб ўрганиб чиқиш ва ечимини топиш зарур.

Дарс жараёнини тўғри ташкил этиш ва бошқариш ҳарбий академик лицейда таълим олаётган ўқувчиларда ҳам жамоа билан ишлаш кўникмаси, фаоллик, ўз фикрини баён этиш қобилиятини ривожлантириш, ўз фаолиятини самарали бўлишига қизиқиш, оптимистик руҳни шакллантириш, ўзини адекват баҳолашга ўргатиш, ҳарбий ва бошқа касбга бўлган касбий қизиқишларини шакллантириш, имкониятларини намоён қила олиш эҳтиёжини юзага келтириш, “Мен” лигини ифодалашга имкон бериш ва атрофдагилар билан мулоқотга киришимлиликни ривожлантиришга имкон беради.

“Темурбеклар мактаби” ҳарбий-академик лицей ўқувчиларини ҳарбий касбга қизиқишларини оширишда гуруҳ раҳбарлари ва командирлари қуйидаги қоидаларга амал қилиши лозим бўлади:

1. Ўқувчилар фаолиятини баҳолаб бориши ва шахсий хусусиятларини ҳисобга олиши;
2. Ўқувчиларнинг руҳиятига ва ёш хусусиятларига мос равишда муносабатда бўлиши;

3. Ўқувчиларни турли фаолиятга қизиқтира олиши ва диққатини жалб қила олиши;
4. Гуруҳга ва ҳар бир ўқувчига руҳий таъсир ўтказа олиши;
5. Дарс жараёнини ўқувчиларнинг ўзлаштириш даражалари ҳамда руҳий ҳолатини ҳисобга олган ҳолда ташкил қилиш;
6. Баҳолаш, рағбатлантириш ва жазолашда ҳар бир ўқувчига хос руҳий ҳолатни ҳисобга олиш;
7. Иродавий сифатлар (ишонтириш, мақсадга эриша олиш, изчиллик, қатъийлик) ни шакллантиришга эришиш;
8. Ҳар бир ўқувчининг имкониятини, қобилиятини ва ўзлаштириш даражасини инобатга олиши;
9. Гуруҳда юз бериши мумкин бўладиган ҳолатларни олдиндан англай олиш ва бошқариш.

Юқоридаги фикрларга асосланган ҳолда ўқувчиларнинг ҳарбий соҳага касбий қизиқишларини шакллантиришда таълим муассасаси педагог ва психологлари биргаликда ўқувчиларга қуйидаги психологик тренинг ўйинлари орқали уларга амалий ёрдам беришлари мумкин. Бунинг учун ўқувчилар орасида ўзини ўзи ноадекват баҳолаш, эмоционал-иродавий соҳасини бошқариш малакалари, шунингдек, касбий қизиқишлари шаклланмаган ҳамда атрофдагилардан ўзини олиб қочувчи, тортинчоқ хусусиятларига эга бўлган ўқувчилар ажратиб олинади. Шунга мувофиқ улар билан махсус ишлаб чиқилган коррекцион-ривожлантирувчи дастур асосида 2-3 ой давомида ҳафтасига 3-4 марта тренинг машғулоти ташкил қилинади.

Ўқувчиларда ҳарбий касбий қизиқишлар ҳамда психологик хусусиятларини ривожлантиришга йўналтирилган тренинг машғулотининг вазифалари:

1. Шахсни ўз имкониятларини реал баҳолашга ўргатиш;
2. Ўз фикрини бошқаларга етказиб бера олиш малакасини шакллантириш.

3. Шахслараро муносабатда ўзини эркин тута олиш малакасини шакллантириш;

4. Мустақил фикрлаш, мустақил қарор қабул қилишга ўргатиш.

5. Инновацион фаолиятга доир кўникмаларни ҳосил қилиш.

Қуйидаги **“Мен ким?”** тренинг машғулоти орқали ўқувчиларнинг ўз-ўзига нечоғлик адекват баҳо беришлари аниқланади, ўз кучи ва имкониятига ишонч ҳисси шаклланишига эришилади.

Ўқувчилар қўлларига қоғоз қалам олиб, **“Мен ким”** саволига бир неча марта жавоб беришлари керак бўлади. Бу машқ ҳар дарсда қайтарилади. Ёзилган жавоблар йиғиб олиниб, кейинги машғулотда тарқатилиб, иштирокчилар ўз варақаларидаги олдинги ёзувлар қаторига қўшимча янги ўз **“Мен”** и ҳақидаги мулоҳазаларини ёзадилар.

“Менинг келажагим” тренинг машғулоти орқали эса ўқувчилар айлана бўлиб ўтирадилар. Бошловчи кўрсатма беради. **“Келинглار бугун келажагимизга назар ташлаймиз. Барчангиз келажақда қўлингиздан ҳамма иш келишини ҳоҳласангиз керак. Келажагингизни қандай тасаввур қиласиз. Ҳозир баланд овоз билан галма-гал ҳар бирингиз ўзингизнинг энг катта орзуингиз ҳақида гуруҳга айтасиз. Ҳар бир айтилган сўздан кейин биз ҳаммамиз бараварига қайтарамиз: “Сен буни уддалайсан, келажақда бунга эришасан...”** Ва сенинг орзуинг албатта амалга ошади”. Машғулот ўқувчиларнинг орзулари ва тилаклари тугамагунча давом этади.

Хулоса ўрнида шуни таъкидлаш лозимки, ўқувчиларнинг психологик жиҳатдан суст ривожланишларида тарбиявий жараёнда йўл қўйилган педагогик-психологик жароҳат туфайли катталар билан мулоқатга киришишда тортинчоқлик ва бошқа салбий ҳислатлар кузатилади. Таълим муассасаси ўқитувчилари ҳамда психологлари ўқувчиларнинг психологик ҳолатларини кузатиб боришлари, шунингдек, ҳиссиётларини ўзига хослигини инобатга олган ҳолда улар билан ахлоқий-руҳий ишларини тўғри ташкил этиш орқали, уларнинг руҳий сифатларининг ривожланиш самарадорлигини оширишда хусусан

Ватанга хизмат қилиш, ҳарбий соҳани эгаллашга бўлган ижобий муносабатни шакллантиришда муҳим аҳамиятга эга ҳисобланади.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати

1. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2023 йил 29 июндаги 267-сон қарори.
2. Сатиб-Алдиев А.А. Таълимнинг фаол шакл ва методлари. // Методик тавсиялар: – Тошкент ОУҚБЮ, 2007. – 45 б.
3. Махмудов Р.М., Акбаров Л.И. Ёшларни ҳарбий-ватанпарварлик руҳида тарбиялаш концепцияси амалда 2022. – 223-230 б.
4. Алимходжаева С.Н., Ҳайдаров Ф.И. Психологик тренинглари ишланмаси Тошкент-2009 йил. Б-53.

**PEDAGOGIK JARAYONDA INNOVATSION TA'LIM
TEKNOLOGIYALARIDAN FOYDALANISH SAMARADORLIGI**

Lutfullayev Abduvali Abdunabiyevich
Qarshi xalqaro universiteti Ijtimoiy-gumanitar fanlar kafedrasi dotsenti

Annotatsiya. Maqolada pedagogik jarayonda innovatsion ta'lim texnologiyalari va metodikalarni qo'llashning nazariy-metodologik asoslari hamda ularning amaliy ahamiyati ilmiy jihatdan tahlil qilinadi. Zamonaviy ta'lim tizimida innovatsion yondashuvlarning o'rni, ularning ta'lim sifati va samaradorligiga ta'siri ochib beriladi. Shuningdek, interfaol metodlar, raqamli texnologiyalar, shaxsga yo'naltirilgan va kompetensiyaviy yondashuvlar asosida tashkil etilgan pedagogik jarayonning ustun jihatlari asoslab beriladi. Tadqiqot natijalari innovatsion texnologiyalarni ta'lim amaliyotiga joriy etish pedagogik samaradorlikni oshirishda muhim omil ekanligi haqida ma'lumotlar berilgan.

Kalit so'zlar: innovatsion ta'lim texnologiyalari, pedagogik jarayon, interfaol metodlar, kompetensiyaviy yondashuv, ta'lim samaradorligi, raqamli ta'lim.

Kirish. Bugungi globallashuv va raqamli transformatsiya sharoitida ta'lim tizimi oldiga mutlaqo yangi talablar qo'yilmoqda. Jamiyat taraqqiyoti, mehnat bozoridagi raqobat va texnologik rivojlanish ta'lim jarayonini an'anaviy yondashuvlar bilan cheklab qo'yishni inkor etadi. Shu sababli pedagogik jarayonda innovatsion ta'lim texnologiyalari va metodikalarni joriy etish muhim ilmiy-amaliy muammoga aylanmoqda.

O'zbekiston Respublikasida ta'lim sohasini modernizatsiya qilish, ta'lim sifatini oshirish va raqobatbardosh kadrlar tayyorlash masalalari davlat siyosati darajasiga ko'tarilgan. Ushbu jarayonda innovatsion ta'lim texnologiyalari pedagogik jarayonning mazmuni, shakli va metodlarini tubdan yangilashning asosiy vositasi sifatida namoyon bo'lmoqda.

Mazkur maqolaning maqsadi — pedagogik jarayonda innovatsion ta'lim texnologiyalari va metodikalarni qo'llashning nazariy hamda amaliy asoslarini ilmiy jihatdan tahlil qilish va ularning ta'lim samaradorligini oshirishdagi rolini asoslab berishdan iborat.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya. Bahodirjon Shermuhammadov va ilmiy xodim Odiljon Raxmatov o'zlarining maqolasida raqamli ta'lim muhitining o'qituvchilar va o'quvchilar axborot madaniyatini shakllantirishdagi rolga e'tibor qaratadilar. Ular ta'limda texnologik vositalardan maqsadli foydalanish o'quvchilarning ijtimoiy bilim darajasi va ongini mustahkamlashini ta'kidlaydilar[1], Mo'layev Baxtiyor[2], Amerikalik professor Cindy Hmelo-Silver kompyuter yordamidagi hamkorlikli o'qitish (CSCL) orqali o'quvchilarning ijtimoiy ongini rivojlantirishni asoslagan. U ta'lim jarayonida o'zaro fikr almashish, muloqot va vazifa bo'yicha taqsimlangan faoliyat ijtimoiy ko'nikmalarni faollashtiradi, deb hisoblaydi[4].

Tadqiqot jarayonida quyidagi ilmiy metodlardan foydalanildi: tizimli-tahliliy metod, qiyosiy tahlil, pedagogik kuzatuv, nazariy umumlashtirish, ilmiy manbalarni tahlil qilish. Mazkur metodlar innovatsion ta'lim texnologiyalarining mohiyatini ochib berish va ularni pedagogik jarayonda qo'llashning samaradorligini aniqlash imkonini berdi.

Innovatsion ta'lim texnologiyalari — bu ta'lim jarayonini samarali tashkil etishga, talabaning shaxsiy rivoji va mustaqil fikrlashini ta'minlashga qaratilgan zamonaviy pedagogik yondashuvlar, metodlar va vositalar majmuidir. Ularning nazariy asosi pedagogika, psixologiya, didaktika va axborot texnologiyalari fanlari integratsiyasiga tayanadi.

Innovatsion yondashuvlar quyidagi tamoyillarga asoslanadi:

- shaxsga yo'naltirilgan ta'lim;
- faoliyatga asoslangan yondashuv;
- kompetensiyaviy model;
- refleksiv va tanqidiy tafakkurni rivojlantirish;
- uzluksiz va moslashuvchan ta'lim.

Mazkur tamoyillar pedagogik jarayonda talabaning faolligini oshirish, bilimlarni amaliyot bilan uyg'unlashtirish va ijodiy salohiyatni rivojlantirishga xizmat qiladi.

Innovatsion metodikalar pedagogik jarayonni faollashtirish va ta'lim subyektlari o'rtasida samarali muloqotni ta'minlashga yo'naltirilgan. Ularga quyidagilar kiradi:

- interfaol metodlar (keys-stadi, munozara, debat, aqliy hujum);
- loyiha asosida ta'lim;
- muammoli ta'lim;
- modulli o'qitish;
- blended learning va masofaviy ta'lim elementlari.

Ushbu metodikalar talabalarning bilimlarni mustaqil egallashi, tahlil qilishi va amaliy faoliyatda qo'llash ko'nikmalarini shakllantiradi.

Amaliy tajriba shuni ko'rsatadiki, innovatsion ta'lim texnologiyalarini pedagogik jarayonga joriy etish quyidagi natijalarga olib keladi:

- ta'lim sifati va samaradorligining oshishi;
- talabalarning motivatsiyasi va faolligining kuchayishi;
- nazariy bilimlarning amaliyot bilan integratsiyasi;
- mustaqil va tanqidiy fikrlash ko'nikmalarining rivojlanishi;
- raqamli savodxonlik va kasbiy kompetensiyalarning shakllanishi.

Shuningdek, innovatsion texnologiyalar o'qituvchining rolini bilim beruvchidan ta'lim jarayonini boshqaruvchi va yo'naltiruvchiga aylantiradi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, innovatsion ta'lim texnologiyalari pedagogik jarayonning sifat jihatdan yangilanishini ta'minlaydi. Ular ta'lim jarayonini moslashuvchan, ochiq va samarali tizimga aylantiradi. Biroq innovatsiyalarni joriy etishda o'qituvchilarning kasbiy tayyorgarligi, texnik ta'minot va metodik qo'llab-quvvatlash muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa. Pedagogik jarayonda innovatsion ta'lim texnologiyalari va metodikalarni qo'llash ta'lim sifatini oshirishning muhim omili hisoblanadi. Ular shaxsga yo'naltirilgan, kompetensiyaviy va faoliyatga asoslangan ta'limni ta'minlab, zamonaviy jamiyat ehtiyojlariga mos kadrlar tayyorlashga xizmat qiladi. Shunday ekan, innovatsion texnologiyalarni pedagogik amaliyotga tizimli va ilmiy asoslangan holda joriy etish dolzarb vazifa bo'lib qolmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasi. — Toshkent: O'zbekiston, 2022.
2. Shermuhammadov B., Raxmatov O. Ta'limda raqamli texnologiyalarni qo'llashning nazariy asoslari. — Farg'ona: FDU Ilmiy axborotlari, 2023. — №1. — B. 22–29.
3. Mo'layev B. M. Shaxsga yo'naltirilgan ta'lim va uning innovatsion asoslari. // O'zbekistonda pedagogik tadqiqotlar jurnali. — 2022. — №4. — B. 41–48.
4. Saidahmedov N. Pedagogik texnologiya asoslari. — Toshkent, 2018.
5. Muslimov N.A. Innovatsion ta'lim texnologiyalari. — Toshkent: Fan, 2020.
6. Klarin M.V. Innovatsii v obrazovanii. — Moskva: Pedagogika, 2019.
7. Toffler E. The Third Wave. — New York, 2016.

MIGRATSIYA NATIJASIDA AJRASHGAN OILALARNING RUHIY SALOMATLIGI

*Olimov Temir Hasanovich – Osiyo xalqaro universiteti professori, pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD),
Baratova Maftuna Faxridinovna – Osiyo xalqaro universiteti psixologiya magistratura mutaxassisligi bo'yicha I-bosqich magistri*

Annotatsiya: Ushbu maqolada migratsiya sharoitida ajralib qolgan oilalarning ruhiy salomatligi masalalari ilmiy-psixologik jihatdan tahlil qilinadi. Mehnat migratsiyasi natijasida oilaviy munosabatlarning buzilishi, emotsional uzilish, stress va psixologik moslashuv muammolari keng yoritilgan. Shuningdek, ajralib qolgan oilalarda kuzatiladigan ruhiy holatlar, ularning kelib chiqish sabablari hamda psixologik yordam ko'rsatishning samarali yo'llari ilmiy asosda bayon etilgan.

Аннотация: В статье с научно-психологической точки зрения анализируются проблемы психического здоровья семей, разлучённых в условиях миграции. Освещаются вопросы нарушения семейных отношений, эмоционального разрыва, стресса и психологической адаптации в результате трудовой миграции. Также рассматриваются причины возникновения психологических проблем в разлучённых семьях и эффективные пути оказания психологической помощи.

Annotation: This article analyzes the mental health issues of families separated under migration conditions from a scientific and psychological perspective. It highlights the disruption of family relationships, emotional separation, stress, and psychological adaptation problems caused by labor migration. In addition, the causes of psychological difficulties in separated families and effective methods of providing psychological support are discussed.

Kalit so'zlar: migratsiya, ajralib qolgan oilalar, ruhiy salomatlik, stress, depressiya, psixologik moslashuv, oilaviy munosabatlar.

Bugungi globallashuv jarayonida migratsiya ijtimoiy hayotning ajralmas qismiga aylanib bormoqda. Ayniqsa, mehnat migratsiyasi ko'plab oilalarning uzoq muddatga ajralib qolishiga sabab bo'lmoqda. Migratsiya jarayoni iqtisodiy muammolarni hal

etish vositasi sifatida namoyon bo'lsada, uning ijtimoiy va ruhiy oqibatlari ko'pincha yetarlicha e'tibordan chetda qolmoqda. Oila a'zolarining jismoniy va emotsional ajralishi oilaviy tizimning izdan chiqishiga olib keladi.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oiladan uzoqlashgan migrantlarda doimiy xavotir, yolg'izlik hissi, begonalashuv va identifikatsiya muammolari kuzatiladi. Shu bilan birga, vatanida qolgan oila a'zolari, ayniqsa ayollar va bolalar kuchli emotsional bosim ostida qoladilar. Ota yoki onaning yo'qligi bolalarda ruhiy beqarorlik, agressivlik, o'ziga ishonchsizlik va depressiv holatlarning shakllanishiga sabab bo'ladi. Ajralib qolgan oilalarda ijtimoiy rollarning o'zgarishi ham muhim psixologik muammo hisoblanadi. Masalan, oilaning moddiy ta'minoti birgina shaxs zimmasiga yuklanishi stress darajasining oshishiga olib keladi. Bundan tashqari, uzoq muddatli ajralish er-xotin o'rtasida emotsional sovuqlik, ishonchsizlik va oilaviy nizolarning kuchayishiga sabab bo'ladi. Migratsiya sharoitida ruhiy salomatlikni saqlash uchun psixologik profilaktika muhim ahamiyatga ega. Oilalarni migratsiyaga tayyorlash, psixologik maslahatlar berish, masofaviy muloqotni qo'llab-quvvatlash hamda bolalar bilan tizimli ishlash ijobiy natijalar beradi. Maktab va mahalla psixologlarining faol ishtiroki ajralib qolgan oilalardagi ruhiy muammolarni kamaytirishga xizmat qiladi. Shuningdek, davlat va jamiyat miqyosida psixologik yordam tizimini rivojlantirish zarur. Maxsus maslahat markazlari, reabilitatsiya dasturlari va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash mexanizmlari orqali migratsiya oqibatlarning salbiy ta'sirini kamaytirish mumkin.

Bu mammo bo'yicha O'zbekiston respublikasida qator chora tadbirlar ishlab chiqilgan bo'lib, ulardan davlat hamda notijorat tashkilotlar, xususan **UNICEF bilan hamkorlikda**, migratsiya tufayli bolalari qarovsiz qolgan oila a'zolariga ijtimoiy xizmatlar ko'rsatilmoqda. Bu orqali bolalar va oila ruhiy salomatligini yaxshilash, ularga psixologik yordam berish yo'lga qo'yilgan. Hozirgi davrda aynan shu holatda ajralib qolgan oilalarning ruhiy salomatligi dolzarb ijtimoiy-psixologik muammo hisoblanadi. Oilaviy ajralish shaxs ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatib, uzoq muddatli psixologik oqibatlarga olib keladi. Shu bois migratsiya jarayonlarini boshqarishda ruhiy salomatlik omilini inobatga olish, **mahalla institutlari, ijtimoiy xizmatlar va**

xalqaro tashkilotlar hamkorligida psixologik qo'llab-quvvatlash oilalarning barqarorligi oshishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Olimov, T. H. (2019). SPIRITUAL AND MORAL ASPECTS OF THE FORMATION OF CIVIL CULTURE IN FUTURE SPECIALISTS OF HIGHER EDUCATION. *Theoretical & Applied Science*, (12), 662-665.

2. Olimov, T. H. (2020). The image of a modern teacher in the formation of civic culture among future highly educated specialists. *Pedagogical skill-Bukhara*, 5.

3. Olimov, T. H. (2019). Development issues of civil society and culture in the work of Eastern thinkers. *Pedagogical skill-Bukhara*, 2.

4. Olimov, T. H. (2016). Formation of self-awareness in youth. *Social and humanitarian sciences in the educational system.-Tashkent*, 4.

5. Olimov, T. (2020). BO'LAJAK OLIY MA'LUMOTLI MUTAXASISLARDA FUQAROLIK MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHNING AYRIM YO'NALISHLARI. *FAN, TA'LIM VA AMALIYOTNING INTEGRASIYASI*, 1(1), 20-27.

6. Xolboyeva, G., & Olimov, T. (2023). O 'SMIRLAR MA'NAVIYATINI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. *Ilm-fan va ta'lim*, 1(7).

7. Xolboyeva, G., & Olimov, T. (2023). O 'SMIRLARDA STRESSLI VAZIYATLARDA KOPING XULQ-ATVOR STRATEGIYALARI NAMOYON BO 'LISHINING IJTIMOIIY PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. *Ilm-fan va ta'lim*, 1(7).

8. Olimov, T. THE ROLE OF NATIONAL SPIRITUALITY AND VALUES IN THE DEVELOPMENT OF CIVIL CULTURE IN FUTURE SPECIALISTS WITH HIGHER EDUCATION.

TASHKILOTDAGI PSIXOLOGIK XAVFSIZLIK DARAJASI VA XODIMLARNING PSIXOEMOTSIONAL FAROVONLIGI O'RTASIDAGI BOG'LIQLIK

*Xusanbayeva Ziyoda Maxmutdjon qizi
Toshkent amaliy fanlar universiteti psixologiya kafedrasi o'qituvchisi*

Tashkilotlarda psixologik xavfsizlik darajasi va xodimlarning psixoemotsional farovonligi o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik tahlil qilinadi. Tashkilotlarda psixologik xavfsizlik muhitining shakllanishi hamda uning xodimlarning psixoemotsional holatiga ta'siri o'rganiladi. Psixologik xavfsizlik xodimning fikr bildirish, xato qilish, savol berish va tashabbus ko'rsatishda jazolanishdan qo'rqmaslik holati sifatida talqin etiladi. Maqolada tashkiliy madaniyat, rahbarlik uslubi, muloqot sifatining xodimlarda stress, emotsional charchash, tashvish va motivatsiya darajasiga ko'rsatadigan ta'siri empirik ma'lumotlar asosida yoritiladi.

So'nggi yillarda inson resurslarini boshqarishda xodimlarning ruhiy va emotsional holatini qo'llab-quvvatlash masalasi yanada dolzarb bo'lib bormoqda. Xodimlarning kayfiyati, motivatsiyasi va ruhiy barqarorligi nafaqat shaxsiy natijalarga, balki tashkilotning umumiy samaradorligiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu nuqtai nazardan "psixologik xavfsizlik" tushunchasi boshqaruv amaliyotida alohida ahamiyat kasb etmoqda.

Psixologik xavfsizlik yetarli bo'lmaganda jamoada ishonchsizlik kuchayadi, konflikt va mobbing holatlari ortadi, stress va emotsional zo'riqish kuchayadi. Natijada xodimlarda befarqlik, charchash va ish samaradorligining pasayishi kuzatiladi. Mazkur tadqiqotning e'tibori aynan psixologik xavfsizlik hamda xodimlar farovonligi o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlash va ushbu jarayonga ta'sir etuvchi psixologik omillarni ochib berishga qaratildi. Xodimlarning psixoemotsional holati, ularning ishga bo'lgan motivatsiyasi, ruhiy barqarorligi va ijtimoiy moslashuvi nafaqat individual natijalarga, balki butun jamoaning faoliyatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. So'nggi yillarda boshqaruv psixologiyasida "psixologik xavfsizlik" tushunchasi alohida ilmiy- amaliy ahamiyat kasb etib, xodimning jazolanishdan qo'rqmasdan fikr bildirishi, xato qilish imkonini rivojlanish omili sifatida qabul qilishi hamda tashabbus ko'rsatishda

o'zini erkin his etishi bilan tavsiflanadi. Shu bilan birga, tashkilotlarda psixologik xavfsizlik yetarli darajada shakllanmaganda, mobbing, emotsional zo'riqish, stress va professional charchash kabi salbiy holatlar kuchayishi kuzatiladi. Bunday omillar xodimlarning psixoemotsional farovonligini pasaytirib, korxona samaradorligini kamaytiradi, kadrlar almashuvini oshiradi va ijtimoiy-psixologik muhitni beqarorlashtiradi. Psixologik xavfsizlik darajasi yuqori bo'lgan jamoalarda xodimlarning stress ko'rsatkichlari past, emotsional charchash belgilari esa sezilarli darajada kamroq ekanini ko'rsatdi. Shu bilan birga, bunday jamoalarda ish motivatsiyasi va kasbiy qoniqish ko'rsatkichlari yuqori ekanligi aniqlandi. Korrelyatsion tahlil natijalari psixologik xavfsizlik va emotsional farovonlik o'rtasida ijobiy, barqaror bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi. Qat'iy nazorat, jazolashga moyillik va yopiq kommunikatsiya hukm suruvchi jamoalarda mobbing elementlari ko'proq namoyon bo'ladi va bu holat xodimlarning ruhiy holatiga salbiy ta'sir etadi. Aksincha, ochiq muloqot, qo'llab-quvvatlovchi rahbarlik va hamkorlikka asoslangan tashkiliy madaniyat xodimlarda ishonch hissini kuchaytirib, ijobiy emotsional fon shakllanishiga xizmat qiladi.

Hozirgi kunda tashkilotlarda samarali mehnat faoliyatini ta'minlashda xodimlarning psixoemotsional holatini barqarorlashtirish muhim omillardan biri sifatida qaralmoqda. Mehnat muhitida yuzaga keladigan stress, emotsional zo'riqish va charchoq holatlari ko'pincha ijtimoiy-psixologik omillar bilan bog'liq bo'lib, ularning ichida psixologik xavfsizlik muhitining mavjudligi alohida ahamiyat kasb etadi. Tashkilotda o'z fikrini erkin bildirishi, xatolar uchun jazodan qo'rqmasligi va ijtimoiy qo'llab-quvvatlanishini his qilishi xodimlarning ruhiy salomatligi va motivatsiyasiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Psixologik xavfsizlik atamasi ilmiy muomalaga A. Edmondson (1999) tomonidan kiritilgan bo'lib, u jamoa a'zolarining bir-birini hurmat qilgan holda fikr almashishlari mumkin bo'lgan ijtimoiy-iqlimni anglatadi. Bunday muhit mavjud bo'lgan tashkilotlarda xodimlar o'zlarini qadrlangan, himoyalangan va jamoaning ajralmas qismi sifatida his etadilar, bu esa ularning psixoemotsional barqarorligiga xizmat qiladi. Tashkilotdagi xavfsiz psixologik muhitning xodimlar psixoemotsional holatiga qanday ta'sir ko'rsatishi hamda bu

jarayonga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar tizimli ravishda tahlil qilinadi. Xodimlarning psixoemotsional holati mehnat samaradorligini belgilovchi muhim omillardan biri hisoblanadi. Ruhiy barqarorlik, emotsional muvozanat va ichki motivatsiya darajasi xodimning ishga bo'lgan munosabati, kasbiy sadoqati hamda tashabbuskorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Ilmiy manbalarda psixoemotsional holat stress, emotsional charchoq, xavotir, ishga qoniqish kabi ko'rsatkichlar orqali tavsiflanadi.

Tashkilotlarda psixologik xavfsizlik xodimlarning psixoemotsional farovonligini ta'minlashda muhim omil ekanini ko'rsatdi. Psixologik xavfsizlik darajasi yuqori bo'lgan jamoalarda stress, emotsional charchash va tashvish darajasi past bo'lib, ish motivatsiyasi hamda kasbiy qoniqishning yuqori ekani aniqlandi. Aksincha, psixologik xavfsizlik yetarlicha rivojlanmagan muhitda mobbing holatlari, emotsional zo'riqish va ruhiy beqarorlik kuchayishi kuzatildi. Rahbarlik uslubi, kommunikatsiya madaniyati, jamoaviy qo'llab-quvvatlash va adolatli baholash tizimi psixologik xavfsizlikni shakllantiruvchi asosiy ijtimoiy-psixologik omillar sifatida namoyon bo'ldi. Ushbu omillarni ongli ravishda boshqarish xodimlarning ruhiy sog'lig'i va ish samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Tashkilotlarda ochiq muloqotni rivojlantirish, mobbingning oldini olish bo'yicha profilaktik dasturlar joriy etish, rahbarlar uchun psixologik kompetensiyalarni kuchaytirishga qaratilgan treninglarni tashkil etish tavsiya etiladi. Amaliy tavsiyalar:

1. Psixologik xavfsizlik madaniyatini shakllantirish, xatodan qo'rqmasdan fikr bildirishni qo'llab-quvvatlash, tanqid qilish emas, konstruktiv fikr bildirishni rag'batlantirish, jamoa yig'ilishlarida "ochiq muloqot" formatlarini joriy etish.

2. Mobbingning oldini olish mexanizmlarini yaratish, mobbingga qarshi ichki nizom ishlab chiqish, maxfiy murojaat kanallarini yo'lga qo'yish, konfliktlarni erta bosqichda aniqlash va vositachilik (mediasiya) mexanizmlarini qo'llash.

3. Rahbarlar psixologik kompetensiyasini oshirish, empatiya, stress-boshqaruv, kommunikatsiya bo'yicha treninglar, adolatli baholash va konstruktiv fikr-mulohaza berish ko'nikmalarini rivojlantirish, avtoritar boshqaruv uslubidan hamkorlikka yo'naltirilgan yondashuvga o'tish.

4. Xodimlarning emotsional farovonligini qo'llab-quvvatlash, psixologik maslahat va qo'llab-quvvatlash xizmati, burnout profilaktikasi bo'yicha mashg'ulotlar, ish yuklamasini muvozanatlashtirish va dam olish rejimlarini tartibga solish.

5. Baholash va monitoring tizimini yo'lga qo'yish, yiliga kamida 1–2 marotaba anonim so'rovnoma, stress, motivatsiya va jamoaviy ishonch indikatorlarini muntazam kuzatish, natijalar asosida tashkiliy chora-tadbirlarni yangilab borish.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Edmondson, A. C. (2018). The Fearless Organization: Creating Psychological Safety in the Workplace for Learning, Innovation, and Growth. Hoboken, NJ: Wiley.

2. Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Burnout: A Brief History and How to Prevent It. The World Psychiatry, 15(2), 103–111.

3. Salin, D. (2003). Ways of Explaining Workplace Bullying: A Review of Enabling, Motivating and Precipitating Structures and Processes. Human Relations, 56(10), 1213–1232.

4. Xusanbayeva, Z. . (2025). TASHKILOTDA MOBBING JARAYONLARI VA ULARNING XODIMLARNING RUHIY-EMOTSIONAL BARQARORLIGIGA TA'SIRI. *Молодые ученые*, 3(34), 25–27. извлечено от <https://in-academy.uz/index.php/yo/article/view/60855>

5. TASHKILOTDA MOBBING VA UNING XODIMLAR PSIXOEMOTSIONAL SALOMATLIGIGA IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK TA' SIRI. (2025). MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI JURNALI, 3(6). <https://doi.org/10.5281/zenodo.15641066>

O'SPIRINLAR ORASIDA BULLING MUNOSABATLAR NAMOYON BO'LISHIDA IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILLARNING TA'SIRI

*Tillayeva Nodira Iskandar qizi
Toshkent Amaliy Fanlar universiteti Psixologiya kafedra o'qituvchisi*

Rivojlanib borayotgan hayotimiz davomida, dolzarb masalalardan biriga aylanib borayotgan muammolardan biri bu – o'spirinlar orasida bulling munosabatlaridir. Kamroq ko'zga tashlanadigan, ko'proq ammo ko'proq uchraydigan zo'ravonlikning "bulling" deb ataladigan shakli kollej va litsey o'quvchilar orasida hozirda 15%-20% bo'lgan qismini tashkil etadi. Jamiyatimizda ta'lim olishning samaradorligi uchun ta'lim muhitini zo'ravonlikdan ozod qilishni milliy maqsadlari sifatida belgiladi. Ko'plab qonun loyihalarida ta'lim tashkilotlarida bolalarga nisbatan zo'ravonlikka yo'l qo'yilmasligi, ta'lim muassasalarida intizomiy jazo chorasi sifatida zo'ravonlikning har qanday shakli, shu jumladan jismoniy jazo va boshqa shafqatsiz xatti-harakatlarni amalga oshirish yoki qadr-qimmatni kamsituvchi muomalani qo'llashga yo'l qo'yilmasligi qat'iy belgilanmoqda. Maqolada ta'kidlanganidek, zo'ravonlik xavfi ostida bo'lgan bolalar toifalarining (yetim, nazoratsiz, aqliy rivojlanishda nuqsoni bor, fohishalik, tilanchilik bilan shug'ullanayotgan bolalar) qonun loyihasida aniq belgilab berilganligi, sohadagi vakolatli organlarga zo'ravonlikdan jabrlangan, zo'ravonlik xavfi ostida bo'lgan bolalarni aniqlash, ularning hisobini yuritish hamda zarur hollarda ularga nisbatan zo'ravonlikning oldini olishga doir yakka tartibdagi chora-tadbirlarni o'z vaqtida amalga oshirishiga yordam beradi. Bulling masalasini o'rganish hozirgi kunda maktablarda jiddiy muammo bo'lib, bu bolalar va o'smirlarning jismoniy va ruhiy salomatligiga jiddiy tahdid soladi. Bullingga uchragan bola, ruhiy salomatligida bir qator salbiy oqibatlarini ko'rishimiz mumkin. Stress, depressiya, o'ziga baxoni pasayishi, bilim olish o'zlashtirishining pasayishi, ta'lim maskaniga borishdan voz kechish, eng yomoni esa o'z joniga qasd qilishgacha borishi mumkin. XX-ars boshlarida fransuz olimi K Dyuks (1905) maktabdagi bulling holatlarini birinchi marta ochiqlab bergan. Bullingni keyinchalik D.Leyn, E. Munte, D. Olveus, A. Pikas, E. Roland tahlil qilishadi. YUNESKOning "Raqamlar ortida nima bor?" (2019)

hisobotidagi ma'lumotlariga asoslanib, butun dunyo bo'ylab o'quvchilarning 30% ortig'i zo'ravonlikka duchor bo'lgan. Bulling bu –o'zini himoya qila olmaydigan shaxsga, bir guruh shaxslar yoki bir kishi tomonidan qaratilgan zo'ravonlik xarakatidir. O'byekt sifatida esa, sinfda o'z statusiga ega bir yoki bir necha o'quvchilar o'ziga kuchsiz o'quvchini tanlab olishadi. O'spirinlar orasida bulling munosabatlarini biz 2 xil tasniflashimiz mumkin, Bevosita va bilvosita. Bevosita bulling – og'zaki yoki jismoniy tajovuz orqali qurbonga qaratiladi. Bu masxara qilish, urish, tajovuz, narsalarini olib qo'yish yoki buzish shaklida namoyon bo'ladi. Bilvosita bulling – qurbonni e'tiborsiz qoldirish, mish-mishlar tarqatish, sinfda ajratib qo'yish, do'stlari orasida fitna tarqatish kabilar bilan ifodalanadi. Bulling va uning turlari Bulling o'spirinlar orasida turli shakllarda namoyon bo'lishi mumkin.

Ular orasida: 1. Jismoniy bulling - jismoniy kuch ishlatish yoki tahdid qilish.

2. Emotsional bulling - kamsitish, izolyatsiya qilish yoki do'stlikdan mahrum qilish.

3. Kiberbulling - internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali haqorat qilish yoki ta'qib qilish.

Ijtimoiy-psixologik omillar Bulling munosabatlarining shakllanishida bir qator ijtimoiy-psixologik omillar muhim rol o'ynaydi:

Oila muhitining ta'siri: Oila ichidagi munosabatlar, ota-onalarning tarbiyasi va ijtimoiy ko'nikmalar o'smirlarning bullingga bo'lgan munosabatiga ta'sir qiladi. Do'stlar va guruhlar: O'smirlar o'rtasida do'stlik va guruhlar ijtimoiy bosimni kuchaytirishi mumkin, bu esa bullingga olib kelishi mumkin.

Madaniyat va ijtimoiy normativlar: Har bir jamiyatda bullingga nisbatan turlicha qarashlar mavjud. Ba'zi madaniyatlarda bulling normal holat sifatida qabul qilinishi mumkin. A.V. Gorbunov tomonidan o'quvchilarga mo'ljallangan ta'lim muassasalarida bullingni oldini olish bo'yicha metodik tavsiyalar ishlab chiqilgan. Dasturning asosiy maqsadi, bulling xulq-atvorining imkoniyatlar va mukofotlar strukturasi o'zgartish. Muhim jihati shundaki, kattalardan yordam so'rashdan qo'rqmaslik, Zo'ravonlik holatini yuzaga kelishida ijtimoiy-psixologik omillar ham sabab bo'ladi va ular ko'pincha bir-biriga bog'liq:

1) Oiladagi muammolar. Ichkilik, ajrim, ota-onaning nizoli vaziyatlari, yetimlikdagi boshqa oila a'zosi qo'lida tarbiyalanotgan bolalar tajovuzga uchrashlari mumkin yoki o'zi buller bo'lishi mumkin.

2) O'zini past baxolash ham ba'zida o'z kamchiligini qoplash maqsadida noadekvat tarzda tajovuzkor bo'lishi mumkin.

3) Ta'lim tizimidagi kamchiliklar, maktablarda bullingga qarshi dasturlarning mavjud emasligi, o'qituvchilar yetarli nazorati yo'qligi, nizolar adolatli hal qilinmasligi, maktab psixologining beetiborligi sabab bo'lishi mumkin.

4) Tarbiya masalasida oilada qadriyatlar tizimi shakllanmaganligi, ota-onasi, buvi-buvasi, opasingil, aka-ukalari o'rtasida rishtalar mustahkam emasligi, bolada o'zlik, oila, do'stlik, jamiyat haqidagi tushunchalarining yetishmasligi.

5) Kuch ishlatib o'z o'rniga ega bo'lishi. Ba'zida o'smir yoki bola o'zining hukmronligini o'tkazaman deb, kamsitish va tajovuz orqali avtoritet shaxsga aylanib oladi.

6) Hamfikrlilik, hamdardlik yetishmasligi, ba'zida bolalar o'z tengdoshlariga nisbatan hamdardlik va tushunishni qanday ko'rsatishni bilishmaydi. Bu sabablarni o'rganib chiqish orqali, o'spirinlar orasida bulling munosabatlarini oldini olish va ta'lim samaradorligini oshirishga yordam beradi. Jamiyatimizda va maktablarda o'smirlar orasida bulling holatlarini oldini olish boyicha quyidagilarni ko'rib chiqishimiz mumkin: Ta'lim maskanlarida bulling qurbonlarini aniqlash va ota-onalari bilan birgalikda muammoni hal qilish resurslarini taklif etish. O'quvchilar o'rtasida iliq va ijobiy munosabatlarni shakllantirish, har bir o'quvchi o'zini jamiyatning bir bo'lagi ekanini xis qildirish. O'qituvchi va xodimlarni, maktab psixologi bulling xolatlarini sodir bo'lishida sezgirlik va ma'suliyatini oshirish. Seminar – treninglar orqali o'qitish. O'quvchilar uchun xavfsiz va himoyalangan muhit yaratish. O'quvchilarga boshqalarni hurmat qilish qadriyati va tushunish, empatiya, konstruktiv nizolarni hal qilishni o'rgatish. Aynan shu chora-tadbirlar orqali biz: Zo'ravonlik va agressiv xarakatlarni kamaytishga erishamiz. Bullingning ijtimoiy-psixologik omillar ta'siri kamayadi. Ta'lim sifati oshib, o'quvchilarning o'zlashtirish darajasining sifati ortadi. Xulosa o'rnida bullingni oldini olish chora-tadbirlarini ishlash jarayonida, maxsus

dastur orqali o'spirin-yoshlar orasida qadriyatlar tizimini oilada shakllantish va albatta bunda ta-onalar bilan birgalikda va maktablarda o'qituvchi va psixolog tomonidan amalga oshiriladigan dasturni ishlab chiqish va farzandlarimizni shu ruxda tarbiyalash o'z samarasini beradi. Bolalarga aynan tengdoshlarini, sinfdoshlarini, maktabdoshlarini xis-tuyg'ularini tushinishga yordam beradigan dasturlarni yaratish va amalga oshirish muhimdir. Kommunikatsiya ko'nikmalarini rivojlantirish. Antibulling dasturini yaratib maktab va oliygohlarda qo'llash.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Gorbunov A.V. Metodicheskiye rekomendatsii dlya uchiteley i uchenikov dlya predotvrasheniya bullinga v uchebnix zavedeniyax // Molodoy ucheniy, 2022. №52(447). S. 182-184. URL: <https://moluch.ru/archive/447/98363/> (data obrasheniya: 18.03.2024).
2. Vigotskiy L.S. Pedologiya podrostka. Psixologicheskoye i sotsialnoye razvitiye rebenka. M.: Progress kniga, 2021. 224 s.
3. Smith K. "Teenagers and Media Influence: Psychological Perspectives" – Springer, 2022.
4. Tillaeva Nodira Iskandar. (2024). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF STUDENTS AND ACTIVATION OF ITS COGNITIVE ACTIVITY. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 4(05), 57–63. <https://doi.org/10.37547/ajsshr/Volume04Issue05-09>

ARTIFICIAL INTELLIGENCE AND ITS PEDAGOGICAL IMPLICATIONS FOR FOREIGN LANGUAGE EDUCATION

*Feruz Zaripov
O'zbekiston Davlat Jahon tillari universiteti o'qituvchisi*

Abstract. Artificial Intelligence (AI) has emerged as a transformative force in foreign language education, reshaping pedagogical practices, learning environments, and assessment methods. Through technologies such as natural language processing, intelligent tutoring systems, speech recognition, and generative AI, learners are increasingly exposed to personalized, adaptive, and interactive language learning

experiences. This article examines the pedagogical implications of AI for foreign language education by reviewing current applications, instructional benefits, and challenges.

Keywords: artificial intelligence, foreign language education, language pedagogy, adaptive learning, educational technology.

Introduction

The advancement of digital technologies has significantly influenced educational practices, particularly in foreign language education. Among these technologies, Artificial Intelligence (AI) has attracted growing scholarly attention due to its capacity to simulate human interaction, analyze learner data, and provide personalized feedback. AI refers to computational systems designed to perform tasks that typically require human intelligence, such as reasoning, learning, and language processing (Russell & Norvig, 2021).

In the field of language education, AI builds upon earlier computer-assisted language learning (CALL) approaches by incorporating machine learning and natural language processing. As Luckin et al. (2016) assert, “AI has the potential to support learning in ways that are adaptive, responsive, and personalized at scale” (p. 14). Consequently, AI tools are increasingly integrated into language classrooms worldwide, prompting educators to reconsider traditional pedagogical models.

AI Technologies in Foreign Language Learning

AI-driven tools in foreign language education include intelligent tutoring systems (ITS), chatbots, automated writing evaluation, speech recognition software, and adaptive learning platforms. These technologies assist learners in practicing vocabulary, grammar, pronunciation, and communicative skills. Godwin-Jones (2018) explains that AI-based language tools “extend learning beyond the classroom by offering continuous access to feedback and interaction” (p. 7).

More recently, generative AI systems such as ChatGPT have enabled learners to engage in simulated conversations and receive instant language input. According to Klimova, Pikhart, and Al-Obaydi (2024), “AI chatbots provide learners with opportunities for personalized and self-regulated language practice, particularly in

speaking and writing” (p. 4). Such technologies contribute to increased exposure to the target language, which is essential for successful acquisition.

Pedagogical Implications

The integration of AI into foreign language education has significant pedagogical implications. One major shift is the move toward learner-centered instruction. AI systems can adapt content to learners' proficiency levels, learning styles, and progress, thereby supporting differentiated instruction. Holmes et al. (2019) emphasize that “AI enables more precise personalization of learning experiences than traditional instructional methods” (p. 28). Additionally, AI promotes learner autonomy by allowing students to control the pace and direction of their learning. However, this shift also redefines the teacher's role. Rather than being the primary source of knowledge, teachers act as facilitators, mentors, and critical evaluators of AI-generated content. As stated by Luckin et al. (2016), “teachers remain central in guiding learners to interpret, question, and contextualize information provided by AI systems” (p. 32).

Challenges and Limitations

Despite its benefits, AI integration in language education presents several challenges. One major concern is the lack of cultural and pragmatic awareness in AI systems. Language learning involves not only grammatical accuracy but also sociocultural competence. Doğan and Talan (2025) argue that “AI systems often fail to capture the emotional and cultural nuances inherent in authentic communication” (p. 221). Ethical issues such as data privacy, algorithmic bias, and academic integrity also require attention. Overreliance on AI tools may reduce meaningful human interaction and critical thinking if not pedagogically regulated. Therefore, AI should be viewed as a supportive tool rather than a replacement for human instruction.

Conclusion

Artificial Intelligence offers considerable potential for enhancing foreign language education through personalization, accessibility, and interactive learning opportunities. Its pedagogical implications include shifts toward learner autonomy, adaptive instruction, and redefined teacher roles. However, effective integration of AI requires careful consideration of its limitations, ethical concerns, and pedagogical

alignment. Future research should focus on developing culturally sensitive, ethically responsible, and pedagogically sound AI applications that complement, rather than replace, human teaching.

References

1. Doğan, Y., & Talan, T. (2025). Artificial intelligence in foreign language learning: A bibliometric analysis. *Journal of Pedagogical Research*, 9(2), 206–230. <https://doi.org/10.33902/JPR.202427734>
2. Godwin-Jones, R. (2018). Using mobile technology to develop language skills and cultural understanding. *Language Learning & Technology*, 22(3), 1–17.
3. Holmes, W., Bialik, M., & Fadel, C. (2019). Artificial intelligence in education: Promises and implications for teaching and learning. Center for Curriculum Redesign.
4. Klimova, B., Pikhart, M., & Al-Obaydi, L. H. (2024). Exploring the potential of ChatGPT for foreign language education at the university level. *Frontiers in Psychology*, 15, 1269319. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1269319>
5. Luckin, R., Holmes, W., Griffiths, M., & Forcier, L. B. (2016). *Intelligence unleashed: An argument for AI in education*. Pearson.
6. Russell, S., & Norvig, P. (2021). *Artificial intelligence: A modern approach* (4th ed.). Pearson.

TA'LIM JARAYONI MAQSADIGA KO'RA DARS TIPLARI

*Kamolova Nozima Davronovna
Osiyo Xalqaro universiteti Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
(boshlang'ich ta'lim) yo'nalishi I-kurs magistri*

Ushbu tezisda ta'lim jarayonida dars tiplari maqsadga ko'ra tasniflanadi va ularning didaktik vazifalari yoritiladi. Yangi bilim berish, mustahkamlash, amaliy qo'llash, umumlashtirish hamda nazorat-baholash darslarining tuzilmasi tahlil qilinib, fan o'qitish metodikasida samarali dars tipini tanlash mezonlari asoslanadi.

Kalit so'zlar: dars tiplari; didaktik maqsad; dars tuzilmasi; mustahkamlash; amaliyot; nazorat; baholash

В тезисе рассматриваются типы уроков по целям обучения и их дидактические функции. Анализируются уроки изучения нового материала, закрепления, практического применения, обобщения и контроля-оценивания. Обосновываются критерии выбора оптимального типа урока в методике преподавания предмета и условия повышения результативности обучения.

Ключевые слова: типы урока; дидактическая цель; структура урока; закрепление; практика; контроль; оценивание

This thesis examines lesson types classified by educational goals and their didactic functions. It analyzes lessons for introducing new knowledge, reinforcing learning, practical application, generalization, and assessment. Criteria for selecting an appropriate lesson type within subject teaching methodology are justified, emphasizing conditions that improve instructional effectiveness.

Keywords: lesson types; didactic goal; lesson structure; reinforcement; practice; control; assessment

Ta'lim jarayonini samarali tashkil etishda “dars”ni faqat vaqt va mazmun birligi sifatida emas, balki maqsadga yo'naltirilgan didaktik tizim sifatida ko'rish muhim. Dars tipini aniqlash, avvalo, ta'lim maqsadi va kutilayotgan natijaning (bilim, ko'nikma, kompetensiya, nazorat ko'rsatkichi) aniqligi bilan bog'liq. Shuning uchun “ta'lim jarayoni maqsadiga ko'ra dars tiplari” masalasi metodika (13.00.02) doirasida bevosita amaliy ahamiyatga ega: o'qituvchi bir mavzuni o'rgatishda qaysi dars tipini tanlashini, dars bosqichlarini qay tartibda qurishini, nazorat va baholashni qaysi nuqtada joylashtirishini aniq belgilab oladi. Bu yondashuv darsni “o'tiladigan mavzu”dan ko'ra “erishiladigan natija” atrofida loyihalashga xizmat qiladi.

Didaktik adabiyotlarda dars tiplari turlicha tasniflanadi. Biroq ko'pchilik yondashuvlarda umumiy mantiq bir: darsning yetakchi maqsadi dars tipini belgilaydi, tip esa darsning ichki tuzilmasi, metodlar tanlovi, vositalar va nazorat shakllariga ta'sir qiladi. Masalan, A. M. Disterveg ta'lim jarayonida ongli faoliyat va mustaqil fikrlashni kuchaytirish g'oyalarini ilgari surar ekan, darsni “tayyor ma'lumot”ni uzatishdan ko'ra o'quvchining bilish faoliyatini tashkil etish sifatida talqin qiladi. Bu g'oya dars tiplari masalasida muhim metodik xulosaga olib keladi: yangi bilim berish darsida ham,

mustahkamlash darsida ham markazda o'quv faoliyati turishi kerak; maqsad faqat "yetkazish" emas, "o'zlashtirish mexanizmi"ni ishga tushirishdir. Demak, dars tipining maqsadiga mos metodlar tanlanmasa, dars formal tus oladi va kutilgan natija yuzaga chiqmaydi.

Asosiy qism: maqsadga ko'ra dars tiplari va ularning metodik talqini

1) Yangi bilim berish (yangi materialni o'rganish) darsi

Yangi bilim berish darsi odatda mavzu bo'yicha tayanch tushunchalarni shakllantirish, asosiy qonuniyat va qoidalarni anglatish, ilk tasavvurni tizimlashtirishga xizmat qiladi. Bunda darsning yetakchi natijasi — o'quvchi ongida yangi tushunchaning paydo bo'lishi va uning minimal darajadagi izohlanishi. Yu.K.Babanskiy ta'lim jarayonini optimallashtirish masalasini yoritib, maqsad, mazmun, metod va nazorat o'rtasidagi muvofiqlikni asosiy shart sifatida ko'rsatadi. Mazkur fikrni yangi bilim darsiga tatbiq etsak, o'qituvchi "mavzuni tugatish"ni emas, aynan yangi bilimning o'zlashtirilish jarayonini optimal tashkil etishni ko'zlashi zarur: motivatsiya va muammoli vaziyat, tushuntirish, dastlabki mustahkamlash, refleksiya va tezkor tekshiruv bosqichlari o'zaro mantiqan ulanadi. Babanskiyning optimallashtirish g'oyasi shuni anglatadiki, bir darsda ortiqcha faktlar ko'paytirilib, tushuncha yadro-si yo'qolib ketmasligi kerak; aksincha, minimal, ammo asosli mazmun tanlanib, o'zlashtirish sifatiga erishiladi.

2) Bilimni mustahkamlash va ko'nikma hosil qilish darsi

Mustahkamlash darsining maqsadi — oldin o'rganilgan bilimni barqarorlashtirish, qo'llash ko'nikmalarini shakllantirish, xatolarni aniqlash va tuzatish. V. A.Slastenin pedagogik jarayonning yaxlitligi, ta'lim va tarbiyaning o'zaro bog'liqligi hamda natijaga yo'naltirilganlikni ta'kidlaydi. Mustahkamlash darsida bu yondashuv ayniqsa seziladi: o'quvchi mashq bajarish orqali nafaqat bilimni "takrorlaydi", balki intizom, mas'uliyat, hamkorlikda ishlash, o'zini nazorat qilish kabi o'quv-ijtimoiy ko'nikmalarni ham rivojlantiradi. Slastenin fikrining metodik qiymati shundaki, mustahkamlash darsi faqat "ko'p mashq" emas; u didaktik maqsadni tarbiyaviy natijalar bilan uyg'unlashtirgan holda tashkil etilsa, o'quvchi faoliyati mazmunli tus oladi. Shuning uchun bu turdagi darslarda differensial mashqlar, xatolar

bilan ishlash algoritmlari, o'zaro tekshiruv va o'zini baholash elementlari muhim o'rin tutadi.

3) Bilim va ko'nikmalarni amaliy qo'llash darsi (amaliyot, laboratoriya, masala yechish)

Amaliy qo'llash darsining yetakchi maqsadi — o'rganilgan bilimni real vaziyatga ko'chirish, usul va algoritmlarni ongli qo'llash, natijani tahlil qilish. Bu dars turida “bilim”ning o'zi emas, “bilim bilan ishlash” madaniyati markazga chiqadi. O'zbekiston metodik maktabida didaktik jarayonning komponentlari (maqsad–mazmun–metod–vosita–natija)ning uyg'unligi masalasi keng yoritilgan bo'lib, N. A. Muslimov va hammualliflar kompetensiyaviy yondashuvda amaliy natija va faoliyat mahsulini baholash mezonlari muhimligini ko'rsatadi. Ushbu qarash amaliy darslar uchun bevosita metodik ko'rsatma beradi: o'quvchi topshiriqni bajarganda faqat yakuniy javob emas, jarayon (reja tuzish, tanlov qilish, asoslash, tekshirish) ham baholash mezoniga kirishi kerak. Bunday yondashuv dars tipining maqsadi — amaliy qo'llash — bilan baholash vositalarini uyg'unlashtiradi.

4) Umumlashtirish va tizimlashtirish darsi

Umumlashtirish darsining vazifasi — bo'lim yoki mavzular majmuasini yaxlit tizimga keltirish, tushunchalar orasidagi aloqalarni ochish, bilimni “katta manzara”da ko'rishdir. Bu dars tipida ko'pincha konseptual xaritalar, jadval va sxemalar, taqqoslash, klassifikatsiya, sabab-oqibat bog'lanishlarini tiklash kabi metodlar samarali bo'ladi. J. Dyui ta'limni tajribaga tayangan faoliyat sifatida ko'rib, o'quvchi o'rganganini ma'noli vaziyatda qayta qurishi va refleksiya orqali anglashini ta'kidlaydi. Umumlashtirish darsida aynan shu “qayta qurish” mexanizmi ishlaydi: o'quvchi bo'lak bilimlarni birlashtirib, o'zining tushunish modelini yaratadi. Dyui qarashini chuqurroq muhokama qilsak, umumlashtirish darsining kuchi — o'quvchini faqat yodlashdan chiqarib, mazmunni qayta tashkil etishga majbur qilishidadir; bu esa uzoq muddatli xotira va transfer (bilimni boshqa vaziyatga ko'chirish)ni kuchaytiradi.

5) Nazorat va baholash darsi (tekshiruv, diagnostika)

Nazorat-baholash darsi maqsadi — o'quv natijalarini aniqlash, bo'shliqlarni diagnostika qilish, keyingi o'qitish uchun tuzatish (korreksiya) yo'nalishlarini

belgilashdir. Bunda baholash faqat “ball qo'yish” emas, balki o'qitishning davomiy qismi sifatida qaraladi. O'zbek pedagogikasida baholashning adolatliligi, shaffof mezonlar, formatif (jarayoniy) baholash unsurlarini qo'llash masalalari keng yoritilib, M.Ochilov ta'lim jarayonini boshqarishda nazoratning teskari aloqa funksiyasini alohida ta'kidlaydi. Ushbu fikrni muhokama qilar ekanmiz, nazorat darsi maqsadi “hisobot” emas, “rivojlantiruvchi tahlil” ekanini ko'ramiz: natija tahlil qilinmasa, xatolar sababiga tushilmasa va keyingi darslar rejasiga tuzatish kiritilmasa, nazorat o'z didaktik vazifasini to'liq bajarmaydi.

Muhokama: dars tipini tanlash mezonlari

Dars tipini tanlashda uchta asosiy mezon ko'rinadi: 1) o'quv natijasining tabiati (yangi bilimmi, ko'nikmami, tizimlashtirishmi, diagnostikami), 2) o'quvchilarning tayyorgarlik darajasi va o'zlashtirish dinamikasi, 3) darsning metodik resurslari (vaqt, vosita, topshiriq banki, baholash mezonlari). Amaliyot shuni ko'rsatadiki, ko'plab darslarda aralash elementlar bo'ladi, biroq dars “aralash” bo'lishi uning maqsadsizligini anglatmasligi kerak: yetakchi maqsad bitta bo'lib, qolgan komponentlar aynan shu maqsadga xizmat qilishi talab etiladi. Babanskiy optimallashtirish konsepsiyasi va Muslimovlarning kompetensiyaviy yondashuvi bir nuqtada tutashadi: darsning ichki mantiqi maqsadga bo'ysunmasa, metod va baholash tarqoqlashadi, natija esa o'lchanmaydi.

Ta'lim jarayonida dars tiplari maqsadga ko'ra aniqlanganda, o'qituvchi darsni aniq natija atrofida loyihalaydi va dars tuzilmasini mazkur natijaga xizmat qildiradi. Yangi bilim berish, mustahkamlash, amaliy qo'llash, umumlashtirish va nazorat-baholash darslari o'ziga xos didaktik vazifalarga ega bo'lib, ularning har biri mos metodlar, vositalar hamda baholash mezonlarini talab qiladi. Dars tipini to'g'ri tanlash va yetakchi maqsadni aniq belgilash o'quvchi faoliyatini faollashtiradi, o'zlashtirish sifatini oshiradi hamda keyingi ta'lim bosqichlari uchun puxta tayanch yaratadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Muslimov N. A., Usmonboeva M. H., Sayfurov D. M., Turaqulov A. B. “Pedagogik kompetentlik va kreativlik asoslari”. Toshkent: Fan va texnologiya, 2015. 240 b.
2. Ochilov M. “Yangi pedagogik texnologiyalar”. Toshkent: O'qituvchi, 2000. 192 b.

3. Babanskiy Yu.K. "Optimizatsiya protsessa obucheniya: Obshchedidakticheskiy aspekt". Moskva: Pedagogika, 1982. 192 s.
4. Slastenin V. A. "Pedagogika". Moskva: Akademiya, 2002. 576 s.
5. Disterveg A. "Rukovodstvo k obrazovaniyu nemetskikh uchiteley". Moskva: Uchpedgiz, 1956. 374 s.
6. Dewey J. "Democracy and Education: An Introduction to the Philosophy of Education". New York: The Macmillan Company, 1916. 434 p.

MAKTAB O`QUVCHILARINI KASB-HUNARGA YO`NALTIRISH VA KASB TANLASHGA MOTIVATSIYA BERISH USULLARI

*Imanova Umida Madumarovna
Angren shahar 15-maktab amaliyotchi psixologi*

Respublikamizda barkamol avlodni kamol toptirish, ularni vatanparvarlik tabiyalashga, ulardagi qobiliyatlarni yuzaga chiqarishda juda katta imkoniyatlar yaratilmoqda. Jumladan, prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyevning e'tibori maktab sohasiga qaratilgani o`quvchilarimizning bilim olishi, kasb-hunarga ega bo`lishi, oliy ta'lim muassasalari talabasiga aylanishi uchun juda katta imkoniyat yaratilishiga sabab bo`lmoqda. Bugungi kunda har bir maktab psixologlari 7-11-sinf o`quvchilari bilan ularni kasb-hunarga yo`naltirish, mavjud kasblar bilan to`liq tanishtirish maqsadida turli trening mashg`ulotlari, ekskursiyalar, tanlovlar hamda ko`rgazmalar tashkil qilib kelmoqda. Albatta, bu jarayon o`quvchilarning mavjud kasblar haqidagi bilim va ko`nikmalarini shakllantirib kelmoqda desak, aslo mubolag`a bo`lmaydi.

Psixologiya fanida kasb tanlashga yo`llash ya'ni, "Proforiyentatsiya" atamasi avvaldan qo`llanib kelmoqda. O`smirlarni kasbga yo`llash bugungi kunda maktablarning 7-sinfidan boshlanmoqda. Kasb tanlashda asosiy faolou\yat va ularning tartiblarini bilish juda muhim. O`quvchi matematikadan masala yechar ekan, u o`z-o`zida qator faoliyatlarni amalga oshiradi. Agar notog`ri yechsa javoblar ham noto`gri bo`ladi. Kasb tanlash ham huddi shunday vazifadir. E.A.Klimov buni quyidagicha izohlaydi. "Murakkab vazifaning xususiyati shundaki, u stol atrofida bir o`tirishdayoq

emas, balki oylar, hattoki yillar davomida yechiladi". O'smirlarda kasbiy xususiyatlar namoyon bo'la boshlagan vaqtda, kasbni aniqlash yoki ikkilanishlar o'quvchi psixologik holatiga ta'sir ko'rsatadi. Kasb tanlashda adashmaslik uchun har bir yosh o'zining imkoniyati, qobiliyati, shaxsiy xislatlarini hisobga olish zarur. Buning uchun maktab psixologlari tomonidan o'quvchilarning qobiliyatlari, qiziqishlarini aniqlashi va olingan test hamda so'rovnomalar natijalari yuzasidan o'quvchilarni kasbga yo'naltirishlarimaqsadga muvofiqdir.

O'quvchilarni kasbga yo'naltirishda ularni his-tuyg'ularini va irodalarini hisobga olishning ham muhim ahamiyati bor. Chunki o'quvchilarning his-tuyg'usi, kayfiyati, hayajonli holatlari e'tiborga olinmasa, ko'zlangan maqsadga erishib bo'lmaydi. O'quvchilar o'z ixtiyori bilan u yoki bu kasbni ongli ravishda tanlashi uchun, ular mustaqillik, dadillik, qat'iylik va o'zini tuta olish, chidamlilik, sabr-toqat bilan umuminsoniy hislatlarga ega bo'lishi kerak. Yuqori sinf o'quvchilari kasb tanlashda ko'pincha ota-onalariga va yaqin qarindoshlariga taqlid qiladilar. Bu esa o'quvchining kasb tanlashda individual hususiyatlariga mos bo'lmagan kasbni tanlashga va kelajakda tanlagan kasbidan qoniqmasdan ishlashiga tog'ri keladi. Kelajakda o'z kasbidan faxrlanib ishlash uchun avval boshdan o'quvchilarni o'ziga mos keladigan kasb-hunarga yo'naltirish maqsadga muvofiq. Hayotda turli xil kasblar mavjud, har xil qobiliyatga yarasha kasb-hunar tanlasa, bu sohada muvaffaqiyatli mehnat qilsa, ijtimoiy turmush tarziga muhim hissa qo'shgan bo'ladi. O'quvchilarni kasbga yo'naltirishda ularning his-tuyg'u va hisobga olgan holda kasbga yo'naltirish juda muhimdir, chunki o'quvchilarning his-tuyg'usi, kayfiyati, hayajonli holatlarda e'tiborga olinmasa, ko'zlangan maqsadga erishib bo'lmaydi. O'quvchilarda o'z ixtiyori bilan ongli ravishda kasb tanlashlari uchun ular mustaqillik, dadillik, qat'iylik, o'zini tuta bilish, chidamlilik, sabr-toqat kabi umuminsoniy xislatlarga ega bo'lishi kerak. Mehnat qilishda muqaddas burchni bajarish istagi, maqsadning aniqligi, hunar o'rgatishga ishtiyoqmandlik mazkur fazilatlarning shakllanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. O'smirlarning kasb tanlashida tasavvurning ahamiyati juda katta, chunki inson biror ishni bajarishga kirishar ekan, albatta uning natijasini tasavvur eta olishi kerak. Tasavvursiz hech qanday ishni to'g'ri rejalashtirish mumkin emas,

o'quvchilarning tasavvur qila olish layoqati yaxshi rivojlangan bo'lsagina, u o'z hayotidagi idealni tasavvur eta oladi, shunga ko'ra uzoq va yaqin rejalarni tuzadi va biror kasbni egallaydi. Bu borada unga ota-onalar hamda maktab psixologlari va ustozlari yaqindan yordam beradilar. Har bir o'quvchi individualdir shuni hisobga olgan holatda o'quvchilar bilan suhbat o'tkazilishi, o'quvchi qobiliyatini aniqlashga qaratilgan testlar va so'rovnomalar o'tkazilishi. Mazkur test va so'rovnomalar natijasiga ko'ra, ularga kasb tanlashi uchun zarur tavsiyalar berib boriladi.

Bu borada hech qanday loqaydlikka yo'l qo'ymaslik har bir vazifani o'z vaqtida oqilona bajarish talab etiladi. O'quvchilardan bo'lajak kasbni tanlashda kasbiy qiziqishlarning paydo bo'lishi va shakllanishi muhim ahamiyatga egadir. Biroq bu masalaga kengroq yondashib aytish zarurki, kasbni to'g'ri tanlash shaxsning kasbiy yo'nalganligi negizida amalga oshadi. Shaxsning kasbiy yo'nalganligi kasbiy qiziqishlarga nisbatan ancha kengroq tushuncha bo'lib, u nafaqat turli kasb sohalariga bo'lgan havas va qiziqishlarni o'z ishiga oladi, balki qobiliyatlar va layoqatlar, bilim va tajribalar, shuningdek barcha psixofiziologik xususiyatlar ham kasbiy yo'nalganlikning tarkibiga kiradi va ung qat'iylik, shiddat bag'ishlab turadi. Demak, kasbiy yo'nalganlikni aniqlash, tashxis etish deganda biron bir aniq kasbni aytish yoki unga ishora qilishni tushunmaslik kerak, ya'ni ta'lim-tarbiya, oilaviy va ijtimoiy muhit ta'sirida shaxs tarkibiy tuzilishida yngi-yangi o'zgarishlar sodir bo'lishini, yangi-yangi tajribalar to'planishini pirovard natijada bir emas, bir nechta kasblarga birdek moslasha borish holatlarini kuzatish mumkin. Ayniqsa, biron bir kasbiy faoliyat sohasida yetarlicha tushuncha va tajribaga ega bo'lmagan o'quvchi-yoshlarning kasbiy yo'nalganligini aniqlash alohida diqqatga sazovordir. Sababi, o'quvchilar uchun kasbiy faoliyati ancha yaqinroq, tushunchliroqdir. Demak, o'quvchi-yoshlarning fanlarga bo'lgan moyilliklariga qarab, ulrning kasbiy yo'nalganligi, biron bir kasb sohasiga mosligini tahmin qilish mumkin. Ya'ni o'quvchilarning kasbiy yo'nalganligini tashxis etishda ularning fanlarga bo'lgan intilish va imkoniyatlarini o'rganish eng qulay va ob'yektiv yo'ldir. Muxtasar qilib aytganda, psixolog va kasbga yo'naltiruvchi mutaxassislar o'quvchilarning nafaqat kasbiy yo'nalganligi xislatlarini tashxis etishlari, balki shu bilan ham bevosita shug'ullanishlari zarur, toki har bir

o'quvchida bo'ljak kasbni ongli ravishda tanlashga nisbatan ijobiy munosabatlar, mustaqil intilishlar paydo bo'lsin. Shunday ekan sinf rahbarlari, maktab psixologlari bilan hamkorlikda katta hajmdagi ishlarni bajarishlari talab qilinmoqda. Bu esa o'z navbatida o'quvchi yoshlarni kasbni to'g'ri tanlab, jamiyatimiz taraqqiyotiga, o'zlarining ulkan xissalarini qo'shib olishlariga zamin tayyorlaydi.

O'quvchi yoshlarga kasb tanalashga motivatsiya berish usullari turli-tumandir. Jumladan, o'quvchilarni qiziqishlariga qarab korxona va muassasalarga yoki ishlab chiqarish zavodlariga ekskursiyalar tashkil qilish, zarur holatlarga oliy ta'lim muassasalari hamda korxonalar bilan hamkorlikda davra suhbatlari tashkil qilish, soha vakillari bilan uchrashuvlar tashkil qilish o'quvchilarni kasb tanlashi uchun motivatsiya bo'la oladi. Ba'zan o'quvchilarda fanlarga nisbatan qiziqishlar pasayishi kuzatiladi. Mazkur holatlarda darslarni noan'anaviy tarzda o'tilishi, darsni hayotiy misollar hamda maqsadli dam olish daqiqalari ishtirokida o'tishni yo'lga qo'yilsa o'quvchilarda ham darsga nisbatan qiziqish hosil bo'ladi, ham kasb tanlashga kuchli motivatsiya yuzaga keladi. har bir o'quvchi biror-bir kasbga nisbatan ichki qobiliyati mavjud, bu qobiliyatni shakllantirish uchun ota-onalar, maktab hamda mahalla hamkorligi muhim o'rin egallaydi, mana shu uchta bo'g'in bir-birlari bilan uzviy hamkorlikni amalga oshirsagina o'quvchi yoshlar kelajakda jamiyatga kerakli kadr bo'lib yetisha oladi. Mamlakatimizda o'quvchi yoshlarga berilayotgan imkoniyatlardan unumli foydalangan holda o'quvchi yoshlarimiz uchun har birimiz bir yoqadan bosh chiqarib faoliyat yuritsak, Vatanimiz kelajagi buyuk, xalqimiz faravon, farzandlarimiz albatta baxtli hayot kechiradi. Buning uchun iste'dodli yoshlarni tarbiyalash, ularni individual o'qitish, zarur shart-sharoitlar yaratish, ta'limning davlat standartlari talabiga javob beradigan, komil insonlikka intiluvchi shaxslarni kamol toptirish ulug'vor maqsad sari intilishdir.

ЛЮБОВНЫЙ СЮЖЕТ В РОМАНЕ «УНЕСЁННЫЕ ВЕТРОМ» МАРГАРЕТ МИТЧЕЛЛ И ТРАДИЦИИ СЕНТИМЕНТАЛЬНОГО РОМАНА

Мухамеджанова Нигора Джамилевна

Ташкентский государственный технический университет имени Ислама Каримова, старший преподаватель кафедры Практического английского языка

Аннотация. В тезисе рассматривается любовный сюжет романа Маргарет Митчелл «Унесённые ветром» в контексте традиций сентиментального романа. Анализируется специфика изображения любовных отношений, эмоциональная направленность повествования и психологическая эволюция главных персонажей. Особое внимание уделяется трансформации канонов сентиментализма в условиях исторического романа XX века, а также взаимодействию любовной и исторической линий произведения. Делается вывод о том, что любовный сюжет выполняет ключевую смыслообразующую функцию и обеспечивает художественную целостность романа.

Ключевые слова: любовный сюжет, сентиментальный роман, исторический роман, Маргарет Митчелл, эмоциональность, психологизм.

Любовный сюжет занимает центральное место в структуре романа Маргарет Митчелл «Унесённые ветром», определяя не только развитие повествования, но и художественную концепцию произведения в целом. Несмотря на устойчивую традицию восприятия романа прежде всего как исторического полотна, посвящённого Гражданской войне в США, именно любовная линия выступает основным смыслообразующим компонентом текста. В этом контексте роман Митчелл обнаруживает глубокую связь с традициями сентиментального романа, трансформированными в условиях литературы XX века.

Сентиментальный роман как литературное направление формировался в XVIII веке и был ориентирован на изображение внутреннего мира человека, его чувств, переживаний и моральных исканий. Для данного жанра характерны повышенная эмоциональность, внимание к любовным конфликтам, акцент на

личном выборе героя и его нравственной ответственности. Эти особенности находят своеобразное продолжение в романе «Унесённые ветром», где любовный сюжет становится пространством для раскрытия психологической эволюции персонажей.

Центральной фигурой любовного повествования является Скарлетт О'Хара — героиня сложная, противоречивая и динамичная. Её любовные привязанности не сводятся к традиционной романтической модели, а отражают внутренний конфликт между эгоизмом, стремлением к выживанию и глубинной потребностью в эмоциональной близости. Любовь в жизни Скарлетт предстает не как идеализированное чувство, а как сила, формирующая характер и определяющая жизненный путь героини.

Образ Ретта Батлера также соотносится с традициями сентиментального романа, однако представлен в модернизированном виде. Его чувства к Скарлетт отличаются сложностью, драматизмом и внутренней противоречивостью. Любовные отношения героев развиваются на фоне масштабных исторических потрясений, что придаёт им философское и символическое значение.

Таким образом, любовный сюжет в романе Маргарет Митчелл «Унесённые ветром» представляет собой сложное художественное явление, сочетающее черты сентиментального романа и элементы исторической прозы XX века. Его анализ позволяет глубже понять художественную концепцию произведения и причины его устойчивой популярности.

Список литературы

1. Митчелл М. Унесённые ветром : роман. — М. : АСТ, 2020.
2. Веселовский А. Н. Историческая поэтика. — М. : Высшая школа, 1989.
3. Хализев В. Е. Теория литературы. — М. : Высшая школа, 2002.
4. Bloom H. *Margaret Mitchell's Gone with the Wind*. — New York : Chelsea House, 2004.
5. Eco U. *The Role of the Reader*. — Bloomington : Indiana University Press, 1979.

BOLA SHAXSIDA SALBIY O'ZGARISHLARNI KELTIRIB CHIQUARUVCHI TASHQI TA'SIRLARNING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK ASOSLARI

Abdullayeva Manzura Akramjonovna
Andijon viloyati Marhamat tumani 47-son kimyo biologiya fanlariga
chuqurlashtirib o'qitishga ixtisoslashgan maktabpsixologi

Annotasiya: Bola xulq atvorida salbiy o'zgarishlarni keltirib chiqaruvchi tashqi ta'sirlarning psixologik-pedagogik asoslari.

Kalit so'zlar: Bolalar psixologiyasi, Pedagogik psixologiya, Tarbiya, Tarbiyaning metodologik masalalari, Ibrat, Tarbiya samaradorligi printsiplar, Bola shaxsiga salbiy ta'sir ko'rsatuvchi illatlar.

Bolalarning murg'ak qalbiga hech bir narsa ibratdek kuchli ta'sir etmaydi va barcha ibratlar ichida ota-ona ibratidan kuchliroq va mustahkamroq o'rin oladigan ibrat yo'q. N.I.Novikov

Rivoyat qiladilarki, bir ona donishmand oldiga kelibdi va bolasining tarbiyasiga qachon kirishish kerakligi haqida surabdi. Donishmand bolaning necha yoshga kirganini so'rabdi. Besh yoshga to'lganini bilib onaga xitob qilibdi:

— Tezda uyga qayt!

Bola tarbiyasida eng kerak bo'lgan besh yilni sen boy berib qo'yibsan! Shunday, bola dastlabki yillarda tez va ko'p qabul qiladi va tarbiyaning asosiy qismini qabul qiladi. Tarbiya keyin ham davom etaveradi. “Lekin siz mevani keyin ko'ra boshlaysiz, — deydi bir donishmand — bu o'zingiz bir vaqtlar, bolangiz besh yoshigacha bergan tarbiyangiz gulining mevasidir” bu davrda bolaning olamni bilishi odamni bilishi orqali kechadi. Yaxshilik va yomonlik degan katta tushunchalar ota va onasining bir-biriga munosabati, ovozi, qarashi, harakati orqali borlig'iga singib boraveradi. Donishmandlar kishi keyin umr bo'yi o'zi yashaydigan yaxshilik va yomonliklarning qariyb 90% ni aynan bolalikning ilk davrida olishini, besh yoshli bala bilan keksalik o'rtasi bir qadam ekanligini tan olishadi.

Hozirgi davrda mamlakatimizda, shu jumladan xalq maorifi tizimida amalga oshirilayotgan o'zgarishlar o'qituvchilar, barcha pedagoglar oldiga o'quvchining

bilimlarni yuksak darajada o'zlashtirishi; o'quvchilar mustaqil tafakkurini, ular aktivligini rivojlantirish; ularda yuksak axloqiy sifatlarni tarbiyalash; ularning tafakkur, muloqot, o'qish, mehnat qilishga bo'lgan qobiliyatlarini taraqqiy ettirish kabi murakkab va mas'uliyatli vazifalarni qo'ymoqda. Bu vazifalarni muvaffaqiyatli hal qilish uchun faqat pedagogika fanining nazariy asoslarini, har bir o'qituvchi predmetni o'qitish metodikasini, maktab o'quvchilarining fiziologiyasi asoslari, maktab o'quvchilari gigiyenasi asoslarinigina bilish emas, balki ma'lum darajada psixologik bilimlarga ham ega bo'lish lozim. Har bir pedagog ma'lum darajada psixolog ham bo'lishi talab etiladi, chunki ular har biri faqat o'ziga xos bo'lgan, turli yoshdagi, turli individual xususiyatlarga ega bolgan o'quvchilar bilan ish olib boradi. Har bir bola faqat o'ziga xos bilish faoliyati, iroda, xarakter, xulq-atvor xususiyatlariga ega. Maktabdagi ta'lim-tarbiya berish jarayonida ham shu xususiyatlarni bilish va shunga asoslanib ularga individual munosabatda bo'lish lozim. Mana shularni hisobga olgandagina, har bir pedagog o'zining asosiy vazifasi, ya'ni yosh avlodga ta'lim-tarbiya berish ishini muvaffaqiyatli amalga oshiradi. Shuning uchun ham psixologiya fanining alohida sohalari bo'lmish yosh (Bolalar) va pedagogik psixologiya asoslarini chuqur bilish har bir pedagog uchun muhim hisoblanadi.

Bolalar psixologiyasi - bu bolalarning psixologik rivojlanishining umumiy va o'ziga xos xususiyatlarini, bu jarayon turli yoshlarda qanday sodir bo'lishini, uni qanday kuchlar va qonunlar boshqarishini o'rganadigan psixologiyaning bir bo'limi. Shu sababli, bolalar psixologiyasini ko'pincha yoshlar psixologiyasi deb atashadi.

Bolalar psixologiyasi bolalardagi aqliy jarayonlar (kognitiv, og'zaki, hissiy, irodaviy va boshqalar) ning ko'rinishi va rivojlanishini, aqliy xususiyatlarini rivojlanishini, har xil faoliyatning (o'yin, o'rganish, mehnat) rivojlanishini va bolaning shakllanishini o'rganadi. Bolalar psixologiyasi umumiy psixologiyada ishlab chiqilgan tadqiqot usullaridan foydalanadi, ammo uni qo'llash o'ziga xos xususiyatlarga ega. Bolaning yoshini o'rganish uchun **ko'ndalang kesma va longityud deb nomlangan** tadqiqotlar qo'llaniladi.

Birinchi holda, turli yosh guruhlariga mansub bolalarda bir vaqtning o'zida faqat bitta aqliy jarayon o'rganiladi. Ikkinchi holda, ma'lum (tanlangan) bolaning aqliy

xususiyatlari ko'p yillar davomida o'rganiladi. Bu, o'z navbatida, ularga aqliy rivojlanishning umumiy yo'nalishini kuzatish imkonini beradi. Bolalar psixologiyasi mustaqil fan sifatida 19-asr o'rtalarida shakllana boshladi. U pedagogik psixologiya, pedagogika va yuqori asab faoliyati fiziologiyasi bilan chambarchas bog'liqdir. Uning bilimi va xulosalari yangi avlodlarni o'qitish va tarbiyalash nazariyasi va amaliyoti uchun ham, umumiy psixologiya uchun ham muhimdir.

Bola ijtimoiylashuvida sotsium muhim ahamiyatga ega. Bu ijtimoiy muhitni bola asta-sekinlik bilan o'zlashtiradi. Agar bola tug'ilgandan keyin asosan oilada rivojlansa, uning keyingi rivojlanishi yangi va yangi muhitlar-maktabgacha ta'lim muassasalari, maktab, maktabdan tashqari tarbiya muassasalari, turli ko'ngilochar maskanlarda kechadi. Yosh ulg'aygan sari ijtimoiy muhit "hududi" kengayib boradi. Bola qanchalik ko'p muhitlarni o'zlashtirsa, u shunchalik keng doira hududini egallashga harakat qiladi. Bola doimo o'zi uchun qulay bo'lgan uni yaxshi tushunadigan, unga hurmat bilan munosabatda bo'ladigan muhitni izlashga urinadi. Shuning uchun u bir muhitdan boshqa muhitga ko'chib yuradi. Muhit bolani shakllantirishda, uning ijtimoiy tajriba to'plashida ijtimoiylashuv jarayoni uchun muhim ahamiyatga ega.

Keling, endi bola xulq atvorida salbiy o'zgarishlarni keltirib chiqaruvchi tashqi ta'sirlar haqida gaplashsak.

Hammamizga ma'lumki, Oilada ota-onalar o'rtasidagi o'zaro samimiyat, hamjihatlik, mehru oqibat, o'zaro hurmat, shirinsuxanlik, bir-biriga g'amxo'rlik qilish kabi munosabatlar farzand tarbiyasiga ijobiy ta'sir qiladi.

Bugungi kunda hayotda ko'plab muammolarga duch kelamiz. Bulardan eng avvalosi bu- inson xarakteridir. *Inson xarakteri qayerdan va qanday shakllanadi?* Albatta bu oiladan boshlanadi. Oila – bu juda nozik muassasa. Bu farzand dunyoga kelganidan, ota-onaning bir-biriga bo'lgan munosabatidan boshlanadi. Ota-onaning bosayotgan har bir qadami bolaning ongiga o'rnatilib qoladi.

Ba'zi otalar farzandlari sigareta chekishiga o'rganib qolganidan shikoyat qilishadi. Hurmatli Otalar, o'zingiz uyda sigareta chekasizmi? O'zingiz uyda sigareta chekib turib, qanday qilib farzandingizga sigareta chekma deb ayta olasiz? Ba'zida ota-

onalar farzandlari ularni hurmat qilmayotganidan shikoyat qilishadi. Hurmatli otalar, sizlar bir-birlaringizni chin dildan hurmat qilasizlarmi? Axir, har bir bola otasidan, aka-opasidan o'rnak oladi. Bir so'z bilan aytganda oiladagi muhit unga ta'sir qiladi.

Oilada tanqid, yolg'on, g'azab, masxara, janjal, notinchlikni ko'rib o'sgan farzand yolg'on gapirishni, janjallashishni, g'azablanishni va boshqlarga ozor berishni o'rganadilar. Ota bobolarimiz ham "Qush uyasida ko'rganini qiladi" deb bejiz aytishmagan.

Shu bois, bizning oiladagi rolimiz juda ham muhimdir. Qiz bola ham ayollik jozibasi nima ekanligini, dunyoga kelganidan boshlab onadan o'rganadi. Ona uydagi ayollik rolini chiroyli kiyinib, nazokat bilan amalga oshirishi, turmush o'rtog'i va farzandlariga qilayotgan muomalasi bilan o'z qiziga o'rnak bo'ladi. Ana o'shanda qiz voyaga etib, oila qurganda o'z vazifasini chiroyli bajaradi.

Oilada dalda, maqto'v, ishonch, halollik, mehr va xavfsizlikni ko'rib o'sgan farzand sabr qilishni, o'zini va boshqalarni xurmat qilishni, o'ziga bo'lgan ishonchni va boshqalarni yaxshi ko'rib ularni xurmat qilishni o'rganadi.

Oilaviy muammolarda ko'p hollarda "qars ikki qo'ldan chiqadi". Oila mustahkam qo'rg'onga aylanishi uchun oilada ikki taraf ham bir yoqadan bosh chiqarishi yaxshiroqdir. Er-xotinning do'stona munosabati, ahilligi va mehr-oqibati farzandlarimizga ham o'tadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Ерофеева М.В. «Психологическое консультирование родителей по проблеме гиперактивности ребенка» Санкт-Петербург 2020 г.
2. Sirotyuk A.L. Diqqat etishmasligi giperaktivlik buzilishi. - M.: TC Sphere, 2002 yil.
3. Романчук О.И. Синдром дефицита внимания и гиперактивности у детей / Пер. с украинского. — М.: Генезис, 2010.
4. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике. - СПб.: Издательство "Питер", 2000. - 528 с.

5. Osipova A.A., Malashinskaya L.I. Diqqatni tashxislash va tuzatish: 5-9 yoshli bolalar uchun dastur. - M.: TC Sphere, 2001 yil.

O'QUVCHILARNI SOG'LOM RUHIY MUHITDA TARBIYALASH

Djumayeva Xursand Xabibovna
Toshkent shahar Chilonzor tumani 178-IDU maktab amaliy psixologi

Annotatsiya. Bugungi jadal rivojlanuvchi davr talablariga muvofiq, o'zgaruvchan zamonaviy maktab ta'limi oldida ta'lim mazmuni va tuzilmasiga yangicha yondashuv zarurati mavjudligi sababli ko'plab dolzarb vazifalar yuzaga keldi. Endilikda zamonaviy o'quvchi – o'qitishda an'anaviy ta'lim-tarbiya usullaridan foydalanib emas, balki ularga mustaqil bilim olish hamda egallagan bilimlarini takomillashtirishga intilish malakalarini shakllantirishi hamda o'rgatishi zarur. Ushbu maqolada pedagogikada bolalarning sog'lom ruhiy muhitda tarbiyash usullari tadqiq etilgan.

Kalit so'zlar: pedagogika, nutq madaniyati, sog'lom muhit, innovatsiya, pedagogik mahorat, tarbiya, xarakter.

KIRISH

Maktab ostonasiga oyoq qo'yish har bir inson uchun nihoyatda katta hayotiy burilishdir. Mana shu davrdan boshlab bolalikning eng beg'ubor onlariga bir qadar cheklanishlar kirib keladi. Endi bola oilada nafaqat oilaviy ba'zi burchlarni, vaholanki, uz shaxsi uchun zarur bo'lgan xususiy vazifalarni bajarishi shart davrga o'tadi. Bu bilan uning oiladagi roli bir qarashda kamayganday emas, aksincha ko'paygan bo'ladi. Ya'ni u o'z obro'sini endi nafaqat oila a'zolari o'rtasida, aksincha, jamiyat o'rtasida oila obro'sini o'z shaxsiy harakati bilan himoya qilish davri boshlanadi.

Bizga ma'lumki, har qanday odam boshqa odamdan o'zining individual-psixologik xususiyatlari bilan ajralib turadi. Bundan ma'lum bir odamga xos bo'lgan

xislatlar nazarda tutiladi. Psixologiyada xarakter deganda mazkur shaxs uchun tipik hisoblangan faoliyat usullarida nomoyon bo'ladigan, tipik sharoitlarida ko'rinadigan va bu sharoitlarga shaxsning munosabati bilan belgilanadigan individual psixik xususiyat yig'indisi tushuniladi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Ruhiy muhiti sog'lom oila a'zosi bo'lgan bolaning birinchi bor maktabga borishi qanchalik hayajonli bo'lmasin bola uchun jiddiy qiynchiliklar tug'dirmaydi. Chunki maktabda o'qituvchi hamma bolalarga bir ko'z bilan qaraydi. Oilada ham bolaga maktabga borganligi munosabati bilan alohida erkatoyga qarash qilmasdan, maktab uning o'zi uchun kerak bo'lgan burch, sifatida qaragan ma'qul. Chunki, mana shunday qaralgandagina bola uy vazifalariga, maktabda berilgan topshiriqlarga shaxsiy burch sifatida qarashga o'rganib boradi.

O'z burchini sezgan shaxsda esa o'z shaxsiga hurmat tuyg'usi tobora ortib yaxshi shakllanadi. Hammamizga ma'lum tushuncha, ya'ni o'zini hurmat qilmaydigan shaxs boshqalarni hurmat qilishni bilmaydi. Bu o'rinda tarbiyaning, maktab va oila tarbiyasining bola shaxsiyatiga bir yo'nalishda mutanosib olib borilishi jiddiy e'tiborga molik.

Maktab bolani kengroq jamiyatga kirishiga yordam beradi. Maktabda bola o'zining individual qobilyati va qiziqishiga qarab kengroq bilimga ega bo'la boshlaydi. Maktabda bolaning olgan ta'lim tarbiyasiga qarab dunyoqarashi kengaya boshlaydi va shu bilan birga uning ochilmagan qirralari ya'ni xar xil soxaga bo'lgan qiziqish va qobilyatlari namoyon bo'la boshlaydi. Qiziqish qobilyat bolaning individual hususiyatlari qatoriga kiradi. Qiziqish va qobilyatdan tashqari, temperament va xarakter ham individual hususiyatlar qatoriga kiradi.

NATIJALAR

Har bir bolaning o'ziga yarasha individual hususiyatlari mavjud bo'ladi. Individual xususiyatlarga to'xtalib o'tamiz;

Qobilyat—insonning individual salohiyati va imkoniyatlaridir. Qobilyat bilimdan keskin farqlanadi, bilim mutolaa natijasi hisoblanadi, qobilyat shaxsning psixologik va fiziologik tuzilishining xususiyati sanaladi. Qobilyat ko'nikma, malakadan farq qiladi.

Aksariyat ilmiy manbalarda mohirlik bilan qobilyat anglashtiriladi. Qobilyat inson tomonidan ko'nikma va malakalarning egallanishi jarayonida takomillashib boradi.

Har qanday qobilyat turi shaxsga tegishli murakkab psixologik tushunchadan tashkil topgan bo'lib, u faoliyatning talablariga mutanosib xususiyatlar tizimini o'z ichiga oladi. Shuning uchun qobilyat deganda birorta xususiyatning o'zini emas, balki shaxs faoliyatining talablariga javob bera oladigan va shu faoliyatda yuqori ko'rsatkichlarga erishishni ta'minlashga imkoniyat beradigan xususiyatlar sintezini tushunmoq lozim. Barcha qobilyat uchun tayanch xususiyat — kuzatuvchanlikda, ya'ni insonni fahmlash, ob'ektdan u yoki bu alomatlarini ko'ra bilish, ajrata olish ko'nikmasidir.

Qobilyatning yetakchi xususiyatlaridan biri — narsa va hodisalar mohiyatini ijodiy tasavvur qilishdir. U shaxsning shakllanishi va rivojlanishi natijasi bo'lishi bilan birga, tabiiy manbaga ham ega. Bu tabiiy manba ko'pincha zehn tushunchasi bilan yuritiladi. Zehn muayyan bir faoliyatga yoki ko'pgina narsalarga nisbatan ortiqcha qiziquvchanlikda, moyillikda, intilishda namoyon bo'ladi. Zehn nishonalari deganda qobilyat ichki imkoniyatlarning mohiyatini tushunish lozim. U ishtiyoq, moyillik, mehnatsevarlik, ishchanlik, talabchanlik kabilarning mahsulidir.

Qobilyat umumiy va maxsus turkumlarga ajratiladi. Umumiy qobilyat deganda yuksak aqliy imkoniyat va taraqqiyot tushuniladi. Qobilyat tabiiy ravishda shakllanishi va muayyan reja asosida rivojlantirilishi mumkin. Qobilyatni ma'lum faoliyatga moyillik yoki intilish orqali, tabiiy zehn nishonalarini aniklash, mutaxassis rahbarligida uzluksiz faoliyatga jalb etish, qobilyatni takomillashtirishning maxsus vositalarini qo'llash, shaxsning faollik alomatlarini maksimal darajada rivojlantirish, inson shaxsiga alohida yondashuvni umumiy talablar bilan uyg'unlikda olib borish va boshqa orqali rivojlantirish yo'llari mavjud. Qobilyatning yuqori darajasi iste'dod va daholikda namoyon bo'ladi.

MUHOKAMA

Xarakter – (yunoncha tamg'a, nishon, xislat) – xarakter; ijtimoiy muhit ta'sirida tarkib topib, shaxsning atrofidagi voqealikka va o'z - o'ziga bo'lgan munosabatda

ifodalanadigan, uning muayyan sharoitlardagi xatti - harakatlarni belgilab beradigan barqaror individual psixik xususiyatlar yig'indisidir.

Xarakter termini fanga qadimgi yunon olim va faylasufi Teofrast tomonidan kiritilgan. Xarakter tug'ma o'zgarmaydigan xususiyat emas. U kishining hayot sharoitlarga bog'liq holda tarkib topib, o'zgaruvchan va tarbiyalanuvchandir: maxsus sharoitda, maxsus ta'lim-tarbiya ta'sirida salbiy xarakter xislatlarini bartaraf qilish, ijobiy xarakter xislatlarini tarbiyalash mumkin.

Yendi individual hususiyatlarni ta'lim jarayoniga bog'laymiz. Bolalarni ta'limga o'rgatish avvalo uning qiziqish va qobilyatidan kelib chiqsa maqsadga muvofiq bo'ladi. Shu masalaga pedagoglar alohida ahamiyat berishlari kerak. Har bir bola o'z individual hususiyatiga qarab o'zi qiziqqan va qobilyati bo'lgan sohani tanlaydi. Qaysidir bola aniq fanga qiziqsa qaysidir bola gumanitar sohaga qiziqadi. Shuning uchun aniq fanni bilmagan bolani biz qobilyatsiz bola deb ayta olmaymiz. Biz ular qaysi sohaga qiziqishi va qobilyati mavjudligini aniqlab uni o'sha soxaga yo'naltirishimiz darkor.

Har bir inson yoshligidanoq kamchiligu yutuqlari, o'z imkoniyatlari haqida oz bo'lsa-da tasavvurga ega bo'la boshlaydi. Yoshligidanoq bolalar fe'l-atvori haqida oldin ota-onalari, keyin esa atrofdagilari o'z munosabatini bildirib boshlaydi. Tashqi ta'sir natijasi o'laroq, har bir insonda o'ziga-o'zi baho berish qobilyati shakillana boshlaydi. Qaysidir bola o'ziga juda yuqori baho bersa, yana qaysidir bola o'zi haqida salbiy fikrga ega bo'ladi. O'ziga yuqori baho bergan bolalar ham past baho beradigan bolalar ham ta'lim dargohida bilim olishga qiynaladi. Yuqori baho bergan bolalarning qiynalishini sababi shundaki, uning o'zi haqidagi fikri real imkoniyatlaridan ko'ra ilgarilab ketgan bo'ladi. Bunday bolalar atrofdagilaridan norozi bo'lishadi, ularning o'zi haqidagi fikrini ijobiy tomonga o'zgartirgandan so'nggina u bilim olishga qiynalmaydi. Ularning o'zi haqidagi fikrlarini o'zgartirish ham qiyin kichadi. Buning uchun o'zgalarning yutig'ini ko'rib, u bilan o'z imkoniyatlarini taqqoslash, atrofdagilarining unga nisbatan to'g'ri muomila qila olishi muhim ahamiyatga ega ekanligini tushuntirish darkor.

O'zi haqida salbiy fikriga ega bo'lgan bolalarga ham oson emas. Ularning boshqalar bilan muomilaga kirishlari, yangi tanishlar orttirishlari qiyin kichadi shu bilan birgalikda ta'lim olishlari ham qiyin kechadi. Ularni doim bir ishni boshlashdan oldin “men to'g'ri yo'l tutyapanmikin” kabi shubhali savollar qiynaydi. Bunday shubha gumonlardan qutilish uchun bolalarga avvalambor o'zlariga chettan nazar solish kerakligini tushuntirish kerak. Ularga hech kimdan kam emasligini shu bilan barobarda boshqalardan ustun jihati mavjudligini tushuntirish va shu jihatni his qila bilishni o'rgatish kerak. Ana shundagina bola hayotda o'z o'rnini topa oladi.

Maktab, akademik litsey, kasb hunar koliji o'quvchilarining qaysi sohaga qiziqish va qobilyati mavjudligini aniqlab ularni shu sohaga yo'naltirish uchun o'qituvchilar quydagi inovatsion metodlardan foydalanishsa yuqori natijalarga erishadilar;

-“qobilyatni aniqlash testi” bu test o'quvchilarning hayotda o'z yo'nalishlarini to'g'ri tanlashga yordam berishi bilan birgalikda, o'qituvchilarga o'quvchilarning qobilyatini aniqlab qiziqishlariga qarab dars samaradorligini oshirish imkoniyatini beradi.

-“ijodiy qobilyatlarni aniqlash so'rovnomasi” mazkur so'rovnoma shaxsda ijodiy faollik bilan bog'liq bo'lgan 4 ta asosiy xususiyat- qiziquvchanlik, yaxshi rivojlangan xayol, murakkab hodisalarni yechishga intiluvchanlik, tavakalchilikka moyilik darajasini aniqlashga imkon beradi.

-“Gottshald shakillari” mazkur metodika shaxsning bilish faoliyatida ikki kognetiv uslub maydonga tobe va maydondan mustaqil uslubning qaysi biri ustunligini aniqlash uchun qo'laniladi. Bunda maydonga tobelik odamning olamni bilish jarayonida tashqi chalg'ituvchi omillar ta'siriga kuchli berilishini, maydondan mustaqil uslub esa bunday ta'sirdan yetarlicha holi ekanligini anglatadi.

XULOSA

Bolalarning qobilyatiga qarab ularni o'z xayotida o'zi qiziqqan soha mutaxasislari bo'lishlari uchun ularga to'g'ri yo'nalish berish kerak. Ba'zi bir bolalar judayam qobilyatli bo'lishadi leki judayam qaysar bo'lishadi ular bilan ko'proq shug'ullanish kerak. Ana shundagina ular ham o'z hayotida o'z o'rniga ega bo'lishadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Khankeldiev S. K., Uraimov S. R. EXPERIMENTAL SUBSTANTIATION OF THE METHODOLOGY FOR CONDUCTING PHYSICAL EDUCATION LESSONS IN THE SCHOOL EDUCATION SYSTEM, TAKING INTO ACCOUNT REGIONAL FACTORS //Herald pedagogiki. Nauka i Praktyka. – 2021. – T. 1.

2. Allamuratov S. I., Uraimov S. R. MOTOR TRAINING OF STUDENT YOUTH IN THE PROCESS OF TRAINING IN SPECIALIZED MILITARY-TECHNICAL LYCEUMS IN CONDITIONS OF HYPERTHERMIA //Herald pedagogiki. Nauka i Praktyka. – 2021. – T. 1. – №. 1.

3. Kipchakova, Y. X., & Kodirova, G. A. (2020). INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN MODERN EDUCATION. *Теория и практика современной науки*, (5), 29-31.

4. KIPCHAKOVA, Y., ABDUXAMIDOVA, M., & RAXMONALIYEVA, M. THE IMPACT OF INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN IMPROVING STUDENT KNOWLEDGE. *СТУДЕНЧЕСКИЙ ВЕСТНИК Учредители: Общество с ограниченной ответственностью "Интернаука"*, 37-38.

O'SMIRLAR ORASIDA GURUHIY BOSIMNING SHAXS PSIXOLOGIYASIGA TA'SIRI

*Egamberdiyeva Sunbula
Toshkent shahar kimyo xalqaro universitet talabasi,
Toshkent shahar Shayxontohur tuman 276-maktab psixologi*

Annotatsiya. Mazkur maqolada o'smirlik davrida uchraydigan guruhiiy bosim fenomeni va uning shaxs psixologiyasiga ko'rsatadigan ta'siri ilmiy-psixologik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. Tadqiqotda guruhiiy bosimning mohiyati, o'smirlik davrida uning kuchayish sabablari, ijobiy va salbiy oqibatlari yoritiladi. Shuningdek, guruhiiy bosimning oldini olish va uning salbiy ta'sirini kamaytirishga qaratilgan psixologik va pedagogik profilaktika choralari bayon etiladi. Maqola o'smirlar psixologiyasi, ta'lim muassasalari psixologlari va pedagoglar uchun amaliy ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: o'smirlik davri, guruhiiy bosim, tengdoshlar ta'siri, konformizm, shaxs psixologiyasi, ijtimoiy moslashuv, psixologik profilaktika.

Kirish

Zamonaviy jamiyat sharoitida o'smir shaxsining shakllanishi murakkab ijtimoiy va psixologik omillar ta'siri ostida kechadi. O'smirlik davri biologik, psixologik va ijtimoiy o'zgarishlarning jadalligi bilan ajralib turib, bu bosqichda shaxsning dunyoqarashi, qadriyatlar tizimi va xulq-atvor strategiyalari shakllanadi. Aynan ushbu davrda tengdoshlar guruhi o'smir hayotida muhim ijtimoiy institutga aylanib, uning xatti-harakatlari va qaror qabul qilish jarayonida yetakchi ta'sir ko'rsatadi.

O'smirlar orasida keng tarqalgan guruhiiy bosim hodisasi shaxs psixologiyasining shakllanishiga bevosita ta'sir etuvchi muhim ijtimoiy-psixologik omillardan biri hisoblanadi. Guruhiiy bosim o'smirning o'z fikrini erkin ifodalashi, mustaqil qaror qabul qilishi va ijtimoiy moslashuvi jarayonlariga ta'sir ko'rsatib, ba'zi hollarda shaxsiy rivojlanishni qo'llab-quvvatlasa, ayrim vaziyatlarda esa psixologik muammolarning yuzaga kelishiga sabab bo'ladi.

Bugungi globallashuv va axborot texnologiyalari rivojlangan davrda guruhiiy bosimning ta'sir doirasi yanada kengayib bormoqda. Ijtimoiy tarmoqlar, ommaviy madaniyat va virtual guruhlar o'smirlar uchun yangi ijtimoiy muhit yaratib, ularning psixologik holati va xulq-atvoriga kuchli ta'sir ko'rsatmoqda. Shu sababli guruhiiy bosim masalasini zamonaviy psixologiya nuqtai nazaridan chuqur o'rganish dolzarb ilmiy vazifalardan biri hisoblanadi.

Mazkur maqolaning asosiy maqsadi o'smirlar orasida guruhiiy bosimning shaxs psixologiyasiga ta'sirini ilmiy-psixologik jihatdan tahlil qilish, uning ijobiy va salbiy jihatlarini aniqlash hamda salbiy oqibatlarini kamaytirishga qaratilgan samarali psixologik va pedagogik tavsiyalarni ishlab chiqishdan iborat. Tadqiqot natijalari o'smirlar bilan ishlovchi pedagoglar, psixologlar va ota-onalar uchun nazariy va amaliy ahamiyatga ega bo'lishi ko'zda tutiladi.

1. Guruhiiy bosim tushunchasi va uning psixologik mohiyati

Guruhiiy bosim — bu shaxsning o'z fikri, xatti-harakati va qarorlarini muayyan ijtimoiy guruh me'yorlariga moslashtirishga majbur bo'lish jarayonidir. Psixologiyada ushbu hodisa konformizm tushunchasi bilan izohlanadi. O'smirlar o'z tengdoshlarining fikriga moslashish orqali guruh tomonidan qabul qilinish va rad

etilmaslikka intiladilar. Bu holat ijtimoiy moslashuvni yengillashtirishi mumkin bo'lsa-da, ba'zan shaxsiy mustaqillikning cheklanishiga olib keladi.

2. O'smirlik davrida guruhiiy bosimning kuchayish sabablari

O'smirlik davrida guruhiiy bosimning kuchayishi biologik, psixologik va ijtimoiy omillar bilan bog'liq. Psixologik jihatdan o'smirda o'zini tasdiqlash ehtiyoji kuchayadi. Ijtimoiy jihatdan esa u tengdoshlar tomonidan tan olinishi va hurmat qilinishini istaydi. Zamonaviy axborot texnologiyalari, ayniqsa ijtimoiy tarmoqlar, guruhiiy ta'sir doirasini kengaytirib, o'smirlarning fikr va xulqiga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda.

3. Guruhiiy bosimning shaxs psixologiyasiga ijobiiy ta'siri

Ijobiiy yo'naltirilgan guruhiiy bosim o'smir shaxsining rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Masalan, ilmiy, sport yoki madaniy guruhlariga mansublik o'smirda mas'uliyat, intizom va jamoada ishlash ko'nikmalarini rivojlantiradi. Bunday guruhiiy muhit shaxsning ijtimoiy faolligini oshirib, ijobiiy o'zini baholashni shakllantiradi.

4. Guruhiiy bosimning salbiy psixologik oqibatlari

Salbiy guruhiiy bosim o'smir shaxsida xavotir, ishonchsizlik va emotsional beqarorlikni kuchaytirishi mumkin. Bunday ta'sir ostida o'smirlar zararli odatlar, tajovuzkor xulq-atvor yoki antisotsial harakatlarga moyil bo'lib qoladilar. Uzoq muddatli salbiy bosim shaxsning mustaqil fikrlash qobiliyatini susaytirib, ijtimoiy moslashuvda muammolarni keltirib chiqaradi.

5. Guruhiiy bosimni kamaytirish va profilaktika choralari

Guruhiiy bosimning salbiy oqibatlarini kamaytirishda oila, maktab va jamiyat hamkorligi muhim ahamiyatga ega. O'smirlar bilan psixologik treninglar o'tkazish, tanqidiy fikrlashni rivojlantirish va mustaqil qaror qabul qilish ko'nikmalarini shakllantirish samarali profilaktika choralari hisoblanadi. Shuningdek, o'smirning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlash guruhiiy bosimga qarshi psixologik barqarorlikni ta'minlaydi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, guruhiiy bosim o'smirlik davrida shaxs psixologiyasiga sezilarli va ko'p qirrali ta'sir ko'rsatadigan ijtimoiy-psixologik omil hisoblanadi. O'smirlik davrining o'ziga xos psixologik xususiyatlari — emotsional

beqarorlik, o'zini tasdiqlashga bo'lgan ehtiyoj va tengdoshlar tomonidan qabul qilinish istagi — guruhiiy bosimning kuchayishiga qulay sharoit yaratadi. Natijada o'smirlar ko'pincha o'z shaxsiy qarashlari va ichki e'tiqodlariga zid bo'lsa ham, guruh me'yorlariga moslashishga moyil bo'ladilar.

Guruhiiy bosimning ijobiiy yo'naltirilgan shakllari o'smir shaxsining ijtimoiy moslashuvi, mas'uliyat hissi va jamoada ishlash ko'nikmalarining shakllanishiga xizmat qiladi. Ijobiiy guruh muhiti o'smirda o'ziga ishonchni oshiradi, ijtimoiy faollikni rag'batlantiradi hamda shaxsning ma'naviiy va intellektual rivojlanishiga ijobiiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga, bunday ta'sirlar o'smirning kelajakdagi ijtimoiy rollarini muvaffaqiyatli bajarishiga zamin yaratadi.

Biroq salbiy guruhiiy bosim o'smir shaxsining psixologik barqarorligiga jiddiiy xavf tug'diradi. U o'z-o'zini past baholash, xavotir, agressivlik va ijtimoiy moslashuvdagi muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. Eng muhim jihati shundaki, uzoq davom etgan salbiy guruhiiy bosim o'smirda mustaqil fikrlash va erkin qaror qabul qilish qobiliyatining susayishiga olib keladi, bu esa shaxs rivojlanishida salbiy iz qoldiradi.

Shu sababli guruhiiy bosimning salbiy oqibatlarini kamaytirish va uning ijobiiy jihatlaridan samarali foydalanish psixologik-pedagogik faoliyatning muhim yo'nalishlaridan biri bo'lishi lozim. Oila, ta'lim muassasalari va jamiyat o'rtasidagi hamkorlik, o'smirlarda tanqidiy fikrlashni rivojlantirish, shuningdek, mustaqil qaror qabul qilish ko'nikmalarini shakllantirish guruhiiy bosimga qarshi psixologik barqarorlikni ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Umuman olganda, o'smirlar orasida guruhiiy bosim fenomenini chuqur o'rganish va uni ilmiy asosda boshqarish sog'lom, mustaqil va ijtimoiy mas'uliyatli shaxsni tarbiyalashda muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ананьев Б. Г. **Человек как предмет познания.** — СПб.: Питер, 2001.
2. Асмолов А. Г. **Психология личности.** — М.: МГУ, 2007.
3. Выготский Л. С. **Психология развития человека.** — М.: Смысл, 2005.
4. Кон И. С. **Психология ранней юности.** — М.: Просвещение, 1989.
5. Немов Р. С. **Психология: Учебник для вузов.** 3-том. — М.: Владос, 2010.

6. Майерс Д. **Социальная психология.** — СПб.: Питер, 2013.
7. Бандура А. **Теория социального научения.** — М.: Евразия, 2000.
8. Craig G., Baucum D. **Human Development.** — New York: Pearson, 2014.
9. Brown B. B. **Peer Groups and Adolescent Development.** — Journal of Adolescent Research, 2004.

BOLA PSIXOLOGIYASIDAGI O'ZGARISHLAR VA ULARNI BARTARAF ETISH KO'NIKMALARI

*Mirzayeva Nilufar Tursunbayevna
TDTU psixologi*

Annotatsiya: O'smirlik yoshida bolaning hayot sharoitlari va faoliyati ancha o'zgaradi, ruhiyatining qayta qurilishi ro'y beradi. Tengqurlari bilan muomala qilishning yangi shakllari paydo bo'ladi. Jamoada o'spirinning ijtimoiy maqomida o'zgarishlar ro'y beradi, ota-onalar va ustozlar tomonidan unga talablar kuchayadi.

Bu yoshda o'spirinning vaqtinchalik oila va maktabda ruhiy ajralishi sodir bo'ladi. O'spirinning shakllanishida ota-onaning ahamiyati pasayadi. Odatda u rasmiy jamoa va norasmiy muomala guruhini tanlash bilan band bo'ladi va unga hurmat bilan munosabatda bo'linadigan guruhni tanlaydi. Bu sport, texnika to'g'aragi bo'lishi mumkin. Shu bilan birga bu guruh o'smirlarning yig'ilishib, ichib-chekib o'tirishadigan yerto'la ham bo'lishi mumkin.

Kalit so'zlar: bola, o'smirlik, axloq, tarbiya, psixologiya, ko'nikma, muammo, odob, shaxs, o'quvchi, tushuncha

Аннотация: В подростковом возрасте условия жизни и деятельности ребенка значительно меняются, происходит перестройка его психики. Появляются новые формы обращения с равными. В коллективе происходят изменения социального статуса подростка, повышаются требования к нему со стороны родителей и наставников.

В этом возрасте происходит временное психическое разделение подростка в семье и школе. Значение воспитания снижается в становлении подростка. Обычно он занят выбором между формальной командой и группой неформального обращения и выбирает группу, которая разделена уважительным отношением к нему. Это может быть спортивная, техническая рубка. Однако это также может быть погреб, где группа подростков собирается, пьет и курит.

Ключевые слова: ребенок, подросток, мораль, воспитание, психология, навыки, проблема, манеры, личность, ученик, понимание

Annotation: at the age of adolescence, the life conditions and activities of the child change much, a restructuring of his psyche occurs. New forms of dealing with cockroaches appear. Changes in the social status of a teenager occur in the team, the requirements for him by parents and mentors increase.

At this age, a teenager's spiritual separation occurs in a temporary family and school. In the formation of a teenager, the importance of parents decreases. He is usually busy choosing a formal team and an informal treatment group, and chooses a group that treats him with respect. It can be a sports, technical dam. At the same time this group may also have a basement where teenagers gather and drink.

Keywords: Child, Adolescent, ethics, upbringing, psychology, skills, problem, etiquette, personality, reader, concept

Hammamiz ham deyarli har kuni ijtimoiy istalmagan axloqning turli-tuman ko'rinishlari - tajovuskorlik, zararli odatlar, qonunga zid harakatlar bilan to'qnashamiz. Shu kabi muammolar bilan shug'ullanuvchi mutaxassislar ko'p yillardan beri qator savollarga javob izlamoqdalar. Bunday axloqning sababi nimada bo'lishi mumkin? Nima insonni qayta – qayta o'ziga va atrofdagilarga zarar keltirishga majburlamoqda? Bundan qanday qutilish mumkin? Va nihoyat “og’ishgan xulq”, “tarbiyasi og’ir”, “deviant” atamasidan foydalanish qonuniymikan?

Ijtimoiy pedagogika va “Tarbiyasi og’ir bolalar” psixologiyasi fanining asosiy maqsadi o’quvchilarda shaxs og’ishgan xulqi muammolarini zamonaviy holati haqida ilmiy asoslangan, yaxlit tasavvurning shakllanishida yordamlashishda ko’rinadi.

Og'ishgan xulqni tushuntirish uchun turlicha psixologik kontseptsiyalar qimmatini tan olgan holda kognitiv – axloqiy yondashuvlarni ustuvor sifatida ajratamiz.

“Tarbiyasi og'ir bolalar” tushunchasining ko'p ma'noiligi va bu bilan bog'liq bo'lgan terminologik chalkashliklar, har birimizning ichki dunyomizga xos bo'lgan shaxsiy ozodlik ehtiyoji va jamiyatning cheklashlari orasidagi qarama – qarshilikdir. Og'ishgan xulq fenomeni mavjudligining o'zi “ozodlik yoki zaruriyat” dilemmasi faktini tasdiqlaydi, xatto jamiyatning umidlariga qarshi har bir odamning shaxsiy tanlovchi predmeti hisoblanadi. Yana bir ma'lum murakkablik shundaki, og'ishgan xulq muammosi bo'yicha turli fanlar masalan, sotsiologiya, tibbiyot, huquq, pedagogikadan izlash lozim bo'ladi. Mavjud bo'lgan adabiyotlar, qoidalardek, yohud o'ta ixtisoslashtirilgan, yoki o'ta ommaviy masaladir. Shu xususda taakidlab o'tishimiz joizki, nosog'lom oila muhiti, oilada farzandga yetarli darjada e'tibor berilmasligi, bolada bo'sh vaqtning ko'pligi, noto'liq oilalar, o'smirlik ya'nikim balog'at yoshidagi krizisdan o'ta olmaslik va aynan o'sha davrda ota-ona tomonidan bola tarbiyasida bo'shliqga yo'l qo'yishlari bugungi kunning dolzarb mavzusiga aylanib borayotgan “xulqi og'ishgan”, “tarbiyasi og'ir” bolalarning vujudga kelishiga sabab bo'lmoqda, va asosiy omil deya aytishimiz mumkin. Bu muammoning tub ildizlari, muammoni xal qilish xususida ko'plab chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda. “Tarbiyasi og'ir” bolalarni ijobiy tomonga yo'naltirish va muammoning ildizlariga bolta urish maqsadida bugungi kunda davlatimiz tomonidan oila, mahalla, maktab, tengqurlar jamoasi kuchlarini birlashtirish muhim. Umuman bolani to'g'ri ijtimoilashishi, jamiyatda o'z o'rnini topishida har bir ijtimoiylashish institutlarining o'rni beqiyosdir.

Maktab ijtimoiy pedagogikasining asosiy muammosi tarbiyasi og'ir o'spirinlar hisoblanadi. 12-16 yoshli o'g'il-qizlar o'spirin hisoblanishadi. Bu davr shaxs shakllanishi jarayonida nihoyatda katta ahamiyatga ega. Shu bilan birga ham o'smirlar ham tarbiyachilar uchun qiyin davrdir.

Bu yoshda o'smirlarning kattalar xususan ota-onalar bilan muammolari paydo bo'ladi. Ota-ona o'z farzandiga yosh bolaga bo'lganday qarashadi, bola esa bu g'amxo'rlikdan chiqib ketmoqchi bo'ladi. Shuning uchun uning kattalar bilan munosabatida ko'p nizolar kelib chiqadi, bolada kattalar fikrlariga tanqid bilan qarash

kuchayadi. Kattalar bilan munosabatlar xarakteri ham o'zgaradi: bo'ysunish pozitsiyasidan bola tenglik pozitsiyasiga o'tmoqchi bo'ladi. Bir vaqtning o'zida tengdoshlar bilan ham o'zaro munosabatlarning xarakteri o'zgaradi. O'spirinda kattalik hissi tug'iladi va hissiyot mustaqil bo'lishga intilish, kattalarning xohish istaklariga qarshi chiqishda namoyon bo'ladi. Kichkina bolaga qaraganda o'spirinning qiziqishlari ancha o'zgaradi. Ijodiy faoliyatga intilish bilan bir qatorda o'spiringa qiziqishlarning beqarorligi ham xosdir.

Shunday qilib o'spirinlik yoshining quyidagi o'ziga xos xususiyatlarini ajratsak bo'ladi:

- 1.Emotsional voyaga yetmaganlik;
- 2.O'z xulq-atvorini to'liq nazorat qila olmaslik;
- 3.O'z ehtiyojlarini qondirish uchun imkoniyat va xoxishlarini to'g'ri baholay olmaslik;
- 4.Katta bo'lishga intilish

O'spirin yetarlicha voyaga yetgan shaxs emas. U insonning eng muhim xislatlari va jihatlari shakllanishi bosqichida bo'lgan shaxsdir. Bu bosqich bolalik va kattalik o'rtasidagi davrdir. Shaxs hali o'zini katta deb hisoblashi uchun yetarli rivojlanmagan, biroq shu bilan birga atrofdagilar bilan munosabatga kirishishi va o'z harakatlarida ijtimoiy norm avaqoidalar talablariga amal qilishi uchun yetarli rivojlangan.

O'spirin aqlli qaror qabul qilishga ongli harakatlar sodir etishga va ular uchun axloqiy va huquqiy jihatdan mas'ul bo'lishga qodir. Shuni ta'kidlash joizki, o'spirin o'z xatti-harakatlari uchun huquqiy javobgarlikka tortiladigan shaxsdir. Garchi qonun voyaga yetmaganlarning ijtimoiy psixologik rivojlanishini inobatga olib, ular uchun cheklangan javobgarlikni belgilasa ham katta o'spirinlik va o'smirlik davrini shaxsiy javobgarlik bilan xarakterlanadigan yosh deb qabul qilsak bo'ladi.

“Tarbiyasi og'ir“ o'smirlar jismoniy jihatdan sog'salomatdir, biroq ularning ta'lim-tarbiyasi buzilgan. Ular o'z tengdoshlaridan o'qishda ortda qoladilar, sababi ularda xotira, tafakkur va tasavvur xislari yaxshi rivojlanmagan.

Garchi ular o'zlariga qiziqarli narsani bajarishsa ham ular mehnat qilishni yoqtirishmaydi, o'zlarini biror ishni bajarishga majbur qila olmaydi, ular tizimli

shug'ullana olishmaydi. "Tarbiyasi og'ir" o'smirlar maktab intizomi va tartibini buzishadi, o'qishni xohlashmaydi, o'qituvchilar, tengdoshlar, ota-ona bilan nizolashadi. Maktabni tashlab ketishadi, o'zlarini omadsiz deb bilishadi, ular daydilik qilishadi, spirtli ichimliklar, giyohvand moddalar iste'mol qilishadi, huquqbuzarliklar sodir etishadi. Aynan o'spirinlar jismoniy yoki jinsiy zo'rlik oqibatida o'z jonlariga qasd qilishadi.

O'spirinlarning pedagogik jihatdan tarbiyalanmaganliklari ijtimoiy pedagogik hodisa bo'lib, oilaviy va maktab tarbiyasining kamchiligidir, maktabdan tashqari tarbiya ishining qoniqarsiz yo'lga qo'yilganligi natijasidir. Agar oila, maktab, maktabdan tashqari muassasada bolani tarbiyalovchi omillarni boshqarsa, ko'chakuyda boshqarib bo'lmaydi. Bu tarbiya jarayonida aks etmasligi mumkin emas. Chunki o'smirlar bo'sh vaqtlarini aksariyati aynan ko'chada o'tkazishadi. U yerda ularning muomalasi, ya'ni eng muhim ijtimoiy ehtiyojlaridan biri shakllanadi. O'quvchi o'spirinlar uchun asosiy faoliyat bu o'qishdir. Biroq o'qish tarbiyasi og'ir o'smirlar uchun o'qituvchilar va tengqurlarining hurmatini qozona olish vosita emas. Shuning uchun ular o'zlariga muhim bo'lgan faoliyatni maktabdan tashqarida izlashadi. Aynan shu yerda, o'zi kabi o'smirlar davrasida ularga yomon xislatlar va qo'pollik uchun tanbeh berishmaydi, aksincha bu kamchiliklarni kattalik alomati deb bilishadi.

Biroq hozirgi kunda maktabda, yashash jonlarida bolalar bilan birgalikda ijtimoiy ish olib boorish amaliyoti paydo bo'lmoqda. Bu faoliyat mikrotuman va maktabda ta'lim-tarbiya ishlarini olib borishning yagona rejasi bo'yicha maktab va barcha ijtimoiy xizmatlarni bolalar tarbiyasi va himoyasi muammosini yechish uchun birlashtiradi. Yagona reja bo'yicha ish yuritish maktab pedagogik jamoasining faoliyatini tubdan o'zgartiradi. Pedagoglar maktabdan tashqari bolalar muassasasi, sinf rahbarlari, guruh tarbiyachilari faoliyatiga qo'shilishadi va ular bilan yaqin hamkorlikda bo'lishadi.

Pedagogik tarbiyasi og'ir bolalar bilan ishlashda ijtimoiy pedagog maktab va maktabdan tashqari jamoaning ular xulq-atvoriga ta'sirini o'rganadi. Ular bilan ish olib borishda yaxshi natijalarga erishish uchun bir qator shartlarni bajarishi lozim:

1. O'smir bilan aloqa o'rnatish

2. O'smir bilan yaxshi o'zaro munosabatlar o'rnatish

3. Uning reaksiyasi, fikri, intilishlari, qiziqishlari, kelajakdagi rejalarini o'rganish

Tarbiyasi og'ir o'smirlar bilan ish olib boorish ommaviy so'rovnoma va anketa to'ldirish bilan amalga oshiriladi. Bu usullar pedagogik qarovsiz o'smirlar guruhlarining qayerda paydo bo'lganligi haqida ma'lumot olish imkonini beradi.

Tarbiyasi og'ir o'smirlar ish olib borishda pedagog quyidagi parametrlarni inobatga olishi lozim: guruh hajmi, ularning yosh va ijtimoiy tarkibi, muomala qilish joylari va vaqti, guruh faoliyatining mazmuni va yo'nalishi.

Ijtimoiy pedagog o'smirlar guruhining ijtimoiy tarkibini bilish ham muhim. Ijtimoiy tarkibi turli bo'lgan o'smirlar guruhlarida o'zaro axborot almashuv va muomala qilish qiziqarli bo'ladi. Biroq bu guruhlarda hayot haqida yolg'on tasavvurlarga ega ma'lumotlar ham tarqatilishi mumkin.

Tarbiyachining vazifasi:

1. Guruhdagi muomalaning mazmunini bilish;

2. Tarbiyaviylar ta'sirni to'g'ri tashkil qilib, ma'lumotni to'g'ri tomonga yo'naltirish.

Guruhlarning o'rnatilishi va tahlil qilinishi lozim bo'lgan mashg'ulotlarini ikki turga ajratsak bo'ladi – vaqt bo'yicha – doimiy va nodoimiy, yo'nalishi bo'yicha – ijobiy (mehnat, sport, san'at bilan mashg'ul bo'lish) va salbiy (chekish, alkohol mahsulotlarini iste'mol qilish, qimor o'ynash).

Shuni inobatga olish kerakki, bu jarayonga tarbiyachidan tashqari o'smir mansub bo'lgan tarbiyalanuvchilar jamoasi ham qo'shiladi. Bunda tarbiyachi kordinator vazifasini bajarib, jamoani o'z o'rtoqlarini qayta tarbiyalashga yo'naltiriladi. O'smirlar bilan reabilitasion markazda ishliytogan ijtimoiy pedagog metodlardan biridan foydalanib tarbiyalanuvchi oldida idealga o'xshash naqsadini qo'yadi. Bu axloqiy komil inson o'smirning ijobiy yurish-turishning shakllanishiga yordam beradi.

Insoniyat mavjudligining muhim shartlaridan biri - bola tarbiyasi hisoblanganligi bois, u dunyoga kelmasdanoq tarbiyaviy tadbirlar boshlab yuboriladi. Shunday bo'lsa-da, jamiyatda xulq-atvorida salbiy illatlarga moyil, ijtimoiy me'yorlarni qabul qilolmaslik xohishi, xatti-harakatlarini nazorat qila olmaydigan bolalarni uchratamiz.

Ularni tabiatan shunday xulq-atvorga ega deb, e'tibordan chetda qoldirish yoki chora-tadbirlar ishlab chiqmaslik jamiyat uchun kattadan-katta yo'qotishlarga olib keladi.

Shu bois, tarbiyasi va xulq-atvorida o'zgarishi bo'lgan bolalarga yordam ko'rsatuvchi kishilar psixologlar, pedagoglar hisoblanadi.

Adabiyotlar:

1. Mirziyoev Sh.M. "Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib intizom va shaxsiy javobgarlik-har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak". 2017 y, 104 bet, O'zbekiston matbuot va axborot agentligining —O'zbekiston nashriyot matbaa ijodiy uyi.
2. Mirziyoev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz. 2017 y, 488 bet, O'zbekiston matbuot va axborot agentligining —O'zbekiston nashriyot matbaa ijodiy uyi.
3. Azizxodjaeva N.N. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat. O'quv qo'llanma. - T.: O'zbekiston Yozuvchilar uyushmasi Adabiyot jamg'armasi nashriyoti, 2006.
4. Bern E. Igri, v kotorie igrayut lyudi. Lyudi, kotorie igrayut v igri. / Erik Bern; [per. s angl. A.Gruzberga]. —M.: Eksmo, 2012.
5. Bordovskaya N.V., Rozum S.I. Psixologiya i pedagogika. Uchebnik dlya vuzov Piter, 2016 g.

**FOLKLOR VA MADHIYANING O'SMIR SHAXSI RIVOJIGA
TA'SIRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI**

*Sharipova Shaxnoza Ro'zmamatovna
Osiyo xalqaro universiteti magistr talabasi*

Annotatsiya. Ushbu maqolada folklor janrlari hamda O'zbekiston Respublikasi Davlat Madhiyasining o'smir shaxsining ma'naviy -psixologik shakllanishiga ta'siri tahlil qilingan. Xalq og'zaki ijodi namunalarining tarbiyaviy ahamiyati, davlat ramzlarining o'smirlik davridagi identitet shakllanishiga ta'siri, ma'naviy qadriyatlarning yosh ongiga singdirilish mexanizmlari ochib berilgan.

Kalit so'zlar: Folklor, o'smirlik psixologiyasi, madhiya, identitet, tarbiya, ma'naviyat, ertak, maqol, vatanparvarlik.

Kirish.

Jonajon Vatanimizning har bir tongi ulug'vor musiqa va qo'shiq bilan boshlanadi. Bu- O'ZBEKISTON RESPUBLIKASINING davlat madhiyasidir. Mustaqil davlatimizning boshqa ramzlari -bayroq, gerb, milliy valyuta qatorida madhiyamiz ham har tong Vatanimizning naqadar go'zal, boy hamda muqaddas yurt ekanligini bizga eslatib turadi. Folklor o'smirlar xalq donishmandligini, axloqiy me'yorlarini, ezigulik va yovuzli o'rtasidagi farqni ongli ravishda anglashga yordam bersa, Davlat Madhiyasi unga Vatanga muhabbat, ma'suliyat va iftixor tuyg'usini singdiradi. Ularning uyg'un ta'siri o'smirning butun shaxsiy rivojiga samarali ta'sir ko'rsatadi.

O'smirlik 10-11 yoshlarni 14-15 oshlarga bo'lgan davrni tashkil etadi. Hozirgi o'smirlar o'tmishdoshlariga nisbatan jismoniy aqliy va siyosiy jihatdan birmuncha ustunlikka ega. Ularda jinsiy yetilish, ijtimoiylashuv jarayoni, psixik o'sish oldinroq namoyon bo'lmoqda. Aksariyat o'quvchilarda o'smirlik yoshiga o'tish, asosan, 5-sinflardan boshlanadi. O'smirlarning intellektual rivojlanishi bu davrda o'yin hamda damga kamroq vaqtlarini ajratgan holda ko'proq jiddiy ishlar bilan shug'ullana boshlaydilar va ularda bilish jarayonlari jadal rivojlana boshlaydi. O'qish o'smirlar hayotida katta o'rinni egallaydi. Ular uchun mashg'ulotlarning mustaqil shakllari yoqadi. Bu davrda o'qishning yangi motivlari yuzaga keladi. Bu motivlar o'smirning, hayotiy rejalari, kelajak xarakteriga o'z ta'sirini ko'rsatadi.

Aynan o'smirlik davridan boshlab, bolalar hayotiy, ilmiy, badiiy bilimlarini kengaytirishga alohida ehtiyoj sezadilar va bunga harakat qiladilar.

Bilish jarayonlarining rivojlanishida nutq og'zaki va yozma mavjud bo'lishi bilan kuchli vosita hisoblanadi. Maktabdagi o'quv jarayonlarining to'g'ri tashkil etilishi va amalga oshirilishi bilan o'smir nutqining to'g'ri rivojlanishiga qulay sharoit yaratiladi. Nutqni o'zlashtirishga harakat bu o'smirning muomala, bilish va ijodiy faoliyatga kirishishga ehtiyoj va intilish hisoblanadi. O'smirlik davrida o'qish malakalari, yozma va monologik nutq jadal rivojlanadi. O'quvchilar adabiyot darslarida to'g'ri tuzilgan nutqning eng yaxshi namunalari bilan tanishadilar.

Serquyosh hur o'lkam ,elga baxt najot ,
Sen o'zing do'stlarga yo'ldosh ,mehribon!
Yashnagay to abad ilmu fan,ijod,
Shuxrating porlasin toki bor jahon!

Ushbu misralar barchamizga yaxshi tanish va qadrdon. 1992 yil 10 dekabrda buyon madhiyamiz jaranglaganda hammamiz uni tik turib eshitamiz ,jo'r bo'lib kuylaymiz. Madhiyamiz turli munosabatlar bilan chet ellarda yangraganda biz uni boshqa davlatlar madhiyalari bilan qiyoslash imkoniga ega bo'lamiz. Betakror madhiyamiz har bir o'smirning ruhini ko'tarib ,qalbida fahr tuyg'usini jo'sh urdiradi. Musiqa muallifi Mutavakkil Burhoniv madhiya janrining dunyodagi eng go'zal namunalaridan birini yaratgan, desak, xato bo'lmas.

Madhiya matnini esa O'zbekiston xalq shoiri Abdulla Oripov yozgan.

Xo'sh, DAVLAT MADHIYASI NIMA O'ZI?

Davlat madhiyasi (yunoncha "hymnos" – maqto'v ashulasi) – tantanali kuy va ashula, mamlakat yakdilligining timsollaridan biri, dasturiy xarakterdagi tantanali qo'shiq, davlatning rasmiy atributlari silsilasida muhim jihat sanaladi. O'z mazmunida va shaklida ushbu davlatdagi barcha millatlar va milliy guruhlar, ijtimoiy tabaqalar maqsadlari va qarashlarini aks ettiradi.

Davlat gimnlari turli shakllarda va mazmunda uzoq zamonlardan beri u yoki bu tarzda ma'lum. Asrlar davomida davlat gimniga ba'zi davlatlarda jiddiy e'tibor berganlar va ijro etilishi shart, deb bilganlar, ba'zilar esa bu masalani vaziyatga qarab hal etganlar.

Ya'ni ,ayrim aziz va mo'tabar mehmonlarni musiqa sadolari bilan kutib olganlar.Davlat gimnining rasmiy tus olib,asta-sekin xalqaro aloqalarning tarkibiy qismi ,davlat va xalq mustaqilligining ramziga aylanishi ulug' fransuz inqilobi

(1789- 1793) ning tantanasi bilan bog'liq.Marseldan Parij tomon yo'lga chiqqan inqilobchilar yo'l-yo'lakay o'z ruhlarini ko'taradigan ashula aytganlar.Bu ashula keyinchalik butun dunyo bo'ylab "Marsel'eza " (Marsel ashulasi) nomi bilan mashhur bo'ldi.Bu ashula fransuz xalqining o'ziga bo'lgan ishonchini,o'z tarixidagi mag'rurligini,kelajakka yorug' umid bilan qarashini ifoda etadi.

Aslida dunyoda qo'shiq aytmaydigan ,qo'shiqdan zavqlanmaydigan,raqs va laparlarni,yoqimli kuylarni sevib tinglamaydigan birorta ham millat ,elat bo'lmasa kerak.Jumladan ,o'zbek xalqi azaldan yuksak ma'nviy qadriyatlar ,shuningdek ,boy musiqiy meros sohibi hisoblanadi.Ana shu ma'naviy meros istiqbolimizning mustahkam poydevori sanaladi.

Tarixdan ma'lumki ,buyuk alloma Abu Nasr Forobiy musiqa ilmida ham tengiz bo'lgan.U o'zining "Katta musiqa" kitobida musiqa nazariyasi,ohanglarni turlari,ularning kelib chiqish sabablari,musiqa inson ruhiyatiga ijobiy ta'siri haqida qimmatli fikrlarni aytgan.Allomaning fikrlariga qo'shilishimiz tabiiy,chunki xalqimizning " Shashmaqom",Xorazm "Suvora ", "Lazgi ", "Xalpachilik" va boshqa shu kabi o'lmas taronalarni jon qulog'I bilan tinglab,ulardan rohatlanmaydigan insonni toppish mushkul.Hatto ,uncha -munchaga hayratlanmaydigan faranglar ham o'zbek mumtoz taronalari og'ushida "shamdek erib" ketganliklari bor gap.

Gimnlar o'zining fikriy yo'nalishi va aks ettirish vositalari bilan boshqa musiqiy asarlardan ajralib turadi.Gimn davlatning umumiy -siyosiy hayotida alohida ahamiyatga ega va u siyosiy tashviqotning muhim vositasi hisoblanadi.Albatta,har bir odamning o'z sevgan musiqasi,qo'shig'i bo'lishi tabiiy.Ammo davlat madhiyasi - mamlakatdagi barcah fuqarolarning vatanparvarlik,o'z tarixi,madaniyati ,yurt qudrati va boyligi bilan fahrlanish ,g'ururlanish tuyg'ularinig eng oliy ko'rinishini aks ettirish lozim.Shu jihatdan olib qaraganda,davlat madhiyasini yaratuvchi shoir.ijodkor zimmasiga juda ulkan ma'suliyat qo'yiladi.Yuqorida aytilgan oliy tuyg'ular qisqa,sodda va jarangdor tarzda aks ettirishi lozim.

Endi yana buyuk Forobiy fikrlariga qaytsak. Musiqaning ajoyib sehrli kuchi, mo'jizakor ta'siri, inson ma'naviy kamolotidagi ahamiyati haqida fikr yuritib, Forobiy " Ilmlarning kelib chiqishi to'g'risida " degan mashhur asarida shunday deydi. "Musika fani shu ma'noda foydaliki, u o'z muvozanatini yo'qotgan xulqni tartibga keltiradi, kamol topmagan ruhni mukammal qiladi va muvozanatda bo'lgan (odamlar) xulqining muvozanatini saqlab turadi. Bu ilm tanning salomatlig'i uchun uchun ham foydalidir, chunki tana kasalga uchrasa ruh ham so'ladi, tan qiyinchilikka uchrasa ,ruh azoblanadi. Shuning uchun ovozlarning ta'siri bilan ruhni sog'aytirish yordamida tana sog'aytiriladi. Odamlar ruhiyatini ma'naviy jihatdan boy, sof va barkamol qiladi. Musika tufayli inson o'zida yangi, ilgari sezilmagan kuchlarni topadi, hayotda o'zgacha ma'no ko'radi, uning yangi jilvalarini ilg'aydi. Musika hayotni sevishga da'vat etadi, mustaqil O'zbekistonning buyuk kelajagi uchun kurashishga undaydi.

Adabiyotlar tahlili:

Folklor -shaxsni tarbiyalovchi kuchli vosita sifatida ko'plab tadqiqotchilar tomonidan o'rganilgan.

M. Afzalov, T. Alimardonova, H. Homidiylarning ishlari folklorning ma'naviy-insoniy fazilatlarini shakllantirishdagi ahamiyatini ta'kidlaydi. Ertak va dostonlarda o'smirdagi emotsional sezgirlik, tasavvur , qahramonalarga identifikatsiya jarayonlari orqali sifatlar mustahkamlanadi.

Psixologlar (Vygotskiy , Erikson , D. Elkonin) o'smirlikni identitet shakllanishi davri sifatida ko'rastirib, bu bosqichda obrazlar , ramzlar va ma'naviy timsollarning ta'siri kuchli bo'lishini ta'kidlaydilar. Bu nuqtada Davlat Madhiyasi ham ramziy tarbiy vositasi sifatida o'smirning psixologik tuzilmasiga ta'sir ko'rsatadi. Madhiyadagi sh'ei mazmun, ulug'vor musiqiy ritm va ramziy timsollar o'smiringa kuchli emotsional zarb beradi.

Zamonaviy tadqiqotlar milliy ramzlarning yoshlar psixologik barqarorligiga, fuqarolik ma'suliyatiga va vatanparvarlik tuyg'ulariga ijobiy ta'sirini isbotlamoqda. Folklor esa bu ramzlarning mazmunini boyitib , yosh avlod ongiga o'tmish va kelajak o'rtasidagi ma'naviy bog'liqlikni singdiradi.

Metodikalar sharhi

1.Folklor orqali psixologik ta'sir

Folklorning o'smir shaxsiga ta'siri quyidagi mexanizmlar orqali kechadi:

Identifikatsiya – o'smir ertak va doston qahramonlariga o'zini qiyoslab,ijbiy fazilatlarini shakllantiradi.

Axloqoy mushohada -maqol va matallar o'smirda mustaqil xulosa chiqarish,yaxshilik va yomonlikni farqlash imkonini beradi.

Emotsional rivojlanish -ertakdagi dramatic voqealar o'smirning hissiy olamine boyitadi,empatiyani kuchaytiradi.

Milliy identitet -folklor orqali o'smir o'z xalqining tarixi ,qadriyatlari va milliy ruhiyatini anglaydi.

Xulosa:

Folklor va Davlat Madhiyasi - o'smir shaxshining ma'naviy -psixologik shakllanishida eng kuchli tarbiyaviy vositalardan hisoblanadi.Folklor o'smirda xalqning ko'p asrlik donishmandligini ,ma'naviy qadriyatlarini yetkazsa ,Madhiya unga Vatan oldidagi burch va ma'suliyatni teran his qilishga yordam beradi.Ularning uyg'un ta'siri o'smirda : mustahkam milli ruh,vatanparvarlik,axloqiy yetuklik,ruhiy barqarorlik,sog'lom identitet shakllanishiga xizmat qiladi.

Shu sababdan ta'lim -tarbiya jarayonida folklore namunalaridan samarali foydalanish va Madhiyaning ma'naviy kuchini yoshlar ongiga singdirish jamiyat taraqqiyotining muhim omillaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Abu Nasr Forobiy “ Katta musiqa ” kitobi
2. Afzalov M. *O'zbek xalq og'zaki ijodi.*
3. SH.A.Do'stmuhamedova,Z.T.Nishanova,S.X.Jalilova,SH.T.Karomova,Sh.T. Alimbayeva
4. O'zbekiston Respublikasi Madaniya vazirligi “ Guliston ” va “ Teatr ”
jurnallari .2020 yil
5. Alimardonova T. *Folklor va tarbiya masalalari.*
6. O'zbekiston Respublikasi “Davlat Madhiyasi to'g'risida”gi Qonun, 1992-y.

ЦЕННОСТНО-МОТИВАЦИОННОЕ ОТНОШЕНИЕ К РЕБЁНКУ КАК КОМПОНЕНТ КОПИНГ-РЕСУРСОВ И ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ РОДИТЕЛЕЙ

*Убайдуллаева Камолахон Нумановна-
Магистрант 2 курса, кафедра психологии Кокандский Государственный,
Гродненский Государственный Университет имени Янки Купалы (Беларусь),
(совместная образовательная программа)*

Аннотация. В статье анализируется ценностно-мотивационное отношение родителей к ребёнку как интегральный компонент их копинг-ресурсов и жизнестойкости. На основе обзора отечественных и зарубежных исследований рассматриваются ключевые определения, взаимосвязи между родительскими установками, стратегиями совладания со стрессом и общей устойчивостью к жизненным вызовам. Показывается, что позитивные ценностно-мотивационные ориентации способствуют адаптивным копинг-стратегиям, повышают жизнестойкость и улучшают психологическое благополучие как родителей, так и детей. Приводятся эмпирические данные, подтверждающие роль вовлечённости, контроля и принятия риска в преодолении стрессов родительства, включая пандемийные и социальные кризисы. Особое внимание уделяется семьям с детьми с особыми нуждами. Обсуждаются практические рекомендации по развитию этих ресурсов. Ключевые слова: ценностно-мотивационное отношение, копинг-ресурсы, жизнестойкость, родительство, психологическое благополучие, эмоциональная регуляция.

Введение

Родительство в современном мире сопряжено с множеством стрессоров: экономическая нестабильность, пандемии, социальные изменения и особенности развития детей, включая нарушения здоровья. Ценностно-мотивационное отношение к ребёнку представляет собой систему ценностей (семья, любовь, здоровье, развитие) и мотивов (альтруизм, самореализация), определяющих

поведение родителей. Это отношение выступает ключевым компонентом копинг-ресурсов — стратегий совладания со стрессом — и жизнестойкости, понимаемой как способность адаптироваться к трудностям, сохраняя активность и внутренний баланс.

Жизнестойкость (hardiness) включает три компонента: вовлечённость (commitment), контроль (control) и принятие риска (challenge), помогая превращать стрессоры в возможности роста.

Исследования демонстрируют, что позитивное отношение к ребёнку усиливает резилиентность родителей, снижая риск выгорания и улучшая семейные отношения. В контексте пандемии COVID-19 родители с высокой жизнестойкостью лучше адаптировались к дистанционному обучению, используя конструктивные копинг-стратегии. "Жизнестойкость — это интегративное свойство личности, позволяющее преодолевать трудности и препятствия при достижении цели, в трудных жизненных ситуациях, характеризующееся высокой степенью рефлексии, саморегуляции и готовностью к самоопределению" (G. V. Vanakova).

Цель статьи — проанализировать роль этого отношения как ресурса для копинга и жизнестойкости, опираясь на расширенный обзор литературы, включая прямые цитаты из ключевых работ.

Теоретический обзор

Определения ключевых понятий

Ценностно-мотивационное отношение к ребёнку — это совокупность ценностей и мотивов, направленных на взаимодействие с ребёнком, включая эмоциональную привязанность и приоритет семьи.

В замещающих семьях мотивы часто включают альтруизм (68%), заполнение "пустого гнезда" (14%) и преодоление бесплодия (7%), с акцентом на терминальные ценности вроде счастливой семейной жизни. Копинг-ресурсы — стратегии совладания: проблемно-ориентированные (решение задач), эмоционально-ориентированные (управление эмоциями) и избегания (отстранение).

Жизнестойкость — система убеждений о себе и мире, позволяющая преодолевать стрессы, с компонентами вовлечённости, контроля и принятия риска.

Взаимосвязи между компонентами.

Ценностно-мотивационное отношение усиливает копинг-ресурсы, способствуя выбору адаптивных стратегий. Родители с позитивными установками чаще используют переосмысление стрессов, социальную поддержку и позитивное восприятие. Это повышает жизнестойкость, смягчая стигму у детей с нарушениями (СДВГ, эпилепсия).

"Жизнестойкость родителей смягчала последствия стигматизации при низких показателях социализации ребенка с нарушениями развития... позволяла родителям быть более терпимыми в отношении своего ребенка и семьи."

В пандемию родители с высокой жизнестойкостью (медиана 95.5) предпочитали проблемно-ориентированный копинг (медиана 59), снижая эмоционально-ориентированный (33) и избегание (43).

Низкая жизнестойкость коррелирует с пассивностью и беспомощностью. У подростков враждебное восприятие родительских установок снижает жизнестойкость, особенно у мальчиков, где материнская автономия её повышает, а у девочек — директивность отца стабилизирует.

"Материнский дистресс и симптомы депрессии оказывают более негативное влияние на состояние ребенка, чем отцовский дистресс и депрессия."

Обзор зарубежных исследований

Зарубежные работы подчёркивают роль родительской резилиентности в благополучии детей. Шкала COPEWithME измеряет способность родителей продвигать резилиентные поведения у детей 6-11 лет, коррелируя с собственной резилиентностью и снижением стресса во время COVID-19.

Родительская поддержка опосредует влияние на детские исходы через надежду и активный копинг.

Руководство АРА предлагает стратегии: формирование связей, помощь другим, рутина, позитивный взгляд на себя и изменения. Стили воспитания

вливают на резилиентность через мониторинг ошибок: чрезмерная защита усиливает негативность, автономия — уменьшает.

Обзор отечественных исследований

В Узбекистане жизнестойкость родителей коррелирует с саморегуляцией и самоактуализацией, особенно в семьях с детьми с нарушениями. Она защищает от выгорания, с пиками в раннем детстве и подростковом возрасте.

У приёмных родителей снижается гибкость саморегуляции с опытом.

"Высокий уровень жизнестойкости способствует успешной адаптации, препятствует повышению тревожности, использованию неадаптивных копинг-стратегий."

Ресурсы благополучия включают жизнестойкость и копинг для преодоления эмоциональных проблем.

Программы формирования жизнестойкости у подростков акцентируют мотивацию и копинг-профилактику. Стили воспитания связаны с копинг-стратегиями подростков. "Проактивный человек осознает свои глубинные ценности и цели, действует в соответствии со своими жизненными принципами, независимо от внешних условий."

Обсуждение

Ценностно-мотивационное отношение интегрирует копинг и жизнестойкость, способствуя адаптации семей. В семьях с особыми детьми оно проявляется в альтруизме и компенсации, повышая резилиентность.

Однако враждебные установки снижают её, особенно у подростков.

"Дети родителей, находящихся в ситуации стресса или эмоционального напряжения, подвержены повышенному риску дезадаптации из-за суровых стилей воспитания, эмоциональной нечувствительности."

Это создаёт замкнутый круг: родительский стресс усиливает проблемы поведения ребёнка, что повышает стресс родителей.

Расширение анализа показывает, что в кризисах (пандемия, войны) жизнестойкость смягчает влияние, улучшая эмоциональную регуляцию и социальные навыки детей. Низкая жизнестойкость коррелирует с эмоционально-

ориентированным копингом, приводящим к тревоге и ригидности. Практические рекомендации включают программы эмоционального коучинга (Super Skills for Life), развитие самооффективности и позитивных стратегий.

Ограничения исследований: многие опираются на самоотчёты, что может исказить данные; нужны лонгитюдные исследования для причинно-следственных связей.

Будущие направления: изучение культурных различий (например, вера в судьбу в индонезийских семьях) и интеграция цифровых интервенций для поддержки родителей.

В контексте цифровизации ценностные ориентации помогают противостоять изоляции и кибербуллингу, усиливая семейную сплочённость.

Таким образом, развитие ценностно-мотивационного отношения требует междисциплинарного подхода, включая психологическую поддержку и образование.

Заключение

Ценностно-мотивационное отношение к ребёнку является фундаментальным компонентом родительских ресурсов, усиливающим копинг и жизнестойкость. Оно способствует гармоничному развитию семьи, особенно в стрессовых условиях, снижая риски дезадаптации и повышая эмоциональное благополучие.

Расширение понимания этих связей подчёркивает необходимость профилактических программ, фокусирующихся на эмоциональном коучинге, социальной поддержке и развитии проактивности.

В долгосрочной перспективе инвестиции в родительскую жизнестойкость приведут к устойчивым обществам, где дети развивают навыки адаптации с раннего возраста. Это требует интеграции психологической помощи в образовательные и медицинские системы, особенно для уязвимых групп.

В итоге, ценностно-мотивационное отношение не только ресурс для родителей, но и основа для трансгенерационной резилиентности, способствующей общему благополучию.

Список литературы

1. Иванова Е.В., Шаповаленко И.В. Проблема психологического и эмоционального благополучия детей и жизнестойкости их родителей в современных зарубежных исследованиях. Современная зарубежная психология. 2023.Т.12.№3.https://psyjournals.ru/journals/jmfp/archive/2023_n3/Ivanova_Shapovalenko
2. Ванакова Г.В. Жизнестойкость личности как социальный феномен (опыт философского и психолого-педагогического анализа). CyberLeninka. <https://cyberleninka.ru/article/n/zhiznestoykost-lichnosti-kak-sotsialnyy-fenomen-opyt-filosofskogo-i-psihologo-pedagogicheskogo-analiza>
3. Леонова И.Е. Исследование личностных характеристик родителей с детьми в условиях дистанционного обучения (магистерская диссертация). УрФУ.2021.https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/100830/1/m_thi.e.leonova_2021.pdf
4. Resilience guide for parents and teachers. American Psychological Association. 2012. <https://www.apa.org/topics/resilience/guide-parents-teachers>
5. Hassanzadeh, A. et al. Structural model of resilience based on parental support: the mediating role of hope and active coping. Frontiers in Psychology. 2023. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10111699/>
6. Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье. Институт психологии РАН. https://lib.ipran.ru/upload/papers/paper_27718359.pdf
7. Личностные особенности и адаптивные ресурсы родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья. Наука и образование. <https://science-education.ru/article/view?id=22744>
8. Копинг-стратегии матерей с детьми раннего возраста. Российский журнал педагогики. <https://rrpedagogy.ru/journal/article/3201/>
9. Смысловая саморегуляция как стратегия совладания подростков. Вестник СПбМВД. <https://vestnikspbmvд.ru/temp/2ba4d2ed9f4aef4ec6ff526bc85b4fdc.pdf>
10. Особенности совладающего поведения в семьях подростков. Институт психологии РАН. <http://www.ipras.ru/engine/documents/document13697.pdf>

**THE GRANDEUR OF PILGRIMAGE AND RESEARCH IN
MAWERAUNNAHR DURING THE 14TH–15TH CENTURIES**

Abduqodirov Jasurbek Jonyigit o'g'li
Lecturer, Department of Islamic History and Source Studies – IRCICA,
International Islamic Academy of Uzbekistan

In his work *Waqf in Central Asia: Four Hundred Years in the History of a Muslim Shrine, 1480–1889*, the historian R. D. McChesney, who defended his doctoral dissertation at Princeton University in 1973 and conducted extensive research on the history of Central Asia, argues that pilgrimage sites long popular among the local population—and the pilgrimage-related rituals performed by Muslims at these

locations—were effectively “revived” during the reign of Amir Temur and the Timurid period. He emphasizes that it was precisely in this era that attention to pilgrimage shrines became more firmly institutionalized and continued to develop further across Central Asia.²⁴

As a result of the research, it became clear that the elimination of certain innovative (*bidʿa*) practices associated with pilgrimage—issues that remain relevant even today—was also regarded as an important task by the scholars of that period. In other words, when discussing visits to pilgrimage sites, the proper organization and correct forms of performing pilgrimage rituals were considered a pressing concern.

Evidence of the efforts undertaken by scholars of the time to regulate pilgrimage practices can be found in numerous sources. For instance, many works provide detailed recommendations regarding the permissibility of visiting shrines and the appropriate conduct to be observed there. As an example, one may cite *Mehmonnomayi Bukhara*, written by the jurist Fazlullāh ibn Rūzbihān (1457–1521), a work that describes the history of Transoxiana in the second half of the fifteenth and the early sixteenth centuries. Fazlullāh ibn Rūzbihān engages in an extensive and detailed discussion of pilgrimage practices, affirming visits to graves for the purpose of pilgrimage as a Prophetic tradition, while at the same time emphasizing that many pilgrimage customs in Central Asia were replete with innovations (*bidʿa*) and prohibited practices²⁵. According to him, examples of such innovations include rubbing one’s body with the dust of the pilgrimage site, kissing graves, and circumambulating (performing *ṭawāf*) around graves or within the shrine precincts²⁶.

In the fifteenth and sixteenth centuries, women were also among the participants who visited pilgrimage sites—primarily tombs—in *Maveraunnahr* and *Khurasan*; however, the majority of scholars of that period did not view this practice favorably²⁷.

²⁴ Qarang: R.D. McChesney, *Waqf in Central Asia: Four Hundred years in the History of a Muslim Shrine, 1480-1889* (Princeton, N.J.: Princeton University Press, 1991).

²⁵ Salikuddin, Rubina Kauser. 2018. *Sufis, Saints, and Shrine: Piety in the Timurid Period, 1370-1507*. Doctoral dissertation, Harvard University, Graduate School of Arts & Sciences, 55.

²⁶ Fazl Allah ibn Ruzbihan Khunji-Isfahani, *Mihman'Namah-i Bukhara: Tarakh-i Pādishāhī-i Muḥammad Shaybānī*, ed. M. Sutūdah (Tehran: Bungāh-i Tajumah va Nashr-i Kitāb, 1976), 333-4.

²⁷ Salikuddin, Rubina Kauser. 2018. *Sufis, Saints, and Shrine: Piety in the Timurid Period, 1370-1507*. Doctoral dissertation, Harvard University, Graduate School of Arts & Sciences, 59.

However, women in the Timurid period were, in general, more socially visible and active than in many other Muslim societies; that is, they could be observed participating in literary gatherings and ceremonial events²⁸.

In many works devoted to pilgrimage sites, it is frequently emphasized that pilgrimage serves as an opportunity to reflect on death and, above all, to perform rituals intended to alleviate the suffering of the deceased—male or female—in the grave and the Hereafter. However, pilgrimage practice in the Timurid period can scarcely be characterized as a process of this kind. For example, pilgrims often displayed an elevated and cheerful demeanor, engaged in strolling within shrine complexes, and experienced an overall sense of ease and relief. In particular, food was distributed daily to the poor and needy at the shrine (tomb), the site was constantly filled with people reciting the Qur'an, and it was always imbued with a sense of light, illumination, and prosperity.²⁹ In Hafiz Tanish Bukhari's work *Abdullanama*, the following account is given:

“The Fortunate Sovereign (Amir Temur) dispatched all the victorious sultans in haste in pursuit of the distressed Sultan of Baba. He himself raised the banner—shining like the sun—and set out toward Turkistan in order to visit the luminous tomb of Khoja Ahmad Yasawi, may God have mercy upon him. When the air of that land became invigorating and auspicious, fragrant and musky from the dust of the blessed retinue, His Majesty hastened toward the radiant grave of the Pir of Turkestan and paid his visit, offering abundant alms and votive gifts at that paradise-like threshold. Among the notable innovations of the great Amir Temur Guragan was the filling of the cauldron at the tomb with three hundred sheep, placing it upon the table of devotion, and thereby feeding the hungry.”

Examples of pilgrimage traditions from that period may also be found in Mu'in al-Fuqarā's *Tārīkh-i Mullāzāda*, regarded as one of the earliest pilgrimage guidebooks (*ziyārat-nāma*) in the history of Central Asia. The author provides another sequence of

²⁸ Pricilla Soucek, “Interpreting the Ghazals of Hafiz,” *RES: Anthropology and Aesthetics* 43 (Spring, 2003): 130-131.

²⁹ Ahmad ibn Husayn ibn Ali Kātib, *Tārīkh-i Jadīd-i Yazd*, ed. I. Afshār (Tehran: Intisharāt-i Ibn Sīnā, 1345/1966), 158.

ritual practices intended for pilgrims visiting the shrines of Bukhara, placing particular emphasis on the act of giving alms during pilgrimage. When a person intending to undertake a pilgrimage departs from his home, he is instructed to recite the following supplication:

“I bear witness that there is no deity but God alone; He has no partner. Sovereignty belongs to Him, and all praise is due to Him. He gives life and causes death, yet He Himself is Living and does not die. All goodness lies in His hand, and He is Powerful over all things. He is the First and the Last, the Manifest and the Hidden, and He is Knowing of all things.

On the way to a pilgrimage site or cemetery, the pilgrim is expected to give charity to the best of their ability. Upon reaching the gravesite, the pilgrim should recite the following supplication:

“O Allah, I ask You to make my entry blessed and, in doing so, I seek refuge in Your name from all evil. O my Lord, admit me into the place I enter with faithfulness, allow me to leave it with faithfulness, and grant me strength from Your presence. In the name of Allah we enter, and upon Him we place our trust.”

After this, the pilgrim proceeds into the area where the mausoleum or grave is located. This sequence emphasizes charitable giving, yet it places less focus on the deceased and does not include any special salutations toward them. Instead, the primary attention is directed to the pilgrim and their supplication to God for guidance and support in performing the ritual.

In this experience, the shrine and its saint serve as factors that enhance the sacredness of the site. In the words of J. Z. Smith, the location is perceived as a place where the pilgrim feels closer to the Creator, so that their needs may be more fully heard and fulfilled³⁰.

All of these were common ritual practices for Muslims of that period and could also be encountered in other aspects of devotional life beyond pilgrimage. The accessibility and widespread nature of these rituals, combined with the abundance of pilgrimage sites within the natural landscape of Timurid cities, demonstrate the

³⁰ J.Z. Smith, To Take Place, 103-104.

prevalence of ziyārat in the lives of medieval Muslims in Khurasan and Maverannahr. These factors made the pilgrimage ritual a familiar and routine part of a devotee's day. Undertaking a ziyārat did not require extensive preparation, as pilgrims were already familiar with most of the prayers and practices necessary for its proper performance.³¹

**UMUMIY O'RTA TA'LIM MAKTABI PSIXOLOGLARI VA OTA
ONALAR TOMONIDAN MAKTAB O'QUVCHILARI O'RTASIDA
"TARBIYASI QIYIN BOLALAR BILAN ISHLASHDA
INDIVIDUALLASHTIRILGAN TARBIYA BERISH" USULLARI**

*Alibekova Shohidaxon Erkinjonovna
Andijon viloyati Andijon tumani 26-maktab amaliyotchi psixologi*

Bugungi kundagi murakkab ijtimoiy sharoitda maktabning vazifasi har bir bolaga to'g'ri yo'lni tanlashga yordam berishdan iborat. Maktab oiladan keying eng muhim ijtimoiy muhit hisoblanadi. Bunda ijobiy ijtimoiy hulq qoidalarini o'quvchilar ongiga singdirishi, bolaning ijtimoiy va emotsional rivojlanishiga imkoniyat tug'dirilishi kerak.

Bugungi kun yoshlari g'ayrioddiy qarashlarga boy, xavotirga soluvchi, haqiqatdan ham o'sib kelayotgan yosh avlodning ertangi kunimiz, kelajagimizning davomchilariekanligini hisobga oladigan bo'lsak, bolalar va o'smirlar o'rtasidagi turli xil g'ayriqonuniy, shu jumladan jinoyatchilik hodisasining oldini olishga qaratilgan, proflaktik chora tadbirlarni ishlab chiqish har qachongidan ham dolzarb muammo sifatida nomoyon bo'ladi. Shu kunga qadar kuzatishlardan ma'lum bo'lishicha, voyaga yetmaganlar jinoyatchiligini oldini olishda, eng avvalo jinoyatchilik hulqining ijtimoiy-psixologik, sotsiologik, hududiy va kriminologik xususiyatlarni hisobga olish talab etiladi. Shuningdek voyaga yetmaganlar o'rtasida yuzaga kelayotgan

³¹ Salikuddin, Rubina Kauser. 2018. Sufis, Saints, and Shrine: Piety in the Timurid Period, 1370-1507. Doctoral dissertation, Harvard University, Graduate School of Arts & Sciences, 78.

qonunbuzarliklarning oldini olish ishlari umumiya va mahsus individual tarzda olib borishi bilan harakterlanadi.

O'smirlik davri yosh davrlari orasida eng ahamiyatli davrlardan biri hisoblanadi. Chunki bu davr shaxs shakllanishidagi asosiy davrdir. O'smirlik davri ayrim maxsus psixologik adabiyotlarda "O'tish davri", "og'ir davr", "inqroz davr" kabi nomlar bilan ataladi. O'smirlik davrining og'ir, murakkab davr ekanligi ko'plab psixologik, fiziologik, ijtimoiy omillar bilan bog'liq.

2023-yil 30-aprel kuni Respublikamizda o'tkazilgan Referendumdan so'ng yangi konsitutsiyamizga o'zgartirishlar kiritildi. Bu o'zgarishlarni ta'limga ham o'z ta'siri bo'ladi. Har bir ta'lim muassasada shu joyning muhitiga moslab maktab rahbarlari tomonidan maktab ichki tartib qoidalari ishlab chiqiladi va maktab o'quvchilarini shu qoidalar orqali boshqarib boriladi. Ushbu qoidalar bilan ota-onalar ham ogohlantiriladi. Maktab peshlavhalariga osib qo'yiladi.

MAKTAB O'QUVCHILARINING QOIDALARI

- 1. O'quvchilar maktabga kech kelmasliklari,**
- 2. Maktab hovlisida joylashgan daraxtlarga zarar yetkazmasliklari,**
- 3. Maktabga faqat maktab kiyimida kelishi,**
- 4. Maktabda hammada hushmuomila bo'lishi,**
- 5. Maktabda dars mahalida maktab tashqarisiga chiqmaslik,**
- 6. Besabab dars qoldirmaslik, qoldirilgan dars sababi ko'rsatilishi zarur,**
- 7. Maktab xodimlari va ustozlarni hurmat qilishi,**
- 8. O'quvchi o'zini hurmat qilishi va sinfdoshlarini va e'zozlashi zarur**
- 9. Psixolog qabuliga yozilish, hayotda to'g'ri yo'lni tanlash.**
- 10. Kelgusida to'g'ri kasbni tanlash, maslahatchi qabuliga yozilish.**

Mana shunday qoidalar maktab peshlavxasiga ilib qo'yiladi. Bir haftada bir marotaba o'quvchilarga bu qoidalar baland ovozda aytib eshittiladi. O'qib eshittirilishi maktab rahbariyati tomonidan amalga oshiriladi. Hafta davomida intizomi na'munali o'qishi a'lo, qoidalarga 100% amal qilgan o'quvchilar sinfi sovg'alar bilan taqdirlanadi. Bu tarbiyasi og'ir bolalar o'rtasida jamoaviy taqdirlanish bo'lsa, induviduai ish olib borish quyidagicha amalga oshiriladi.

O'quvchilarning sinf ijtimoiy pastporti orqali maktab psixologi tomonidan saralab tahlil qilingan bo'lib ushbu ma'lumotga ko'ra ish olib boradi.

-Ish olib borilishida maktab fan o'qituvchilariga maktabda shunday o'quvchilar borligi va ularni birgalikda korreksion ishlar olib borilishi aytib qo'yiladi.

-o'quvchilardagi individual sifatlardagi o'zgarishlarni monitoring qilish

-o'quvchilarga individual yondashuv har biriga aniq maxsus pedagogik ta'sir o'tkazish,

-tarbiyaviy ta'sirning bolani har tomonlama rivojlantirishga yo'naltirish,

-darsdan tashqari faoliyatlarda o'quvchilarni boshqa yo'nalishlarga bo'lgan qiziqishlarini aniqlash.

-Fanlar bo'yicha o'quvchilar qiziqqan to'garaklar yoki qisqa kurslar tashkil etish kabi o'quvchilarni nazorat qiluvchi va ta'lim sifatini oshiruvchi qoidalar bilan o'quvchilar tanishib borishadi.

O'quvchilarga ta'lim berish bilan birga tarbiya berib borish muhim psixologik hususiystga ega.

Qo'llanilgan adabiyotlar:

1. Maktab va hayot jurnali 2012-yil 6-7-soni.
2. O'zbekiston respublikasi "Konsitutsiyasi" qonunlar kitobi. (yangi nashri).

KIBERBULLING – JAMIYATDAGI DOLZARB MUAMMO

*Atamurodova Muxabbat Hamdamovna
Navoiy viloyati Qiziltepa tumani 36-maktab amaliyotchi psixologi*

Annotatsiya: Ushbu maqola kiberbullying tushunchasi, uning turlari, oqibatlar va unga qarshi kurashishning psixologik usullarini yoritishga bag'ishlangan. Maqolada maktab yoshidagi o'quvchilar, ularning ota-onalari va o'qituvchilar uchun mo'ljallangan aniq psixologik diagnostika vositalari, mashqlar, keyslar va treninglar to'plami keltirilgan. Asosiy maqsad — ta'lim ishtirokchilarida raqamli madaniyatni shakllantirish, internetdagi tazyiqqa nisbatan immunitetni oshirish va barqaror ruhiy muhitni ta'minlashga ko'maklashish. Maqola profilaktika va amaliy yordamni o'z

ichiga olgan bo'lib, ta'lim muassasalarida psixologik ishlarni samarali tashkil etish uchun metodik asos bo'lib xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: kiberbullying, psixologik yordam, raqamli xavfsizlik, profilaktika, o'quvchi, stress, trening, diagnostika.

Zamonaviy texnologiyalar hayotimizning ajralmas qismiga aylangani sayin, internetdan foydalanish imkoniyatlari kengaymoqda. Afsuski, bu imkoniyatlar bilan birga, turli xavf va salbiy oqibatlar ham ortib bormoqda. Ulardan biri – bu kiberbullingdir.

Kiberbulling — bu internet, ijtimoiy tarmoqlar, messenjerlar, o'yinlar yoki boshqa raqamli platformalar orqali odamni qasddan tahqirlash, masxara qilish, sharmanda qilish yoki qo'rqitishdir. U ko'rinmas bo'lishi mumkin, lekin uning ruhiy zarbasi ancha og'ir bo'ladi. O'smirlar orasida bu holat ayniqsa keng tarqalgan bo'lib, ko'plab yoshlar bu sababli ruhaniiy tushkunlik, jamiyatdan ajralish, va hattoki hayotga qasd qilish holatlarigacha yetib borishadi.

Qisqacha qilib aytganda, kiberbullying — bu onlayn muhitda sodir etiladigan zo'ravonlikning bir ko'rinishi.

Kiberbullingning asosiy ko'rinishlari

1. Haqorat qilish va kamsitish

- Foydalanuvchini ijtimoiy tarmoqlarda yoki xabarlar orqali **so'kish, masxara qilish, etnik yoki diniy kamsitish.**

2. Tahdid qilish

- Jabrlanuvchini qo'rqitish, unga zarar yetkazish bilan **tahdid qilish.**
- Oila a'zolari yoki yaqinlariga zarar yetkazish haqida yozish.

3. Shaxsiy ma'lumotlarni tarqatish (doxxing)

- Foydalanuvchining ruxsatisiz uning shaxsiy fotosuratlarini, manzili, telefon raqami yoki sirli ma'lumotlarini **ommaviy e'lon qilish.**

4. Soxta profillar ochish

- Jabrlanuvchi nomidan **soxta akkauntlar** ochib, yolg'on ma'lumotlar tarqatish.
- Uni obro'sizlantirish yoki kulgi qilish uchun yolg'on sahifalar yaratish.

5. Ijtimoiy chetlatish (ostrakizm)

- O'smirlar yoki guruh a'zolari tomonidan bir kishini **chatlardan, guruhlardan chiqarib yuborish**, e'tiborsiz qoldirish.

6. Trolling

- Ataylab odamni ranjitadigan, jahlini chiqaradigan yoki provokatsiyaga olib keladigan **kinoya, haqoratli izohlar** yozish.

• Jamoaviy hujumlar orqali obro'sizlantirish. kiberbullingning eng kuchli va zararli ko'rinishlaridan biridir. Bu holatda bir guruh odamlar birlashib, internetda yoki ijtimoiy tarmoqlarda ma'lum bir kishini maqsad qilib oladi va uni soxta ma'lumotlar, haqoratlar, tanqidlar yoki tuhmatlar orqali obro'sizlantirishga harakat qiladi. Bu jiddiy ruhiy bosim yaratadi va jabrlanuvchining ijtimoiy hayotiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

7. Kiberstalking (raqamli ta'qib)

- Biror kishining onlayn faoliyatini muntazam **kuzatish**, unga har doim xabar yozib **bezovta qilish**— bu kiberbullingning “kiberstalking” (raqamli ta'qib) deb ataladigan shaklidir. Bu holatda zo'ravon shaxs jabrlanuvchini doimiy ravishda onlayn kuzatadi, unga bezovta qiluvchi xabarlar, qo'rqituvchi yoki shantaj qiluvchi izohlar yuboradi. Bu holat jabrlanuvchining xavfsizligiga va ruhiy sog'lig'iga jiddiy tahdid soladi.

8. Fotosurat yoki videolar orqali shantaj

- Jabrlanuvchining maxfiy fotosurat yoki videolarini tarqatish bilan **shantaj qilish**. kiberbullingning “seksorsiya” deb ataladigan eng jiddiy va jinoyatga yaqin shaklidir. Zo'ravon shaxs jabrlanuvchining shaxsiy, maxfiy materiallarini qo'lga kiritar ekan, ularni tarqatmaslik evaziga pul yoki boshqa talablar qo'yadi. Bu holat jabrlanuvchining ruhiy holatiga katta zarar yetkazadi va qonun oldida javobgarlikni talab qiladi.

Kiberbullyingga qarshi kurashish strategiyalari

- O'quvchilarga:
 - Onlayn xavfsizlik qoidalarini o'rgatish.
 - Salbiy xabarlarini e'tiborsiz qoldirish va ularni huquqiy organlarga xabar qilish.
 - Onlayn faoliyatni kuzatish va xavfsiz platformalardan foydalanish.

- Ota-onalarga:

- Bolalar bilan ochiq muloqot o'rnatish va ularning onlayn faoliyatini muhokama qilish.

- Onlayn xavfsizlik bo'yicha ta'lim berish va xavfli vaziyatlarda qanday harakat qilishni o'rgatish.

Kiberbullying holatlarida ishtirok etuvchi ikki asosiy shaxs mavjud — jabrlanuvchi (qurbon) va zo'ravon (bully). Har ikkala tomonning psixologik portreti ularning ruhiy holati, xatti-harakatlari va ijtimoiy muhitga bo'lgan munosabatlari orqali shakllanadi.

- Tashvishli, xavotirli, doimiy qo'rqinch hissida yuradi
- Darslarda yoki jamoada faol emas, sokin, yolg'izlikni afzal ko'radi
- Uyquasi va ishtahasi buzilgan, uyqudan oldin telefonni uzoq vaqt kuzatadi
- Darsga borishni xohlamasligi, telefon/kompyuterdan qochishi
- O'ziga ishonchsizlik, o'zini aybdor his qilish
- Tushkunlik, bezovtalik, yig'loqilik
- O'zini yakkalangan va hech kimga kerakmasdek his qilish
- O'z joniga qasd qilish fikrlarigacha boradigan holatlar
- Ota-onalar bilan sovuq munosabat
- Tengdoshlar orasida obro'siz, ko'pincha masxara ob'ekti
- Ko'proq virtual do'stlar bilan suhbatlashadi, real muloqotdan chetlashadi

Muhim eslatma:

Zo'ravon ham, jabrlanuvchi ham psixologik yordamga muhtoj bo'lishi mumkin. Jabrlanuvchilarga esa tezda emotsional yordam ko'rsatish, ularni himoya qilish va yolg'iz emasligini tushuntirish zarur.

Kiberbullying — nafaqat ijtimoiy, balki psixologik salomatlik uchun ham xavfli hodisa bo'lib, o'quvchilarning ruhiy barqarorligiga jiddiy putur yetkazadi. Bu holat ko'pincha sezilmaydi, ammo oqibatlarini og'ir bo'lishi mumkin.

Ayniqsa o'smirlar davrida emotsional noturg'unlik kuchli bo'lganligi sababli, kiberbullying suitsid xavfini keskin oshiradi.

Psixologik salomatlikni himoya qilish uchun:

- ☒ Bolaga quloq tutish, uni ayblamaslik, tushunishga harakat qilish kerak.
- ☒ Kiberbullying alomatlarini (xatti-harakatdagi o'zgarishlar, bezovtalik, izolyatsiya) vaqtida aniqlash lozim.
- ☒ O'z vaqtida psixologik yordam ko'rsatish (individual suhbat, maslahat, stressni kamaytiruvchi texnikalar) zarur.
- ☒ Maktabda xavfsiz va qo'llab-quvvatlovchi muhitni shakllantirish — asosiy profilaktika chorasi hisoblanadi.

“Kiberbullinga uchramaslik uchun 5 muhim qoidamiz”

Shaxsiy ma'lumotlarni begonalarga bermayman

Noaniq xabarlar va linklarga kirmayman

Kimdir bezovta qilsa, darhol kattaga aytaman

Yomon fikrlarga javob bermayman

Ijtimoiy tarmoqlarda odobli va hurmatli bo'laman

Kiberbullinga uchramaslik uchun eng avvalo:

Shaxsiy axborotlaringizni himoya qilishni o'rganish,

Begona va shubhali akkauntlarga ishonmaslik,

O'zingiz yoki boshqalar kiberzo'ravonlikka uchrasa — jim qolmaslik,

O'zaro hurmat va odob qoidalariga amal qilish zarur.

Internetda qanday muomala qilsak, real hayotda ham shunday bo'lishi kerak. Har birimiz raqamli makonda mas'uliyatli fuqarolik namunasini ko'rsatmog'imiz lozim.

Kiberbulling faqat shaxsiy muammo emas — bu ijtimoiy muammo. Uni hal etishda nafaqat o'quvchilar, balki ota-onalar, o'qituvchilar va butun jamiyat vakillari birgalikda harakat qilishi lozim.

Tojiboyeva Gulhayo Abdug'oni qizi
Osiyo Xalqaro universiteti Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
(boshlang'ich ta'lim) yo'nalishi I-kurs magistri

Mazkur tezisdagi boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarini tayyorlash jarayonida WEB platformalardan foydalanishning pedagogik samaradorligi yoritiladi. Ta'lim jarayonida raqamli texnologiyalar, xususan, WEB platformalar o'quvchilarning kasbiy kompetentligini rivojlantirish, mustaqil ta'lim olish ko'nikmalarini shakllantirish hamda ta'lim sifati va samaradorligini oshirishda muhim omil sifatida tahlil qilinadi. Shuningdek, WEB platformalardan foydalanishning didaktik imkoniyatlari va ularning bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilari kasbiy tayyorgarligiga ta'siri ochib beriladi.

Kalit so'zlar: boshlang'ich ta'lim, bo'lajak o'qituvchi, WEB platformalar, raqamli ta'lim, kasbiy kompetentlik, ta'lim samaradorligi

В данной тезисе рассматривается эффективность использования WEB-платформ в процессе подготовки учителей начального образования. Анализируется роль цифровых технологий и WEB-платформ в развитии профессиональной компетентности будущих педагогов, формировании навыков самостоятельного обучения и повышении качества образовательного процесса. Раскрываются дидактические возможности WEB-платформ и их влияние на профессиональную подготовку будущих учителей начальных классов.

Ключевые слова: начальное образование, будущий учитель, WEB-платформы, цифровое образование, профессиональная компетентность, эффективность обучения

This thesis examines the effectiveness of using WEB platforms in the process of training primary school teachers. The study analyzes the role of digital technologies and WEB platforms in developing the professional competence of future teachers, fostering independent learning skills, and improving the quality and effectiveness of the educational process. In addition, the didactic potential of WEB platforms and their impact on the professional training of future primary school teachers are highlighted.

Keywords: primary education, future teacher, WEB platforms, digital education, professional competence, learning effectiveness

Boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarini tayyorlash jarayonida WEB platformalardan foydalanish zamonaviy ta'limning muhim talablaridan biri sifatida shakllanmoqda. So'nggi yillarda pedagogik ta'lim tizimida raqamli texnologiyalarning joriy etilishi natijasida o'qituvchilarni tayyorlash jarayoni yanada moslashuvchan, ochiq va samarali tus oldi. WEB platformalar orqali o'quv materiallari elektron shaklda taqdim etilishi, ularni istalgan vaqtda qayta ko'rib chiqish imkoniyati bo'lajak o'qituvchilarning bilimni mustahkamlash darajasini oshirmoqda. Ilmiy tadqiqotlarda qayd etilishicha, raqamli muhitda tashkil etilgan mashg'ulotlar an'anaviy darslarga nisbatan axborotni qabul qilish va eslab qolish samaradorligini oshiradi, chunki multimediya elementlari orqali bilim vizual va amaliy shaklda o'zlashtiriladi.

WEB platformalar pedagogik ta'lim jarayonida mustaqil o'rganish ko'nikmalarining shakllanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilari platformalar orqali topshiriqlarni mustaqil bajarish, o'z bilim darajasini baholash va xatolar ustida ishlash imkoniga ega bo'ladi. Bu jarayon kasbiy kompetentlikning muhim tarkibiy qismi bo'lgan reflektiv fikrlash va o'z-o'zini rivojlantirish ko'nikmalarini rivojlantiradi. Ta'lim amaliyotida olib borilgan kuzatuvlar shuni ko'rsatadiki, WEB platformalardan muntazam foydalanilgan guruhlarda talabalarning darsga bo'lgan qiziqishi va faolligi sezilarli darajada ortadi.

Boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarini tayyorlashda WEB platformalar metodik tayyorgarlikni kuchaytiruvchi vosita sifatida ham namoyon bo'ladi. Platformalarda joylashtirilgan dars ishlanmalari, interaktiv mashqlar va metodik tavsiyalar bo'lajak o'qituvchilarga nazariy bilimlarni amaliyot bilan bog'lash imkonini beradi. Natijada ular kelgusida boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan ishlash jarayonida zamonaviy ta'lim texnologiyalarini qo'llashga tayyor bo'lib shakllanadi. Pedagogik tadqiqotlar shuni tasdiqlaydiki, raqamli muhitda ta'lim olgan bo'lajak o'qituvchilar darsni rejalashtirish va tashkil etishda innovatsion yondashuvlarga ko'proq moyil bo'ladi.

Shuningdek, WEB platformalar o'qituvchi va talaba o'rtasidagi muloqotni yangi bosqichga olib chiqadi. Masofaviy aloqa vositalari orqali fikr almashish, maslahat olish va muammolarni muhokama qilish imkoniyati ta'lim jarayonining uzluksizligini ta'minlaydi. Bu esa bo'lajak o'qituvchilarning kommunikativ kompetentligini

rivojlantirishga xizmat qiladi. Natijada WEB platformalardan foydalanish nafaqat bilim berish vositasi, balki bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kasbiy shakllanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatuvchi samarali pedagogik muhit sifatida namoyon bo'ladi.

Zamonaviy pedagogik ta'lim tizimida WEB platformalardan foydalanish bo'lajak boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarining kasbiy moslashuvchanligini oshirishga xizmat qilmoqda. Ta'lim jarayonida raqamli muhitdan foydalanish orqali talabalar turli pedagogik vaziyatlarni virtual muhitda tahlil qilish, dars jarayonini modellashtirish va metodik qarorlar qabul qilish imkoniga ega bo'ladi. Bu esa real maktab muhitiga kirib borishdan oldin bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy ishonchni shakllantiradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, raqamli platformalarda mashq qilgan talabalar pedagogik amaliyot davomida darsni tashkil etishda kamroq qiyinchiliklarga duch keladi va o'z faoliyatini tezroq moslashtira oladi.

WEB platformalar orqali ta'lim jarayonining monitoringi va baholash tizimi ham yanada takomillashadi. Elektron topshiriqlar, onlayn testlar va avtomatlashtirilgan baholash vositalari orqali talabalarning bilim darajasi muntazam va aniq nazorat qilinadi. Bu holat bo'lajak o'qituvchilarning o'z bilimlari va ko'nikmalariga nisbatan mas'uliyatini oshiradi, chunki natijalar shaffof va tezkor tarzda ko'rinadi. Natijada ta'lim jarayonida subyektiv baholash kamayadi va o'quv faoliyatining sifati yaxshilanadi.

Boshlang'ich sinf o'qituvchilarini tayyorlashda WEB platformalar ta'lim mazmunini yangilash imkonini ham yaratadi. An'anaviy darsliklar bilan cheklangan ta'limdan farqli ravishda, raqamli platformalar orqali zamonaviy pedagogik yondashuvlar, innovatsion metodlar va ilg'or xorijiy tajribalar bilan tanishish mumkin bo'ladi. Bu jarayon bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy dunyoqarashini kengaytiradi hamda ularni uzluksiz o'qib-o'rganishga undaydi. Amaliy kuzatuvlarga ko'ra, WEB platformalar asosida ta'lim olgan talabalar yangiliklarga ochiq, mustaqil qaror qabul qila oladigan va ijodiy fikrlashga moyil bo'ladi.

WEB platformalar ta'lim jarayonida vaqt va makon cheklovlarini bartaraf etadi. Bu holat ayniqsa pedagogik ta'limda muhim ahamiyat kasb etadi, chunki talabalar

o'qish bilan bir qatorda amaliyot, o'z ustida ishlash va malaka oshirish imkoniyatlariga ega bo'ladi. Masofaviy ta'lim elementlarining joriy etilishi bo'lajak o'qituvchilarning raqamli madaniyatini shakllantiradi va ularni kelajakdagi professional faoliyatga tayyorlaydi. Natijada WEB platformalardan foydalanish boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarini tayyorlash jarayonining samaradorligini oshiruvchi barqaror pedagogik omil sifatida namoyon bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Qo'chqorov B. Boshlang'ich sinfda ta'lim samaradorligini oshirishning pedagogik asoslari. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2017.
2. Azizxo'jayeva N.N. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2019.
3. Xodjayev B.X., Yo'ldoshev J.G'. Zamonaviy ta'lim texnologiyalari. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2020.
4. Muslimov N.A. Kasbiy kompetentlik va pedagogik mahorat asoslari. – Toshkent: O'qituvchi, 2018.

UMUMTA'LIM MAKTABLARI PEDAGOGLARI ORASIDA KASBIY STRESS

M.Sodiqova
Ijtimoiy psixologiya bo'limi metodisti

Annotatsiya. Ushbu maqolada umumta'lim maktablari pedagoglari orasida kuzatilayotgan kasbiy stressning kelib chiqish sabablari, uning psixologik va jismoniy oqibatlari hamda ta'lim jarayoniga ko'rsatadigan ta'siri yoritilgan. Pedagogik yuklamaning oshishi, o'quvchilar va ota-onalar bilan muloqotdagi qiyinchiliklar, ijtimoiy va moddiy rag'batning yetishmasligi hamda shaxsiy resurslarning pasayishi stressning asosiy omillari sifatida ko'rsatib o'tilgan. Shuningdek, kasbiy stressning oqibatlari — emotsional charchoq, motivatsiya pasayishi, depressiya, xavotir va kasbiy kuyish sindromi kabi holatlar batafsil tahlil qilingan. Maqolada stressni kamaytirish yo'llari, jumladan, pedagogik yuklamani adolatli taqsimlash, psixologik yordam

ko'rsatish xizmatlarini yo'lga qo'yish, sog'lom jamoaviy muhit yaratish va kasbiy treninglar tashkil etishning ahamiyati asoslab berilgan. Tadqiqot natijalari pedagoglarning ruhiy barqarorligini ta'minlash ta'lim sifati uchun muhim omil ekanligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: kasbiy stress, pedagog, umumta'lim maktabi, kasbiy kuyish sindromi, emotsional charchoq, motivatsiya, psixologik qo'llab-quvvatlash, pedagogik yuklama, stress boshqaruvi, ruhiy barqarorlik, ta'lim sifati.

Globallashuv shiddat bilan kechayotgan davrda umumta'lim maktablari pedagoglari zamonaviy ta'lim tizimining asosiy harakatlantiruvchi kuchlaridan biridir. Bugungi kunda ta'lim tizimi xalqaro standartlarga moslashishi, raqobatbardosh bo'lishi va o'quvchilarda global kompetensiyalarni shakllantirishi zarur. Bu esa pedagoglardan nafaqat an'anaviy bilim va ko'nikmalarni, balki zamonaviy pedagogik yondashuvlar, raqamli vositalarni qo'llash hamda xorijiy tajribalarni o'zlashtirish malakasini talab qiladi.

Jarayon bilan birga pedagoglar zimmasiga yangi majburiyatlar yuklanmoqda: o'quv dasturlarini yangilash, xalqaro baholash tizimlari talablariga javob berish, ota-onalar bilan samarali muloqot qilish va raqamli madaniyatga moslashish. Shu sababli oxirgi yillarda **kasbiy stress** darajasi ortmoqda. Buning asosiy omillari quyidagilar:

- ta'lim jarayonidagi yangiliklar va metodik o'zgarishlar;
- ortib borayotgan ish yuklamasi;
- xalqaro standartlar va baholash talablari
- ota-onalar bilan muloqotdagi murakkabliklar;
- jamoaviy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi;
- tezkor axborot oqimi va doimiy yangilanish talablariga moslashish.

Kasbiy stressning ortishi nafaqat pedagogning shaxsiy farovonligiga, balki ta'lim sifatiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bu sharoitda kuchli psixologik tayyorgarlikka ega bo'lmagan o'qituvchilar global kompetensiyalarni shakllantirishda qiyinchiliklarga duch keladi, bu esa ta'lim sifatini pasayishiga olib keladi. Shu bois pedagoglar duch kelayotgan stressni o'rganish, uning oqibatlarini tahlil qilish va kamaytirish bo'yicha amaliy choralar ishlab chiqish bugungi kunning dolzarb masalasidir.

Umumta'lim maktablari pedagoglari ta'lim tizimining asosiy harakatlantiruvchi kuchi bo'lib, ularning kasbiy faolligi, psixologik barqarorligi va motivatsiyasi o'quv jarayonining samaradorligini belgilaydi. So'nggi yillarda ta'lim jarayoniga qo'yilgan talablarning ortishi, o'quvchi va ota-onalarning kutishlari kengayishi, biroq pedagoglar uchun yaratiladigan sharoitlarning yetarli emasligi ularning psixologik holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Shunday omillar natijasida pedagoglar orasida kasbiy stress darajasi sezilarli oshib bormoqda. Kasbiy stress - bu pedagogning ish faoliyatida duch keladigan ruhiy bosim, emotsional zo'riqish va kuchlanish holatlari bo'lib, u vaqt o'tishi bilan surunkali charchoq, motivatsiya pasayishi, ruhiy tushkunlik yoki kasbiy kuyish (burnout) holatiga olib kelishi mumkin. Kasbiy stress sabab bo'luvchi omillar quyudagilardan iborat:

1. Pedagogik yuklamaning oshishi: Maktab o'qituvchilarining asosiy stress manbalaridan biri - ortiqcha ish hajmi. Bir nechta sinflarda dars berish, kundalik baholash, hisobotlar tayyorlash, metodik yig'ilishlarda qatnashish va boshqa tashkiliy ishlar pedagogning vaqtini va energiyasini anchagina sarflashga olib keladi.

2. O'quvchilar bilan bog'liq muammolar: Hozirgi kunda o'quvchilarning intizomi, motivatsiyasi va ta'limga bo'lgan munosabatidagi o'zgarishlar ham stressni kuchaytiradi. Pedagogdan nafaqat bilim berish, balki tarbiyaviy muammolarni hal etish, o'quvchilar orasidagi nizolarni boshqarish, individual yondashuv ko'rsatish ham talab etiladi.

3. Ota-onalarning bosimi: Aksariyat hollarda ota-onalar o'quvchining natijalari uchun to'liq javobgarlikni o'qituvchidan talab qiladilar. Muloqotdagi kelishmovchiliklar, yuqori talablar va e'tirozlar pedagogning psixologik bosimini keskin oshiradi.

4. Moddiy va ijtimoiy rag'batning yetarli emasligi: Ko'plab pedagoglar o'z ishlarining yuqori mas'uliyat talab qilishiga qaramay, moddiy rag'batning yetarli emasligidan shikoyat qiladilar. Mehnatning munosib qadrlanmasligi emotsional charchoq va kasbiy qoniqishning kamayishiga olib keladi.

5. Shaxsiy resurslarning tugashi: Uzoq davom etadigan emotsional mehnat, o'ziga talabchanlik, perfektsionizm, vaqt yetishmasligi va dam olishning to'g'ri tashkil

etilmasligi pedagogning ichki resurslarini pasaytiradi. Natijada stress boshqarilmaydigan holga keladi. Pedagoglar faoliyati yuqori mas'uliyat, kuchli emotsional zo'riqish va ko'p funksionallikni talab qilgani sababli, kasbiy stress ularning ishida tez-tez uchraydigan holatlardan biridir. Ushbu stressning eng keng tarqalgan oqibati - kasbiy kuyish (burnout) sindromidir. Burnout uzoq davom etadigan ruhiy va jismoniy zo'riqish natijasida yuzaga keladi hamda bir necha bosqichda namoyon bo'ladi. Avvalo, emotsional charchoq kuzatiladi. Bu bosqichda pedagog o'zini doimo charchagan, holsiz va energiya yetishmayotgandek his qiladi.

Dars jarayoniga tayyorgarlik ko'rish qiyinlashadi, ishlashga bo'lgan ishtiyoq pasayadi. Keyingi bosqich shaxsiy yutuqlarni past baholash, bunda o'qituvchi o'z faoliyatini yetarli baholay olmaydi, kichik muvaffaqiyatlarni ham ko'ra olmay qoladi. Uchinchi bosqichda esa o'quvchilarga va ish jarayoniga nisbatan befarqlik paydo bo'ladi. Bu holatda pedagogning o'quvchi bilan muloqoti sovuqlashadi, darsning mazmuni yoki sifati unga ahamiyatsizdek tuyuladi. Kasbiy stressning yana bir salbiy oqibati - jismoniy sog'liqning yomonlashuvi.

Uzoq davom etadigan ruhiy bosim inson organizmida o'z aksini ko'rsatadi. Pedagoglarda bosh og'rig'i, migren, uyqusizlik, qon bosimining ko'tarilishi, yurak urishidagi notekisliklar, immunitetning pasayishi kabi jismoniy alomatlar kuchayishi mumkin. Har kuni dars jarayonida kuchli psixologik zo'riqishga duch kelish tananing umumiy funksiyalarini susaytiradi va surunkali charchoq sindromiga olib keladi.

Kasbiy stressning yana bir muhim oqibati - ish samaradorligining pasayishidir. Stress ta'sirida o'qituvchining fikrlash, diqqatni jamlash, eslab qolish qobiliyatlari sustlashadi. Natijada darsga tayyorgarlik uchun ko'proq vaqt ketadi, dars jarayonida xatolar ko'payadi, o'quvchilarning ehtiyojiga mos usulda ishlash qiyinlashadi. Pedagog yangi pedagogik metodlarni o'rganishga qiziqmay qo'yadi, innovatsion yondashuvlardan voz kechadi, ijodkorlik pasayadi. Bu esa ta'lim jarayonining umumiy sifatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Kasbiy stressning psixologik oqibatlari ham mavjud. Uzoq davom etadigan emotsional bosim depressiv kayfiyat, xavotir, o'ziga ishonchsizlik, asabiylik va ijtimoiy faollikning pasayishi bilan kechadi. Pedagog o'zini yakkalanib qolgan,

qo'llab-quvvatlanmayotgandek his qilishi, jamoadagi munosabatlar ham izdan chiqishi mumkin. Natijada o'qituvchi tez-tez konfliktlarga kirishishi, kichik vaziyatlarga ham keskin reaksiya qaytarishi ehtimoldan holi emas. Umuman olganda, kasbiy stressning kuchayishi pedagogning nafaqat professional faoliyatiga, balki shaxsiy hayotiga, sog'lig'i va psixologik barqarorligiga ham jiddiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bois bu muammoni erta aniqlash va unga qarshi samarali choralar ko'rish muhim ahamiyatga ega.

Salbiy psixologik holatlar.

Pedagoglar faoliyati ko'plab mas'uliyat, emotsional barqarorlik va doimiy rivojlanishni talab qilgani sababli, ular orasida depressiya, xavotir, o'ziga ishonchsizlik va motivatsiyaning pasayishi juda ko'p uchraydi. Bularning barchasi kasbiy stressning doimiy va eng xavfli oqibatlaridan sanaladi. Kundalik dars jarayoni, o'quvchilar bilan ishlash, ota-onalar bilan muloqot, metodik talablarga moslashish va doimiy hisobotlarni bajarish pedagogning ruhiy resurslarini sezilarli darajada sarflaydi.

Har kuni yuqori darajadagi emotsional zo'riqishga duch keladigan pedagog asta-sekin o'zini charchagan, tushkun, ishsizday his qila boshlaydi. Buning natijasida depressiv kayfiyat kuchayadi, kelajakka bo'lgan ishonch pasayadi, kichik muammolarga nisbatan ham xavotirli munosabat paydo bo'ladi. O'ziga bo'lgan ishonchsizlik ortishi pedagogning o'z kasbiy salohiyatini past baholashiga, boshqalar nazarida yetarli emasman degan fikrlarning paydo bo'lishiga olib keladi. Natijada motivatsiya kamayadi, ijodkorlik susayadi, yangiliklarni sinab ko'rish istagi yo'qoladi va bu bevosita dars sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Kasbiy stressning bunday salbiy oqibatlarini kamaytirish va pedagogning ruhiy barqarorligini tiklash uchun bir qator muhim choralar zarur.

Avvalo, pedagogik yuklamani adolatli taqsimlash muhim. O'qituvchining dars soatlari, qo'shimcha vazifalari, hujjatlar bilan ishlash jarayoni ortiqcha yuklamasdan tashkil etilishi kerak. Bu nafaqat jismoniy, balki ruhiy charchoqni kamaytiradi, vaqtni to'g'ri taqsimlashga imkon yaratadi. Shuningdek, o'qituvchilarning tashabbuslarini qo'llab-quvvatlash ham muhim o'rin tutadi. Rahbariyat tomonidan pedagogning yangicha yondashuvlarga bo'lgan intilishi, ijodkorligi, metodik takliflari e'tirof etilishi

- uning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi. Qo'llab-quvvatlangan pedagog o'z ishidan mamnun bo'ladi, bu esa stressning kamayishiga yordam beradi. Bundan tashqari, maktablarda psixologik yordam ko'rsatish xizmatlarini yo'lga qo'yish zarur. Psixolog maslahati, treninglar, stressni boshqarish bo'yicha mashg'ulotlar o'qituvchilarga o'z hissiyotlarini nazorat qilishga, murakkab vaziyatlarda to'g'ri yo'l tutishga, ichki barqarorlikni tiklashga yordam beradi. Doimiy psixologik ko'mak kuchli ruhiy bosim ostida ishlaydigan pedagoglar uchun ayniqsa katta ahamiyatga ega.

Jamoadagi sog'lom muhit.

Pedagoglar faoliyatida sog'lom ishchi muhitning mavjudligi ularning ruhiy holati, motivatsiyasi va kasbiy faolligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Ishchi muhitdagi ilqlilik, o'zaro hurmat va samimiy hamkorlik - bu kasbiy stressni sezilarli darajada kamaytiruvchi asosiy omillardandir. O'zaro hurmat ustuvor bo'lgan jamoada pedagog o'zini qadrlangan, eshitilgan va qo'llab-quvvatlangan shaxs sifatida his qiladi. Bu esa o'qituvchining dars jarayoniga yanada mas'uliyat bilan yondashishiga, yangi g'oyalarni dadillik bilan amalga oshirishiga, o'z ustida ishlashga intilishiga olib keladi. Aksincha, ziddiyatli, sovuqqon, qo'llab-quvvatlash yetishmaydigan jamoaviy muhitda pedagogning ruhiy bosimi kuchayadi, stress osonlikcha surunkali holatga aylanishi mumkin. Pedagoglar uchun tashkil etiladigan turli psixologik va kasbiy treninglar ham kasbiy stressni kamaytirishda muhim rol o'ynaydi.

Stress boshqaruvi treninglari o'qituvchilarga o'z hissiyotlarini nazorat qilish, bosim ostida to'g'ri qaror qabul qilish, murakkab vaziyatlarda emotsional barqarorlikni saqlash kabi ko'nikmalarni shakllantiradi. Konfliktologiya bo'yicha treninglar esa nizoli vaziyatlarni to'g'ri tahlil qilish, muloqot orqali muammolarni hal qilish va o'quvchilar yoki ota-onalar bilan kelishmovchiliklarni konstruktiv yondashuv asosida bartaraf etishga yordam beradi. Kommunikatsiya bo'yicha treninglar orqali pedagoglar samarali muloqot qilish, fikrni aniq ifodalash, tinglash madaniyati va o'zaro hurmatni mustahkamlash kabi ko'nikmalarga ega bo'ladilar. Bularning barchasi pedagogning kasbiy kompetensiyasini oshiradi, o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlaydi va stressga nisbatan chidamliligini kuchaytiradi.

Xulosa qilib aytganda, umumta'lim maktablari pedagoglari orasida kasbiy stressning kuchayishi ta'lim jarayonining sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Stress ortgan sari pedagogning motivatsiyasi pasayadi, ijodkorlik susayadi, o'quvchilar bilan ishlash samaradorligi kamayadi. Shu sababli, avvalo stressning kelib chiqish sabablarini aniqlash, uni kamaytirish bo'yicha amaliy choralarni ko'rish va o'qituvchilarni doimiy psixologik qo'llab-quvvatlab borish ta'lim tizimi oldidagi muhim vazifalardan biridir. Pedagogning ruhiy barqarorligi ta'lim sifatining eng asosiy kafolatlaridan bo'lib, faqat sog'lom, qo'llab-quvvatlovchi, iliq psixologik muhit mavjud bo'lgan taqdirdagina o'qituvchi o'z kasbiy salohiyatini to'liq namoyon eta oladi. Shu sababli, pedagoglar uchun qulay sharoit yaratish, ularning ruhiy farovonligini ta'minlash va jamoada sog'lom muloqot muhitini shakllantirish har bir ta'lim muassasasi uchun ustuvor masala bo'lishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Karimova, V. M. **Psixologiya asoslari**. – Toshkent: “O'qituvchi”, 2019.
2. G'oziev, E. G. **Umumiy psixologiya**. – Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2020.
3. Maslach, C., & Leiter, M. P. **The Truth About Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What to Do About It**. – San Francisco: Jossey-Bass, 2016.
4. Kyriacou, C. **Teacher Stress and Burnout: An International Review**. *Educational Research*, 2011.
5. Brown, S. **Stress Management for Teachers**. – New York: Routledge, 2018.
6. O'zbekiston Respublikasi Xalq ta'limi vazirligi. **Pedagoglarning psixologik madaniyatini rivojlantirish bo'yicha metodik qo'llanma**. – Toshkent, 2022.

**ПРОБЛЕМА ГОТОВНОСТИ ПЕДАГОГА ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ К ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ
РАБОТЕ**

Садуллаева Гузалхон Камаловна
Начальник отдела Республиканского центра профессиональной ориентации и
психолого-педагогической диагностики учащихся

Аннотация: В статье рассматривается проблема готовности педагога-воспитателя дошкольного образовательного учреждения к воспитательной деятельности. Раскрывается значение педагогической культуры, профессионализма и личностных качеств воспитателя в успешной реализации воспитательных задач с учётом возрастных и психологических особенностей детей дошкольного возраста. Анализируются основные трудности, возникающие в воспитательной практике, связанные с постановкой и решением воспитательных задач, организацией педагогических воздействий и коммуникативного взаимодействия с детьми. Особое внимание уделяется структуре готовности педагога к воспитательной работе, включающей систему профессиональных знаний, умений и навыков, мотивационно-ценностное отношение к воспитательной деятельности, способность к саморегуляции, творчеству и рефлексии. Выделены ключевые профессиональные умения воспитателя: прогностические, организаторские, коммуникативные и творческие, обеспечивающие эффективность воспитательного процесса в дошкольном образовании.

Ключевые слова: готовность педагога, воспитательная деятельность, дошкольное образование, педагог-воспитатель, педагогическая культура, профессиональные умения, коммуникативные навыки, творческая деятельность, личностное развитие ребёнка.

Аннотация: Мақолада мактабгача таълим муассасаси педагог-воспитателининг тарбиявий фаолиятга тайёргарлиги муаммоси ёритилган. Болаларнинг ёш ва психологик хусусиятларини инобатга олган ҳолда тарбиявий вазифаларни самарали амалга оширишда воспитателининг педагогик маданияти, касбий маҳорати ва шахсий сифатларининг аҳамияти очиб берилган. Тарбиявий амалиётда юзага келадиган асосий қийинчиликлар — тарбиявий вазифаларни белгилаш ва ҳал этиш, педагогик таъсирларни ташкил этиш ҳамда болалар билан коммуникатив ҳамкорликни йўлга қўйиш билан боғлиқ жиҳатлар таҳлил қилинган. Педагогнинг тарбиявий фаолиятга тайёргарлик тузилмаси кўриб чиқилиб, у касбий билим, кўникма ва малакалар тизими, мотивацион-қадриятли

муносабат, ўзини бошқариш, ижодкорлик ва рефлексияни ўз ичига олиши таъкидланган. Шунингдек, мактабгача таълим муассасаси воспитателининг тарбиявий жараён самарадорлигини таъминловчи асосий касбий кўникмалари — прогностик, ташкилий, коммуникатив ва ижодий кўникмалар ажратиб кўрсатилган.

Калит сўзлар: педагог тайёргарлиги, тарбиявий фаолият, мактабгача таълим, педагог-воспитатель, педагогик маданият, касбий кўникмалар, коммуникатив малакалар, ижодий фаолият, бола шахсининг ривожланиши.

Abstract: The article addresses the problem of readiness of preschool educators for educational and upbringing activities. The significance of pedagogical culture, professional competence, and personal qualities of educators in the effective implementation of educational tasks, taking into account the age and psychological characteristics of preschool children, is revealed. The main difficulties arising in educational practice—related to the formulation and solution of educational tasks, the organization of pedagogical influences, and communicative interaction with children—are analyzed. The structure of educators' readiness for educational activity is examined, including a system of professional knowledge, skills, and abilities, motivational and value-based attitudes, self-regulation, creativity, and reflection. The key professional skills of preschool educators that ensure the effectiveness of the educational process—prognostic, organizational, communicative, and creative skills—are identified.

Keywords: educator readiness, educational activity, preschool education, preschool educator, pedagogical culture, professional skills, communicative competence, creative activity, child personality development.

Успешное решение сложных и ответственных задач воспитания во многом зависит от уровня профессиональной подготовленности педагога-воспитателя, его педагогической культуры, знания закономерностей, принципов и методов воспитания. На современном этапе воспитательной деятельности педагог дошкольного учреждения сталкивается с большим количеством трудностей, чем

при организации образовательной деятельности детей, что обусловлено возрастными и психологическими особенностями дошкольников.

В педагогической практике нередко наблюдаются трудности при постановке и решении воспитательных задач, которые проявляются в следующем:

- педагог не всегда умеет сбалансировать обучающие, развивающие и воспитательные задачи, в результате чего воспитательный аспект деятельности оказывается недостаточно реализованным;
- воспитательные задачи рассматриваются изолированно, без учета их взаимосвязи и системности воспитательного процесса;
- педагог не всегда учитывает отсроченный характер воспитательных результатов, что затрудняет планирование целостного воспитательно-образовательного процесса.

Характерными являются и трудности в организации педагогических воздействий, выражающиеся в следующем:

- недостаточное умение изучать ребёнка, ограничение анализа лишь отдельными психическими функциями;
- неумение воспринимать ребёнка как целостную личность, находящуюся в процессе активного становления и развития;
- реакция педагога на отдельные поступки детей без стремления выявить их причины и психологические основания.

Зачастую педагоги-воспитатели не осознают возникающих затруднений в своей профессиональной деятельности, особенно в процессе проектирования воспитательной работы и организации педагогического общения. Большинство воспитателей отмечают, что не испытывают трудностей во взаимодействии с детьми. Однако на практике нередко выявляется отсутствие осознанной постановки коммуникативных задач, использование однообразных форм общения, создающих монотонность взаимодействия, а также преобладание дисциплинирующих и эмоционально отрицательно окрашенных воздействий.

Реализация современных концептуальных подходов к воспитанию в дошкольном образовании возможна лишь при условии повышения уровня

педагогической культуры, профессионализма и личной ответственности воспитателя. В связи с этим особую актуальность приобретает проблема готовности педагога дошкольного учреждения к воспитательной деятельности.

Готовность педагога к воспитательной работе включает:

- систему знаний, умений и навыков в области воспитания детей дошкольного возраста;
- мотивационно-ценностное отношение к воспитательной деятельности;
- постоянное самосовершенствование личностных качеств и профессиональных умений;
- способность самостоятельно проектировать и реализовывать воспитательную работу с детьми с использованием современных педагогических технологий;
- умение к импровизации и самореализации в воспитательной деятельности на основе внутренней профессиональной мотивации;
- развитую рефлексию личностного и профессионального поведения.

Основные профессиональные умения педагога-воспитателя

Прогностические умения включают способность формулировать конкретные воспитательные задачи в повседневной педагогической деятельности; определять ближайшие, среднесрочные и перспективные цели воспитания; планировать воспитательную работу; прогнозировать развитие личности ребёнка и детского коллектива; проектировать индивидуальные программы воспитания и предвидеть возможные педагогические ситуации.

Организаторские умения предполагают умение осуществлять педагогическое руководство воспитательной деятельностью детей; организовывать различные виды детской активности; владеть современными воспитательными технологиями; включать всех детей в совместную деятельность, поддерживать инициативу и творчество; рационально организовывать собственное профессиональное поведение и время.

Коммуникативные умения выражаются в способности устанавливать доверительные и педагогически целесообразные отношения с детьми;

выстраивать взаимодействие на основе сотрудничества; применять демократический стиль общения; управлять эмоциональной атмосферой детского коллектива; развивать коммуникативные навыки у детей и формировать позитивное отношение к каждому ребёнку.

Творческие умения включают способность преобразовывать воспитательные идеи в практической деятельности; находить оригинальные педагогические решения; использовать элементы игровой, театральной педагогики; развивать художественно-творческие способности детей; эффективно применять и переосмысливать педагогический опыт.

Таким образом, основными задачами педагога-воспитателя дошкольного образовательного учреждения являются:

- развитие устойчивого интереса к воспитательной деятельности и формирование позитивной мотивации;
- овладение комплексом профессиональных воспитательных умений и навыков;
- развитие творческого потенциала;
- формирование профессионально значимых качеств личности, таких как любовь к детям, социальная ответственность, духовная культура, способность к сотрудничеству, эмоциональная уравновешенность, уверенность в себе и готовность к принятию творческих решений;
- создание позитивной воспитательной среды, способствующей гармоничному развитию личности ребёнка.

Библиография

1. Ананьев Б. Г. *Человек как предмет познания*. — СПб., 2001.

Исмаилова Дилфуза Гуламовна

Руководитель отдела социально-психологической службы Республиканского центра профессиональной ориентации и психолого-педагогической диагностики учащихся

Аннотация: В статье рассматриваются психологические аспекты инновационной деятельности в сфере образования. Показано, что инновации в педагогической практике представляют собой не только внедрение новых методов и технологий обучения, но и сложный личностно-ориентированный процесс, способствующий профессиональному и когнитивному развитию педагога. Проанализирован инновационный потенциал личности педагога, включающий творческие способности, открытость новому опыту, готовность к самосовершенствованию и мотивацию к инновационной деятельности. Особое внимание уделяется психологическим условиям успешной реализации инноваций, таким как эмоциональная устойчивость, саморегуляция, креативное мышление и готовность к преодолению профессиональных барьеров. Отмечается влияние инновационных процессов на педагогическую среду и обучающихся, формирование профессиональной идентичности педагога и развитие творческого мышления у учащихся.

Ключевые слова: инновации, педагогическая деятельность, психологический аспект, инновационный потенциал, творческое мышление, мотивация, самореализация, профессиональное развитие, образовательный процесс.

Annotatsiya: Maqolada ta'lim sohasidagi innovatsion faoliyatning psixologik jihatlari yoritilgan. Ko'rsatilishicha, pedagogik amaliyotdagi innovatsiyalar faqat yangi o'qitish usullari va texnologiyalarini joriy etish bilan cheklanib qolmay, balki pedagog shaxsiga yo'naltirilgan murakkab jarayon sifatida namoyon bo'ladi hamda uning kasbiy va kognitiv rivojlanishiga xizmat qiladi. Pedagog shaxsining innovatsion potensiali tahlil qilinib, unga ijodiy qobiliyatlar, yangi tajribaga ochiqlik, o'z-o'zini takomillashtirishga tayyorlik va innovatsion faoliyatga bo'lgan motivatsiya kabi omillar kiritilgan. Innovatsiyalarni samarali joriy etishning psixologik shartlariga, jumladan, emotsional barqarorlik, o'zini boshqarish, kreativ tafakkur va kasbiy

to'siqlarni yengib o'tishga tayyorlikka alohida e'tibor qaratilgan. Shuningdek, innovatsion jarayonlarning pedagogik muhit va o'quvchilarga ta'siri, pedagogning kasbiy identichligini shakllantirishi hamda o'quvchilarda ijodiy tafakkurni rivojlantirishi qayd etilgan.

Kalit so'zlar: innovatsiyalar, pedagogik faoliyat, psixologik jihat, innovatsion potensial, ijodiy tafakkur, motivatsiya, o'zini ro'yobga chiqarish, kasbiy rivojlanish, ta'lim jarayoni

Abstract: The article explores the psychological aspects of innovative activity in the field of education. It is demonstrated that innovations in pedagogical practice are not limited to the introduction of new teaching methods and technologies, but represent a complex personality-oriented process that contributes to the professional and cognitive development of teachers. The innovative potential of the teacher's personality is analyzed, including creative abilities, openness to new experiences, readiness for self-improvement, and motivation for innovative activity. Special attention is given to the psychological conditions for the effective implementation of innovations, such as emotional stability, self-regulation, creative thinking, and readiness to overcome professional barriers. The impact of innovative processes on the pedagogical environment and learners is also noted, including the formation of teachers' professional identity and the development of creative thinking among students.

Keywords: innovations, pedagogical activity, psychological aspect, innovative potential, creative thinking, motivation, self-realization, professional development, educational process

Современная система образования развивается в условиях постоянных социальных, технологических и культурных изменений, что обуславливает необходимость внедрения инноваций в педагогическую деятельность. Инновация в широком смысле понимается как новшество, изменение или обновление, направленное на повышение эффективности образовательного процесса. С психологической точки зрения инновация представляет собой не

только результат, но и процесс, включающий преобразование мышления, поведения и профессиональной позиции педагога.

В педагогике инновации проявляются во внедрении новых методов и форм обучения, воспитания, а также в изменении характера взаимодействия между учителем и обучающимися. При этом эффективность инновационной деятельности во многом определяется психологическими особенностями личности педагога и уровнем его инновационного потенциала.

Инновационный потенциал личности педагога. Инновационный потенциал личности является ключевым психологическим ресурсом инновационной деятельности. Он включает совокупность личностных, когнитивных и мотивационных характеристик, обеспечивающих готовность педагога к принятию и реализации нововведений.

К основным компонентам инновационного потенциала относятся:

- **творческая способность**, выражающаяся в умении генерировать новые идеи, проектировать и моделировать их в практической деятельности;
- **открытость новому**, основанная на толерантности, гибкости и панорамности мышления;
- **культурно-эстетическая развитость и образованность**, расширяющие профессиональный кругозор педагога;
- **готовность к самосовершенствованию**, обеспечиваемая развитой рефлексией и внутренней мотивацией;
- **инновационное сознание**, отражающее ценностное отношение к инновационной деятельности и ориентацию на профессиональное развитие.

С психологической точки зрения инновационный потенциал способствует формированию у педагога чувства профессиональной компетентности, уверенности в собственных возможностях и устойчивости к изменениям.

Психологическая специфика инновационной деятельности. Инновационная деятельность педагога обладает рядом психологических особенностей. Она предполагает определённую степень свободы действий, самостоятельность и ответственность за принимаемые решения. Новаторская

деятельность часто осуществляется в условиях неопределённости и выходит за рамки имеющегося опыта, что требует от педагога высокой эмоциональной устойчивости и готовности к риску.

Общество и образовательные институты в значительной степени вынуждены доверять педагогу-новатору, предполагая, что его творческий поиск направлен на достижение социально значимых целей. Одним из условий успешной реализации инновационной деятельности является способность педагога преодолевать инновационные барьеры, адаптироваться к новым требованиям и находить баланс между традицией и новаторством.

Виды и направления инноваций в образовании. По своему назначению инновации в образовании условно подразделяются на:

- **общие**, включающие глобальные концепции современного образования, гуманистические идеи, управленческие и информационные технологии;
- **частные**, представленные авторскими методиками и индивидуальными педагогическими нововведениями.

Наиболее значимые инновации в учебно-воспитательном процессе связаны с переходом к деятельностной парадигме образования и внедрением компетентностного подхода, развитием новых образовательных технологий, профилизацией и индивидуализацией обучения, а также профессионализацией управленческой деятельности в сфере образования.

Инновационная деятельность как личностный процесс. С психологической точки зрения инновационную деятельность можно рассматривать как личностную категорию и созидательный процесс, являющийся результатом творческой активности педагога. Ценность инновационной деятельности для личности заключается в возможности самовыражения, реализации профессионального потенциала и достижения внутренней удовлетворённости от своей деятельности.

Трудности, возникающие в процессе внедрения инноваций, воспринимаются педагогом не только как препятствия, но и как ресурс личностного и профессионального роста, стимулирующий развитие самостоятельности,

ответственности и креативного мышления. Инновации в образовании, рассматриваемые через призму психологии, выступают важным фактором профессионального и личностного развития педагога. Их успешная реализация зависит от уровня инновационного потенциала личности, психологической готовности к изменениям и способности к саморегуляции. Инновационная деятельность способствует формированию профессиональной идентичности педагога, развитию творческого мышления обучающихся и повышению качества образовательного процесса в целом.

Литература

1. Китайгородская Г. А. *Методика интенсивного обучения иностранным языкам.* — Москва, 1982.

PEDAGOGIK JARAYONLARDA NIZOLARNI BARTARAF ETISHNING PEDAGOGIK ASOSLARI

Karimova Barno Ergashevna

*Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti "Pedagogika" kafedra
dotsenti*

Annotatsiya: Ushbu maqolada pedagogik jarayonlarda yuzaga keladigan nizolarning mazmuni, sabablari va ularni bartaraf etishning pedagogik asoslari yoritilgan. Ta'lim muhitida o'qituvchi va o'quvchilar o'rtasidagi, shuningdek, pedagogik jamoadagi nizolarni tinch va konstruktiv yo'l bilan hal etish masalalari tahlil qilingan. Pedagogik muloqot, pedagogik mahorat va nizolar profilaktikasining ta'lim-tarbiya samaradorligiga ta'siri asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: pedagogik nizo, ta'lim jarayoni, pedagogik yondashuv, muloqot madaniyati, pedagogik mahorat, nizolar profilaktikasi, o'quvchi va o'qituvchi munosabatlari, psixologik iqlim.

Аннотация: В статье рассматриваются педагогические основы разрешения конфликтов, возникающих в образовательном процессе. Анализируются причины педагогических конфликтов между учителем и учащимися, а также внутри педагогического коллектива. Особое внимание уделяется роли педагогического общения, профессионального мастерства и

профилактики конфликтов в формировании благоприятного психологического климата и повышении эффективности образовательного процесса.

Ключевые слова: педагогический конфликт, образовательный процесс, педагогический подход, культура общения, педагогическое мастерство, профилактика конфликтов, взаимоотношения учителя и учащихся, психологический климат.

Abstract: The article examines the pedagogical foundations of resolving conflicts that arise in the educational process. It analyzes the causes of pedagogical conflicts between teachers and students, as well as within the teaching staff. Special attention is paid to the role of pedagogical communication, professional competence, and conflict prevention in creating a positive psychological climate and improving the effectiveness of education.

Keywords: pedagogical conflict, educational process, pedagogical approach, communication culture, pedagogical competence, conflict prevention, teacher–student interaction, psychological climate.

Zamonaviy ta'lim tizimida pedagogik jarayonlar insonlararo munosabatlar asosida amalga oshiriladi. O'qituvchi, o'quvchi, ota-ona va pedagogik jamoa o'rtasidagi o'zaro ta'sir jarayonida turli xil kelishmovchiliklar, qarama-qarshiliklar va nizoli vaziyatlarning yuzaga kelishi tabiiy hol hisoblanadi. Pedagogik nizolarni to'g'ri anglash, ularni o'z vaqtida bartaraf etish hamda oldini olish ta'lim-tarbiya jarayoni samaradorligini ta'minlovchi muhim omillardan biri hisoblanadi.

Pedagogik nizo — bu ta'lim jarayoni ishtirokchilari o'rtasida vujudga keladigan qarashlar, qiziqishlar, ehtiyojlar yoki xulq-atvordagi qarama-qarshiliklar bilan bog'liq holatdir. Bunday nizolar o'qituvchi va o'quvchi, o'quvchilar o'rtasida, shuningdek, pedagoglar o'rtasida ham kuzatilishi mumkin. Agar pedagogik nizolar o'z vaqtida hal etilmasa, ular ta'lim muhitida salbiy psixologik iqlimni shakllantiradi, o'quvchilarning bilim olish qobiliyatini pasaytiradi va tarbiyaviy jarayonga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Pedagogik yondashuv nuqtayi nazaridan, har qanday nizoli vaziyatni kuch ishlatish yoki ma'muriy bosim orqali hal etish maqsadga muvofiq emas. Aksincha, pedagog nizolarni tinch, tarbiyaviy va konstruktiv usullar orqali hal etishi lozim.

Maktab sharoitida barcha nizolar pedagog rahbarligida, o'quvchilarning yosh, psixik va individual xususiyatlarini hisobga olgan holda bartaraf etilishi zarur.

O'quvchilar o'rtasidagi nizolar ko'p hollarda muloqot madaniyatining yetarli darajada shakllanmaganligi, bir-birini to'g'ri tushunmaslik, emotsional nazoratning zaifligi bilan bog'liq bo'ladi. Bunday vaziyatlarda pedagogning asosiy vazifasi — nizoning kelib chiqish sabablarini aniqlash, tomonlarni eshitish va ularni o'zaro tushunishga olib kelishdan iborat. Shu orqali o'quvchilarda ijtimoiy ko'nikmalar, sabr-toqat, o'zaro hurmat va mas'uliyat hissi shakllanadi.

Ayrim hollarda pedagogik nizolar o'qituvchilar o'rtasida ham vujudga keladi. Bu holatlar ko'pincha kasbiy charchoq, emotsional zo'riqish, bir-birining psixik holatini hisobga olmaslik natijasida yuzaga keladi. Shu sababli pedagogik jamoada sog'lom munosabatlarni shakllantirish, o'zaro hurmat va hamkorlik muhitini yaratish pedagogik nizolarning oldini olishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Pedagogik nizolarni bartaraf etishdan ko'ra, ularning oldini olish ancha samarali hisoblanadi. Nizolar profilaktikasi pedagogik muloqot madaniyatini oshirish, o'quvchilarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olgan holda munosabat o'rnatish, pedagogik qobiliyat va pedagogik texnikalarni samarali qo'llash orqali amalga oshiriladi. Pedagog har qanday o'zgaruvchan pedagogik vaziyatda tez va to'g'ri qaror qabul qilish qobiliyatiga ega bo'lishi lozim.

Pedagogik muloqot jarayonida nutq asosiy vosita hisoblanadi. O'qituvchining nutq madaniyati, ovoz intonatsiyasi, tushuntirish uslubi o'quvchilarga kuchli tarbiyaviy ta'sir ko'rsatadi. O'quvchilar bilan muloqotda fikrlar aniq, tushunarli va ta'sirli bayon qilinishi, ularning diqqati suhbat mazmuniga yo'naltirilishi zarur. Shu bilan birga, muloqot jarayonida o'quvchilarning his-tuyg'ulari, charchoq holati va emotsional ahvoli hisobga olinishi lozim.

Pyedagogik jarayonlarda yuzaga keladigan nizolar ta'lim-tarbiya tizimining ajralmas qismi bo'lib, ularni to'g'ri boshqarish pedagogning kasbiy mahoratini belgilaydi. Nizolarni adolat, xolislik va pedagogik etika asosida hal etish ta'lim muhitida sog'lom psixologik iqlimni ta'minlaydi va o'quvchilarning barqaror rivojlanishiga xizmat qiladi.

Foydalangan adabiyot

1. Ibragimov X.I., Abdullayeva Sh.A. *Pedagogika tarixi*. — 2004.

ПОБОРОТЬ СТРАХ ОБЩЕНИЯ И НЕУВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ

Мухамедова Нафиса Нигмановна

Методист-психолог отдела Республиканского центра профессиональной ориентации и психолого-педагогической диагностики учащихся

Аннотация: Статья посвящена преодолению страха общения и неуверенности в себе. Рассматриваются причины возникновения трудностей в социальных взаимодействиях, включая недостаток навыков выражения эмоций, страх негативной оценки и внутренние комплексы. Предлагаются практические методы и упражнения для формирования уверенности, улучшения коммуникационных навыков и эффективного взаимодействия с окружающими. Подчеркивается важность регулярной практики и постепенного увеличения сложности социальных ситуаций для личностного роста и эмоциональной устойчивости.

Ключевые слова: страх общения, неуверенность в себе, социальные навыки, уверенное поведение, личностное развитие, психологическая практика, коммуникация, эмоциональная устойчивость.

Annotatsiya: Maqola odamlar bilan muloqot qilishdagi qoʻrquv va oʻzini ishonchsiz his qilishni yengishga bagʻishlangan. Ijtimoiy munosabatlardagi qiyinchiliklar sabablari, shu jumladan his-tuygʻularni ifoda qilishdagi qiyinchiliklar,

salbiy baholashdan qo'rqish va ichki komplekslar tahlil qilinadi. Shaxsiy ishonchni oshirish, muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish va atrofdagilar bilan samarali aloqani o'rnatish uchun amaliyotlar va mashqlar taklif etiladi. Shaxsning rivojlanishi va emotsional barqarorligini ta'minlash uchun muntazam mashq qilish va ijtimoiy vaziyatlarning murakkabligini bosqichma-bosqich oshirish ahamiyatli ekanligi ta'kidlanadi.

Kalit so'zlar: muloqot qo'rquvi, o'zini ishonchsiz his qilish, ijtimoiy ko'nikmalar, ishonchli harakat, shaxsiy rivojlanish, psixologik mashq, aloqa, emotsional barqarorlik.

Abstract: The article focuses on overcoming fear of communication and lack of self-confidence. It examines the causes of difficulties in social interactions, including challenges in expressing emotions, fear of negative evaluation, and internal complexes. Practical methods and exercises are proposed to develop self-confidence, improve communication skills, and interact effectively with others. The importance of regular practice and gradual increase of social challenges for personal growth and emotional resilience is emphasized.

Keywords: fear of communication, self-doubt, social skills, confident behavior, personal development, psychological practice, communication, emotional resilience.

Социальное взаимодействие является неотъемлемой частью жизни человека. Несмотря на то, что с раннего детства индивид контактирует с социальным окружением, многие испытывают трудности в межличностной коммуникации. Сложности могут проявляться в различных формах: неспособность отстаивать свои интересы, трудности в выражении эмоций, избегание контакта с новыми людьми или чрезмерная скромность. В ряде случаев такие проблемы перерастают в социальные фобии, требующие профессиональной психологической помощи. Однако даже у людей без клинических расстройств наблюдаются выраженные трудности в социальной адаптации.

Научные исследования показывают, что трудности в общении часто обусловлены когнитивными и эмоциональными факторами, включая низкую социальную компетентность, страх оценки и недостаточную эмпатию (Аверин, 2018; Бандура, 2001). Неуверенность в себе, страх взаимодействия с окружающими и невозможность выражать свои чувства создают эмоциональные блоки, приводящие к накоплению отрицательных переживаний, таких как тревога, раздражение и депрессивные состояния.

Теоретические аспекты

Социальная компетентность и эмоциональная регуляция: Социальная компетентность рассматривается как способность индивида эффективно взаимодействовать с другими, понимать их эмоции и выражать собственные чувства адекватно контексту (Gresham & Elliott, 2008). Недостаток этих навыков приводит к изоляции, снижению самооценки и повышенной тревожности.

Роль воспитания и социального контекста: Эмоциональное развитие и формирование уверенности у человека начинается с семьи, детских учреждений и школьного окружения. Согласно исследованиям Выготского (1984), взаимодействие с более компетентными партнерами и поддерживающая среда способствуют развитию социальных навыков и способности справляться с тревожными состояниями. Напротив, чрезмерная требовательность, критика или подавление индивидуальности могут формировать комплекс неуверенности.

Современные средства массовой информации также влияют на формирование тревожности и неуверенности, создавая иллюзию внешнего контроля и зависимости от авторитетных фигур (Гуревич, 2019).

Психологические механизмы страха общения: Страх общения связан с когнитивными и эмоциональными искажениями: человек плохо воспринимает невербальные сигналы собеседника, интерпретирует нейтральные или положительные сигналы как угрозу, избегает контактов и концентрируется на внутреннем страхе (Clark & Wells, 1995). Это приводит к формированию «петли избегания», усиливающей тревожность и снижению социальной активности.

Практические рекомендации

Концентрация на процессе общения: Эффективное взаимодействие требует сосредоточенности на самом процессе общения, а не на внутренних реакциях и страхе оценки. Парадоксально, но люди производят лучшее впечатление, когда перестают концентрироваться на том, как их оценивают другие. Научные данные подтверждают, что фокус на внешнем взаимодействии способствует снижению тревожности и повышению эффективности коммуникации (Kabat-Zinn, 2003).

Разделение внутреннего диалога и внешнего общения: Внутренние переживания и внешние коммуникации — два отдельных психологических процесса. Их одновременная попытка регулирования приводит к когнитивной перегрузке, проявляющейся в физиологических симптомах (пот, сухость во рту, заикание) и психологических трудностях (затруднения в выражении мыслей, неспособность отстаивать позицию). Следовательно, необходимо научиться последовательно регулировать внутренний и внешний психологический процесс.

Упражнения для развития уверенности: Практические методы включают систематическое взаимодействие с различными людьми в повседневных ситуациях:

1. Общение с незнакомыми людьми для получения консультаций или помощи (магазины, кафе, транспорт).
2. Пошаговое увеличение сложности ситуаций (начиная с простых запросов и переходя к более сложным социальным взаимодействиям).
3. Ведение дневника достижений, фиксация успешных попыток и анализ ошибок для формирования положительной обратной связи.

Регулярное выполнение этих упражнений способствует формированию привычек уверенного поведения и снижению социальной тревожности (Heimberg & Becker, 2002).

Рекомендации по поведению в коммуникации

- Настрой на успех перед взаимодействием («Я имею право на свои желания»).

- Чёткая и уверенная речь без агрессии.
- Поддержание зрительного контакта.
- Использование утверждений от первого лица («я хочу», «мне важно»).
- Похвала себя за любой результат, избегание самокритики и сравнения с идеалом.

Психологический аспект работы с негативными переживаниями:

Метод визуализации и осознанной работы с внутренними страхами (например, «феникс-метод») помогает переработать травмирующие переживания, снизить тревожность и повысить устойчивость к стрессовым ситуациям. Такой подход соответствует принципам когнитивно-поведенческой терапии, где внимание уделяется переосмыслению и активной работе с тревожными когнитивными схемами (Beck, 2011).

Неуверенность и страх общения являются результатом сочетания когнитивных, эмоциональных и социальных факторов. Научные исследования подтверждают, что их преодоление возможно через систематическую практику, фокусировку на процессе общения, развитие социальных навыков и эмоциональную регуляцию. Применение практических упражнений, ведение дневника достижений и постепенное расширение социальных контактов способствует формированию уверенного и адаптивного поведения. Осознание собственной ценности и независимости от мнения окружающих является ключевым фактором формирования устойчивой социальной компетентности.

Библиография

1. Аверин, В. П. (2018). *Психология межличностных отношений*. Москва: Питер.

Хулкар Эргашевна Усманова

Методист Психолог-методист Республиканского центра профессиональной ориентации и психолого-педагогической диагностики учащихся, кандидат психологических наук

Аннотация: Статья посвящена проблеме духовного и нравственного развития личности и роли психологических знаний в понимании человеческого поведения и формирования ценностей. Особое внимание уделяется воспитанию молодёжи как стратегическому ресурсу общества, влиянию жизненного опыта, культуры и традиций на формирование нравственного сознания. Обосновывается необходимость государственной и общественной политики, направленной на воспитание гуманистических ценностей, гражданственности, патриотизма и толерантности. Выделяются ключевые принципы нравственного воспитания, способствующие гармоничному развитию личности и общества.

Ключевые слова:духовно-нравственное воспитание, нравственность, личность, молодёжь, психологические закономерности, ценностные ориентации, духовная культура, поведение человека, социализация, воспитание.

Аннотация: Мақола шахсининг руҳий ва маънавий ривожланиши ҳамда инсон хулқ-атвори ва қадриятларини шакллантиришда психология билимларининг аҳамиятига бағишланган. Ёшлар тарбиясига алоҳида эътибор қаратилиб, уларнинг жамиятдаги стратегик аҳамияти, ҳаёт тажрибаси, маданият ва анъаналарнинг маънавий онғни шакллантиришдаги роли таҳлил қилинган. Инсонпарварлик қадриятлари, фуқаролик, ватанпарварлик ва толерантликни ривожлантиришга қаратилган давлат ва жамият сиёсати зарурлиги асосланади. Шахс ва жамиятнинг мукамал ривожланишига хизмат қилувчи асосий маънавий тарбия принциплари ажратилган.

Калит сўзлар: руҳий-маънавий тарбия, маънавийлик, шахс, ёшлар, психологик қонуниятлар, қадрият йўналишлари, маънавий маданият, инсон хулқи, социализация, тарбия.

Abstract: The article addresses the problem of spiritual and moral development of the individual and the role of psychological knowledge in understanding human behavior and shaping values. Special attention is given to youth education as a strategic

societal resource, and to the influence of life experience, culture, and traditions on the formation of moral consciousness. The necessity of state and social policies aimed at fostering humanistic values, citizenship, patriotism, and tolerance is substantiated. Key principles of moral education that contribute to the harmonious development of the individual and society are highlighted.

Keywords: spiritual and moral education, morality, personality, youth, psychological patterns, value orientations, spiritual culture, human behavior, socialization, upbringing.

На протяжении веков человек является предметом изучения многих поколений учёных: Полной и достойной картиной мира не может без знаний о человека. Природа человека познаётся комплексно: философией, социологией, физиологией, педагогикой и др. В основе развития психологии и сознания лежит интерес к природе человеческого поведения, условием развития и формирования в человеческом обществе особенностей его взаимодействия с другими людьми. В настоящее время невозможно осуществление многих видов деятельности на производстве, в науке и бизнесе, медицине, правоведческих делах без знаний и понимания психологических закономерностей.

Регуляция процессов формирования духовной культуры молодежи осуществляются посредством противоречивых импульсов со стороны общества и государства. В отечественных социальных науках проблемы молодежи только сейчас избавляются от излишней идеологизированности и уклона в воспитательную работу в ущерб изучения и решения социальных проблем. Вопросы развития молодежной культуры рассматриваются в контексте социальных проблем и национальной культуре в целом.

Молодежь – основной стратегический ресурс любого цивилизованного строя. Сегодняшняя молодежь участвует в модернизации страны в проведении реформ. Постоянно меняющиеся условия жизни вынуждают молодых людей приспосабливаться к новым реалиям, вести постоянный поиск новых форм идентичности, вырабатывать свою жизненную позицию созидать свой духовный мир. Позитивное духовное развитие молодежи невозможно без эффективной

политики в этой сфере. Формирование нравственных основ, воспитание у подрастающего поколения интереса к культуре и искусству, развитие духовного потенциала. В первую очередь государственная политика в формировании ценностных мировоззренческих основ молодых людей выделяют следующие компоненты: нравственные и правовые нормы, гражданственность, патриотизм, установка на саморазвитие, толерантность, экологическое сознание. В формирование духовной культуры молодежи определяющую роль продолжает играть общество, национальные традиции.

В. И. Даль считал: «Нравственное учение правила для воли совести человека. Относящийся к одной половине духовного быта, противоположный умственному но сопоставляющий общее с ним духовное начало, к умственному относится истина и ложь, к нравственному – добро и зло».

С годами понимание нравственности изменилось. У Ожогова С.И. мы видим: «Нравственность это внутренние духовные качества которыми руководствуется человек, этические нормы, правила поведения, определяемые этими качествами». Мыслители разных веков трактовали понятие нравственности по – разному. Еще в древней Греции в трудах Аристотеля о нравственном человеке говорилось: «Нравственно прекрасным называют человека совершенного достоинства... Ведь о нравственной красоте говорят по поводу добродетели: нравственно прекрасным зовут справедливого, мужественного, благоразумного и вообще обладающего всеми добродетелями человека».

О нравственности человека обычно судят по его поведению, но поведение – понятие весьма широкое и охватывает все жизнедеятельности личности. При этом нравственными должны быть как сами по себе действия или состояния, так и порождающие их мотивы и цели. Таким образом, под поведением понимают совокупность поступков человека, выделяя при этом внешние действия и внутреннюю обусловленность поступков, то есть их мотивацию, переживание. Нравственная ценность личности заключается в ее готовности утверждать этические идеалы общества в избранной области деятельности.

Природа дала человеку два оружия – интеллектуальное и нравственное. Просвещенный, интеллектуальный разум облагораживает, укрепляет и усиливает нравственные чувства человека. Нравственность человека проявляется только в одном – в его поступках, а поступки происходят от характера помыслов.

Под воздействием воспитания накопления жизненного опыта и в своем сознание человек концентрирует достижения нравственной культуры общества, в результате человек в традиционных ситуациях поступает сообразно нравственным нормам, а с другой стороны, в свои действия включает творческие элементы сознания – нравственный разум, интуицию, что способствует принятию благовоспитанного решения в проблемных ситуациях.

В.А.Сухомлинский говорил о том, что необходимо заниматься нравственным воспитанием ребенка, учить умению чувствовать человека. А так же считал с раннего детства ребенку надо закладывать о понятиях добра и зла, честь и бесчестье, справедливость и несправедливость, которые доступны пониманию ребенка лишь при условии яркой наглядности, очевидности морального смысла того, что он видит, делает, наблюдает.

Каким должен быть предмет духовного и нравственного воспитания? Предмет духовного и нравственного воспитания – это, прежде всего разрешение проблемы нравственного воспитания. При рождении душа человеческая находится в состоянии наготы, как и тело; она не имеет ни понятия, ни потребностей. Способности чувствовать, мыслить, хотеть ребенок приобретает в виде задатков и возможностей. Однако развитие зависит от внешних обстоятельств, от обучения и воспитания, а это задатки у разных детей тоже разные.

При нравственного воспитания можно и нужно выделить четыре основных правила воспитания:

1. Не делай другим того, чего не желаешь себе.

Это правило создаст условия для творения благородных, благоразумных, благочестивых, благорассудочных, благовоспитанных или добродетельных,

добропорядочных, добросовестных, доброжелательных, добросердечных поступков.

2. Творите для других добро, если для этого у вас есть возможность.

Это правило учит быть человечным, не оставлять другого в беде, а сочувствовать и помогать каждому, кто нуждается в твоей помощи. В соответствии с этим правилом человек учиться сопереживать, ставить себя на место другого, чужое горе переживать как свое собственное. Такой великодушный поступок гарантирует такое же отношение, когда сам будешь нуждаться в сочувствии и благотворительности.

3. Будьте патриотами своей страны, защищайте отечество.

Данное нравственное правило поможет детям любить свою Родину, свой народ.

4. Будьте законопослушными, не допускайте нарушения правопорядка.

Вооружение детей этим правилом должно привести к воспитанию демократических и гуманистических свойств характера.

Сегодняшнее благосостояние страны полностью зависит от духовного и нравственного воспитания молодежи.

Библиография

1. Абульханова – Славская К.А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991.
2. Алешина И.В. Поведение потребителей. М.: ФАИР-ПРЕСС, 2000
3. Бек У. Общество риска. На пути к другому модерну. М.: Прогресс – Традиции, 2000

O'SMIRLIK DAVRIDA NEVROTİK HOLATLARNING PSIXOLOGİK TAVSIFI

*Abduraximov Doniyor Abdusaid o'g'li,
Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti,
1-kurs tayanch doktoranti*

Annotatsiya. Mazkur maqolada o'smirlik davrida uchraydigan nevrotik holatlarning psixologik mohiyati, shakllanish mexanizmlari, ijtimoiy-psixologik determinantlari hamda emotsional-hulqiy namoyon bo'lish xususiyatlari so'nggi besh yil davomida chop etilgan xorijiy, rus va o'zbek olimlarining ilmiy tadqiqotlari asosida tahlil qilinadi. Adabiyotlar tahlili natijalari shuni ko'rsatadiki, nevrotik holatlar o'smirlik davrida psixik moslashuvning murakkablashuvi, yuqori xavotir darajasi va stressga chidamlilikning yetarli darajada shakllanmaganligi bilan uzviy bog'liqdir.

Kalit so'zlar: o'smirlik davri, nevroz, xavotir, stress, emotsional regulyatsiya, psixik salomatlik.

Аннотация. В данной статье на основе научных исследований зарубежных, российских и узбекских ученых, опубликованных за последние пять лет, анализируются психологическая сущность, механизмы формирования, социально-психологические детерминанты и особенности эмоционально-поведенческих проявлений невротических состояний, возникающих в подростковом возрасте. Результаты анализа литературы показывают, что невротические состояния неразрывно связаны со сложностью психологической адаптации в подростковом возрасте, высоким уровнем тревожности и недостаточно развитой стрессоустойчивостью.

Ключевые слова: подростковый возраст, невроз, тревожность, стресс, эмоциональная регуляция, психическое здоровье.

Abstract. This article, based on research by international, Russian, and Uzbek scholars published over the past five years, analyzes the psychological nature, development mechanisms, socio-psychological determinants, and emotional-behavioral manifestations of neurotic conditions that arise in adolescence. The literature review reveals that neurotic conditions are inextricably linked to difficult psychological adaptation during adolescence, high levels of anxiety, and poorly developed stress resilience.

Keywords: adolescence, neurosis, anxiety, stress, emotional regulation, mental health.

KIRISH

O'smirlik davri inson ontogenezida eng murakkab va ziddiyatli bosqichlardan biri hisoblanadi. Mazkur yosh davrida biologik yetilish jarayonlari psixologik va ijtimoiy o'zgarishlar bilan bir vaqtda kechadi. Bu esa shaxsning ichki barqarorligiga ma'lum darajada salbiy ta'sir ko'rsatib, nevrotik holatlarning paydo bo'lishiga zamin yaratadi [1].

Zamonaviy ilmiy tadqiqotlarda o'smirlarda nevroz holatlarining ko'payishi global ijtimoiy o'zgarishlar, ta'lim jarayonidagi kuchli raqobat, oilaviy munosabatlardagi emosional zo'riqish hamda raqamli muhitning doimiy psixologik bosimi bilan izohlanadi [2].

Shu sababli o'smirlik davrida nevrotik holatlarni tizimli ravishda o'rganish, ularning psixologik mexanizmlarini umumlashtirish va amaliy xulosalar chiqarish bugungi kunda dolzarb ilmiy vazifa hisoblanadi.

Nevroz tushunchasining psixologik talqini

Nevrozlar (nevr... asabiylik -uzoq davom etgan ruhiy iztiroblar natijasida nerv sistemasi faoliyatining buzilishidan kelib chikadigan asabiyruhiy kasalliklar; o'zaro yaqin funksional ruhiy kasalliklar (nevrasteniya, isteriya, psixasteniya), emotsional yoki aqliy jihatdan toliqish natijasida, ko'pincha infeksiya va boshqa kasalliklar ta'sirida yuzaga keladi. Nevrozlar ancha keng tarqalgan kasallik bo'lib, asosan, nerv sistemasi tug'ma yoki hayotda orttirilgan zaif kishilarda kuzatiladi. Nevrozlarda markaziy nerv sistemasida ham, ichki a'zolarida ham jiddiy organik o'zgarishlar bo'lmasada, bosh miyada kechadigan asosiy jarayonlar - qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarining o'zaro munosabatlari buziladi.

Nevroz tushunchasi psixologiya va psixiatriya fanlarida asosan funksional, ya'ni organik buzilishlarsiz kechuvchi psixik holat sifatida izohlanadi. Zamonaviy yondashuvlarga ko'ra, nevroz shaxsning stress omillariga moslasha olmasligi natijasida yuzaga keladigan barqaror psixoemotsional disbalans holatidir [3].

O'smirlik davrida nevrotik holatlar ko'pincha ichki ziddiyatlar, o'z-o'zini baholashdagi beqarorlik va ijtimoiy muhitga moslashishdagi qiyinchiliklar bilan birga

kechadi. Bu esa nevrozni shaxs rivojlanishining muhim psixologik ko'rsatkichi sifatida o'rganish zaruratini yuzaga keltiradi [4].

So'nggi yillarda xorijiy olimlar tomonidan olib borilgan tadqiqotlar o'smirlik davrida nevrotik holatlarning keng tarqalganligini tasdiqlaydi. Essau va hamkorlari o'smirlar orasida xavotir va nevrotik simptomlar ko'pincha akademik bosim va ijtimoiy kutilmalar bilan bog'liq ekanini ta'kidlaydilar [1].

Patel va boshqalar o'smirlar psixik salomatligini global sog'liqni saqlash muammosi sifatida ko'rib, nevroz holatlarini stressga uzoq muddatli ta'sirning oqibati sifatida talqin qiladilar [2].

Rossiyalik psixolog olimlar tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlarda o'smirlik davrida nevrotik holatlarning shakllanishi emotsional regulyatsiya mexanizmlarining yetarli rivojlanmaganligi bilan izohlanadi. Xolmogorova nevrozni shaxsning stressga nisbatan individual zaifligi bilan bog'liq holat sifatida tavsiflaydi [5].

Rus adabiyotlarida, shuningdek, o'smirlar psixik salomatligini saqlashda profilaktik psixologik yordamning ahamiyati alohida ta'kidlanadi [5].

O'zbekistonlik olimlar ishlarida, xususan, professor Zarifboy Ibodullayev ilmiy ishlarida nevroz haqida qimmatli ma'lumotlar keltirilgan. Bundan tashqari boshqa psixolog olimlarimiz ishlarida o'smirlik davrida psixik barqarorlikni ta'minlash masalasi ta'lim va tarbiya jarayoni bilan chambarchas bog'liq holda o'rganiladi. Shoumarov va uning ilmiy maktabi vakillari o'smirlik davrida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va sog'lom psixologik muhit nevroz holatlarining oldini olishda muhim omil ekanini ta'kidlaydilar [6].

Keng qamrovli adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, o'smirlik davridagi nevrotik holatlar ko'p omilli xarakterga ega. Biologik yetilish, shaxsiy identifikatsiya jarayonlari va ijtimoiy bosimning o'zaro ta'siri nevroz holatlarining shakllanishida muhim rol o'ynaydi [3].

Tadqiqotlar natijalari shuni anglatadiki, o'smirlarda nevrotik holatlarni erta aniqlash va psixologik yordam ko'rsatish kelajakda jiddiy psixik buzilishlarning oldini olish imkonini beradi [4].

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, o'smirlik davrida nevrotik holatlar shaxs rivojlanishining murakkab va ko'p qirrali jarayonlari bilan uzviy bog'liqdir. So'nggi besh yil davomida chop etilgan ilmiy adabiyotlar tahlili ushbu muammoni chuqurroq o'rganish va amaliy psixologik yordam tizimini kuchaytirish zarurligini yaqqol namoyon etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Essau, C. A., Adolescent anxiety and neurotic disorders. Journal of Adolescence. 2021. 89 bet.
2. Patel, V., The mental health of adolescents. The Lancet Psychiatry. 2022. 329 bet.
3. Compas, B. E., Coping and psychopathology in adolescence. Annual Review of Clinical Psychology. 2023. 480 bet.
4. Loades, M. E., Emotion regulation in adolescence. Clinical Child Psychology and Psychiatry. 2021. 692 bet.
5. Холмогорова.А.Б., Психическое здоровье подростков. Москва: Академия. 2021. 130 bet.
6. Shoumarov .G'.B., Yosh davrlari psixologiyasi. Toshkent: O'qituvchi. 2020. 198 bet.

ВЛИЯНИЕ РАННЕЙ КОРРЕКЦИОННОЙ ПОМОЩИ НА ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА

*Мамирова Феруза Сулаймоновна
Преподаватель университета Янги аср*

Аннотация. В статье освещается важность ранней коррекционной помощи в развитии интеллекта у детей с нарушениями слуха. На основе анализа научных источников обосновано, что раннее коррекционное вмешательство оказывает положительное влияние на развитие когнитивных процессов, речевого мышления и социального интеллекта

Ключевые слова: нарушение слуха, ранняя коррекция, интеллект, когнитивное развитие, инклюзивное образование

Сегодня вопрос полной интеграции детей с нарушениями слуха в общество приобретает актуальное значение. Научные исследования показывают, что при

несвоевременном выявлении нарушения слуха и отсутствии коррекционной помощи наблюдается отставание в интеллектуальном и когнитивном развитии ребенка. Поэтому ранняя коррекционная помощь является решающим фактором в развитии умственного потенциала ребенка.

Очень важное значение имеет оказание ранней коррекционной помощи детям с нарушениями слуха, что позволяет предотвратить системное недоразвитие речи. В противном случае задержка речевого развития приводит к замедлению интеллектуального развития у детей, особенно к недостаточному формированию словесно-логического мышления. Научные исследования показывают, что своевременное начало обучения и коррекционной помощи (до 2-3 лет) значительно приближает развитие детей с нарушениями слуха к норме и в некоторых случаях (25-27%) обеспечивает их возможность учиться в условиях инклюзивного образования.[7] Также раннее вмешательство предотвращает формирование тяжелых нарушений психического развития.

Эффективность ранней коррекционной помощи зависит от активного участия родителей, сотрудничества специалистов (сурдопедагогов, психологов, логопедов) и индивидуального подхода. Как отмечается в научных источниках, дети, прошедшие коррекционные программы в раннем возрасте, в дальнейшем в процессе обучения проявляют высокую интеллектуальную активность и способность к самостоятельному мышлению.

Проблемы организации и содержания работы с детьми раннего возраста с нарушениями слуха освещены в работах Н.А. Пай (1947), Э.Ф. Пай (1950), Б.Д. Корсунской (1970), Э.И. Леонгард, Э.Г. Самсоновой (1991), Н.Д. Шматко и Т.В. Пелымской (1995) и других ученых.[6,7] В этих исследованиях представлены важные рекомендации по организации работы с младенцами и детьми раннего возраста.

В научных источниках особо подчеркивается важность ранней коррекционной помощи детям с нарушениями слуха. По мнению исследователей, выявление нарушения слуха в раннем возрасте и несвоевременное начало коррекционного обучения приводит к системному

недоразвитию речи, что является основной причиной отставания в интеллектуальном развитии, особенно в формировании словесно-логического мышления.[1,2]

В зарубежных исследованиях научно обосновано влияние ранних вмешательств на когнитивное развитие. В частности, в работах М. Marschark и D. Spencer отмечается, что начало обучения в возрасте 2-3 лет приближает развитие детей с нарушениями слуха к норме, а в некоторых случаях (25-27%) обеспечивает их возможность успешно учиться в системе инклюзивного образования.[3,4]

Европейские ученые подчеркивают, что ранняя коррекционная помощь повышает интеллектуальную активность детей за счет развития средств коммуникации - устной речи, слухово-зрительного восприятия, тактильной и жестовой речи.[5] По их мнению, речевое развитие служит основой для формирования мышления.

В исследованиях ученых СНГ, в частности Л.С. Выготского и Р.М. Боскиса показано, что раннее коррекционное образование способствует активизации зоны ближайшего развития ребенка и систематическому формированию компонентов интеллекта - внимания, памяти и мышления. Боскис отмечает, что при отсутствии ранней помощи у детей, потерявших слух до 2 лет, может вообще не формироваться речь, а в возрасте 3-5 лет может наблюдаться фрагментация речи.[2]

Калмыковой З.И. установлено, что у 90% детей с нарушением слуха наблюдается нарушение структуры мыслительной деятельности. Это проявляется в безразличном отношении к заданию, отсутствии произвольного контроля за его выполнением в соответствии с заданными условиями и невозможности использовать методы поиска решений без непосредственной опоры на предметные действия. Калмыкова З.И. отмечает, что только у 18% учащихся младшего школьного возраста с нарушением слуха уровень развития структуры мыслительной деятельности приближается к средним возрастным нормам.

В отечественных исследованиях также подчеркивается важность ранней коррекционной помощи, отмечается, что комплексная психолого-педагогическая работа, проводимая с участием родителей, значительно повышает показатели интеллектуального развития детей. Это позволяет оценить раннюю коррекционную помощь как важное условие социальной адаптации детей с нарушениями слуха.

Необходимо разъяснять родителям детей с нарушениями слуха важность раннего начала коррекционной работы. Следует особо подчеркнуть, что без ранней коррекции глухие и слабослышащие дети остаются неговорящими до двух-трех лет. Вследствие недостатка общения с окружающими и нарушения возможностей восприятия звуков окружающей среды их общее развитие значительно отстает. В то же время практика подтверждает эффективность и высокую результативность ранней работы со слабослышащими детьми.

Необходимо ознакомить родителей с общими закономерностями речевого развития детей раннего возраста. Также следует подчеркнуть, что первые и вторые годы жизни чрезвычайно важны для развития слышащих и слабослышащих детей, поскольку именно в этот период возникают важные формы общения, служащие познанию предметного мира, пониманию речи, формированию ее ритмико-интонационных и звуковых аспектов. Формирование этих компонентов развития после трех лет протекает значительно сложнее и занимает больше времени.

Проанализированные исследования и научные источники показывают, что у детей с нарушениями слуха, особенно в раннем возрасте, наблюдаются нарушения в структуре речевой и мыслительной деятельности. Это ограничивает возможность ребенка полноценно взаимодействовать с окружающей средой и приводит к задержке речевого развития. Как доказано на практике, ранняя коррекция и комплексный педагогический подход положительно влияют на общее развитие ребенка, обеспечивают эффективное формирование речевой и познавательной деятельности.

В заключение можно отметить, что, хотя большинство исследований подчеркивают положительное влияние ранней коррекционной помощи, некоторые работы сосредоточены только на речевом развитии. Количество исследований, направленных на комплексную оценку развития интеллекта, невелико. Поэтому в современных исследованиях актуальным является совместное изучение когнитивного и эмоционального интеллекта.

На основании приведенных выводов можно дать следующие рекомендации.

Организовать наблюдение за детьми с нарушениями слуха у сурдолога и дефектолога с первых месяцев жизни и проводить раннюю коррекционную работу.

Обеспечить родителей воспитательно-методическими рекомендациями о речевом и общем развитии ребенка, а также о способах общения дома.

Разработать индивидуальные коррекционно-педагогические программы с учетом индивидуальных особенностей ребенка, в том числе степени нарушения слуха, возраста и особенностей психического развития.

Реализовать мультидисциплинарный подход, обеспечивая сотрудничество сурдопедагога, логопеда и психолога в коррекционном процессе.

Список литературы

1. Выготский Л.С. Проблемы развития психики. — М.: Педагогика, 1983.
2. Боскис Р.М. Глухие и слабослышащие дети. — М.: Просвещение, 2004.
3. Marschark M. Raising and Educating a Deaf Child. — Oxford University Press, 2010.
4. Spencer P.E., Marschark M. Evidence-Based Practice in Educating Deaf and Hard-of-Hearing Students. — Oxford, 2015.
5. Knoors H., Marschark M. Teaching Deaf Learners. — Oxford University Press, 2014.
6. Mamirova F.S. (2025). ESHITISHDA NUQSONI MAVJUD BOLALARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. Academic research in educational sciences, 6(NUU Conference 1), 161-163.

7. Mamirova, F.S. (2023). ESHITISHIDA NUQSONI BO'LGAN BOLALARDA TAFAKKUR RIVOJLANISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. *Academic research in educational sciences*, 5(NUU Conference 2), 395-399.

O'QUVCHILARNING TURLI YOSH DAVRLARIDA SHAXSIY, AQLIY VA IJTIMOIIY RIVOJLANISHI, ULARNING AQLIY RIVOJLANISHIDA SODIR BO'LISHI MUMKIN SALBIY OG'ISHLAR

*Abdumalikov Javlonbek Abdulvohid o'g'li
Namangan viloyati Norin tumani,
Mahmudova Roxilaxon Mo'minjon qizi
Namangan viloyati Norin tumani 10-maktab*

Insonni shaxs sifatida shakllanishiga asosan 3 xil omil ta'sir ko'rsatadi. Bular quyidagilar: 1. Irsiyat (biologik, fiziologik) 2. Oila (oiladagi psixologik muxit) 3. Ta'lim-Tarbiya (ijtimoiylashuv). Xozirgi kunda globallashib borayotgan o'ziga xos murakkab vaziyat hamda jamiyatning taraqqiy topishida o'z o'rnini egallab borayotgan qiyin davrda o'quvchilarni psixologik va ijtimoiy rivojlanishi tobora qiziqarli va murakkab aks etmoqda. Bu borada keng ko'lamli ishlar amalga oshirib borilmoqda. Bolalar va o'smirlar o'rtasida xulq og'ishi va qonunbuzarliklarning oldini olishda quyidagilarga e'tibor qaratish maqsadga muvofiqdir:

- xulq og'ishiga ega bo'lgan bolalar va o'smirlar shaxsida asotsiallik, ruhiy beqarorlik, o'zgaruvchanlik, affektga moyillik kabi xususiyatlarning yaqqol ifodalanganligidan kelib chiqib, ular yashayotgan oila va ijtimoiy muhitni sog'lomlashtirish, shaxslararo munosabatlarni yaxshilash natija beradi;

- voyaga etmaganlar o'rtasidagi xulq og'ishining kelib chiqishi asosiy sabablari sifatida bolalar va o'smirlar faoliyatini nazorat qilmaslik, oilada bola tarbiyasiga e'tiborning susayishi kabilar namoyon bo'lganligidan kelib chiqib, oilada va oiladan

tashqarida bolalar va o'smirlar faoliyatini, bo'sh vaqtlarida nima bilan shug'ullanayotganligini nazorat qilish va oilada bola tarbiyasiga e'tiborni kuchaytirish maqsadga muvofiqdir;

- kriminogen xulqli oilalarni aniqlash, ularda tarbiyalanayotgan bolalar va o'smirlar ahvolidan xabardor bo'lib turish;

- moddiy maishiy sharoitning etarli emasligi voyaga etmaganlarda xulq og'ishining kelib chiqishiga ta'sir etishligini hisobga olib, bunday oilalarga mahalliy hokimiyat, ijtimoiy ta'minot va xayriya jamg'armalari tomonidan moddiy yordamlar berib turishni tashkil etish;

- ota-onalar, katta yoshdagi kishilar va o'qituvchilar tomonidan bolalar va o'smirlarga nisbatan qo'llanilayotgan qattiqqo'l, qo'pol va adolatsiz munosabatlarga barham berish;

- voyaga etmaganlarda xulq og'ishi ko'pincha ota-onalar, o'qituvchilarning bolalar va o'smirlar psixologiyasini bilmasdan turib munosabatda bo'lishliklari Bolalar va o'smirlar o'rtasida xulq og'ishi va qonunbuzarliklarning oldini olishda quyidagilarga e'tibor qaratish maqsadga muvofiqdir:

- xulq og'ishiga ega bo'lgan bolalar va o'smirlar shaxsida asotsiallik, ruhiy beqarorlik, o'zgaruvchanlik, affektga moyillik kabi xususiyatlarning yaqqol ifodalanganligidan kelib chiqib, ular yashayotgan oila va ijtimoiy muhitni sog'lomlashtirish, shaxslararo munosabatlarni yaxshilash natija beradi;

- voyaga etmaganlar o'rtasidagi xulq og'ishining kelib chiqishi asosiy sabablari sifatida bolalar va o'smirlar faoliyatini nazorat qilmaslik, oilada bola tarbiyasiga e'tiborning susayishi kabilar namoyon bo'lganligidan kelib chiqib, oilada va oiladan tashqarida bolalar va o'smirlar faoliyatini, bo'sh vaqtlarida nima bilan shug'ullanayotganligini nazorat qilish va oilada bola tarbiyasiga e'tiborni kuchaytirish maqsadga muvofiqdir;

- kriminogen xulqli oilalarni aniqlash, ularda tarbiyalanayotgan bolalar va o'smirlar ahvolidan xabardor bo'lib turish;

- moddiy maishiy sharoitning etarli emasligi voyaga etmaganlarda xulq og'ishining kelib chiqishiga ta'sir etishligini hisobga olib, bunday oilalarga mahalliy hokimiyat,

ijtimoiy ta'minot va xayriya jamg'armalari tomonidan moddiy yordamlar berib turishni tashkil etish;

- ota-onalar, katta yoshdagi kishilar va o'qituvchilar tomonidan bolalar va o'smirlarga nisbatan qo'llanilayotgan qattiqqo'l, qo'pol va adolatsiz munosabatlarga barham berish;

- voyaga etmaganlarda xulq og'ishi ko'pincha ota-onalar, o'qituvchilarning bolalar va o'smirlar psixologiyasini bilmasdan turib munosabatda bo'lishliklari natijasida kelib chiqayotganligini hisobga olib ota-onalar va o'qituvchilarning psixologik bilimlarni oshirish tadbirlarini belgilash;

- voyaga etmaganlarda xulq og'ishining oldini olishda bolalar va o'smirlarning yosh va individual-psixologik xususiyatlarini hisobga olish.

Demak-ki, o'quvchi shaxsini individual psixologik xususiyatlarini har tomonlama mukammal tahlil qilish ularni o'qitish va tarbiyalash samaradorligining muhim shartlaridan biridir. Tarbiyaning salbiy omillar va sharoitlari eng yoqimsiz tarzda, umuman o'sib kelayotgan shaxsning, avvalo, uning butun ahloqiy-irodaviy xususiyatlarining shakllanishiga ta'sir etadi. O'quvchining ahloqiy rivojlanishi asosan uning tevarak-atrofdagi kishilarga va atrofdagilarning unga bo'lgan o'zaro munosabati va o'zaro ta'sir xususiyatlari bilan bog'liq ekan, o'qituvchilardan pedagogik jihatdan o'z holiga tashlab qo'yilgan va tarbiyasi qiyin, huquqbuzarlik va giyohvandlikka moyilligi bor, o'zlashtirishi past bo'lgan o'quvchilarning o'ziga xos psixologik xususiyatlarini bilishlari, amaliyotchi psixologlardan esa mavjud holatlarning oldini olish va barataraf etish usullaridan samarali foydalanishlari talab etiladi.

O'quvchilardagi psixologik xususiyatlar, rivojlanishida o'ziga xos tomonlar, ular o'rtasida salbiy odatlarni oldini olish va boshqa masalalar doirasida umumta'lim maktablari amaliyotchi psixologlari tomonidan qator tadbirlar, ya'ni psixotrening va psixokorreksion ishlar olib boriladi. Maktablarda bolalarga nisbatan ba'zan "tarbiyasi qiyin bola" jumlasini ishlatiladi. Asosan tarbiyasi qiyin bolalar deganda ko'p holatlarda voyaga etmaganlar bilan ishlash nazoratchilari ro'yxatida hisobga olingan, giyohvandlik va spirtli ichimlik ichishga, bezorilik va o'g'rilikka moyil o'quvchilar nazarda tutiladi. Kuzatishlardan ma'lum bo'lishicha, tarbiyasi qiyin bolalar tarbiya

jarayonida pedagogik ta'sirlarga qarshilik ko'rsatadi, ularning hulqida o'zini biz hohlaganday tutmaslik holatlari kuzatiladi.

Tarbiyasi qiyin bolalar kelib chiqishining asosiy sabablaridan biri ularda o'qishga nisbatan salbiy munosabatning paydo bo'lishidir. Odatda bunday munosabatning paydo bo'lishiga boshqa sabablar ham ta'sir ko'rsatishi mumkin. Jumladan o'quv faoliyati usuli, malakalari to'la tarkib topmaganligi sababli nisbiy bilim olish bilan qanoat hosil qilish, o'zlashtirish qobiliyatining sust rivojlanganligi, muayyan vaziyatlarda xukm va xulosa chiqarishda qiyinchilikka duch kelish, o'qituvchilar tomonidan o'quvchiga ob'ektiv baho berilmasligi, o'qituvchi tomonidan bolaning individual-psixologik va intellektual imkoniyatiga etarlicha e'tibor berilmasligi, o'qitish saviyasining pastligi, darslarning qiziqarsiz o'tilishi, o'quvchining sinf jamoasi bilan yaxshi aloqada bo'lmasligi va boshqalar. O'quvchi bilan jamoa fikrining mos kelmasligi uning jamoa ichida o'z o'rmini borgan sari yo'qotib borishiga sabab bo'ladi. Jamoa a'zolari bunday o'quvchining qarashlarini vaqti-vaqti bilan hisobga olishlari yaxshi natija berishi mumkin. O'quvchining fikr va qiziqishlarini jamoaning qo'llab quvvatlamasligi yoki beparvoligi uni qonunbuzarlikka undaydi va giyohvandlik kabi salbiy holatlarning kelib chiqishi uchun imkoniyat yaratadi. Natijada bola uchun kelajak rejalarining poymol bo'lish xavfi tug'ilib, o'qishdan va jamoadan yuz o'giran o'smir o'z kelajagini, orzu-umidlarini maktab va tengdoshlari faoliyatiga bog'lashdan ko'ra, yangi "do'stlari" bilan aloqa qilishni afzal ko'radi va boshqa kishilardan najot izlaydi. Buning natijasida o'smir nosog'lom xulqli bolalar to'dasiga tushib qoladi va ular xulq –atvoriga xos bo'lgan xarakterga ega bo'ladi. Bundan tashqari, oilaviy sharoitning salbiy ta'siri ham tarbiyasi og'ir o'smirlarning kelib chiqishiga sabab bo'ladi. Ayrim oilalarda bola uchun zaruriy imkoniyatlar mavjud emasligi sababli bola nohush holat bilan yolg'iz kurash olib borish kechinmalari bilan yashaydi. O'smir dunyosida oilaviy sharoitga nisbatan paydo bo'lgan norozilik hissi kundan kun avj olib, ichki qo'zg'olonga aylanib boradi. Bundan tashqari, ota-ona o'rtasidagi munosabatlarning nosog'lomligi, ba'zi ota-onalarning spirtli ichimliklarga ruju qo'yishlari ham bolaning ruhiy dunyosiga ta'sir ko'rsatadi.

Ko'pincha, o'quvchilardagi tarbiyasi qiyinlik oiladagi va ta'lim tizimidagi pedagogik qarovsizlik natijasida yuzaga keladi..

Pedagogik qarovsizlik quyidagi darajalarda tavsiflanadi:

1.Past. Hatti-harakat, xulq-atvordagi beqarorlik. O'z "men"iga ortiqcha baho berish. Asosan yoshiga xos bo'lgan xarakter belgilarining ustunlik qilishi.

2.O'rta. Kattalar va tengqurlari bilan aloqaning buzilishi. O'qish va mehnatga qiziqmaslik, nizolar egoistik yo'nalishga asoslanishi. Pedagogik ta'sir choralari to'g'ri qabul qilingan holda unga amal qilmaslik.

3.Yuqori. Salbiy xarakter xususiyatlari yaqqol namoyon bo'ladi. Huquqbuzarlik oshkora qilinadi. Kattalar bilan o'zaro munosabatda tajovvuzkor bo'ladi. O'zlari to'g'ri deb qabul qilgan "ahloq normalari"ni oqlashga urinadilar. Ular huquqbuzarlik chegaralarini tushunib etmaydilar.

4.Kriminal. Voyaga etmagan huquqbuzarlar bo'lib, ularning hulq-atvorini boshqarib bo'lmaydi. Bundaylar har qanday tarbiya vositalariga qarshilik ko'rsatadilar. Hatti-harakatlarida tajovvuzkorlik ko'proq uchraydi. Ular o'zlarining huquqbuzarlik motivlarini o'zlari belgilagan "ahloqiy me'yorlar" bilan o'lchaydilar, natijada jinoyatga qo'l uradilar.

Amaliyotchi psixolog avvalo bolalarning oilaviy ahvolini o'rganish, maktab bilan ota-ona o'rtasida uzviy aloqani o'rnatish, fan o'qituvchilari bilan aloqani mustahkamlash, o'quvchining darsga qatnashini kuzatish, darsdan tashqari faoliyatini nazorat qilish, turli savol-javoblar o'tkazish orqali tarbiyasi og'ir bolalar bilan ishlash dasturi va rejalarini belgilab olishi lozim. Bundan tashqari psixolog maktab shifokori, tashxis markazi shifokori bilan hamkorlikda bolaning tibbiy varaqasi bilan ham tanishib chiqishi kerak bo'ladi. Agar bola sog'lom rivojlangan bo'lsa-yu, maktab va oila tarbiyasiga bo'ysunmasa, bunday vaziyatlarda psixolog yordamga kelishi va avvalo bola bilan suhbatlashib, nima uchun uning hulqida bunday o'zgarishning yuzaga kelganligi, ko'cha ta'siriga berilishi, salbiy norasmiy guruhlariga a'zo bo'lib qolishi, darsni sababsiz qoldirishi, past o'zlashirishi, jamoat ishlarida qatnashmaslik sabablarini aniqlaydi.

O'smirlar va bolalar psixikasining yosh davrlarida o'ziga xos xususiyati mavjud bo'lib, ular quyidagilardan iborat:

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

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Ғозиев Э.Ғ. Психология методологияси: ўқув қўлланма. – Т.: Noshir, 2013.
2. Ғозиев Э.Ғ. Психология (ёш давлари психологияси). –Т.: “Ўқитувчи”, 1994.

POSSIBILITIES OF PSYCHOCORRECTION OF MENTAL STRESS IN THE INDIVIDUAL

Khujakova Nafisa Yuldashevna
Master's student of Kimyo International University in Tashkent

Abstract. This article examines the possibilities of psychocorrection of mental stress in the individual from a psychological perspective. Mental stress is considered as a complex psycho-emotional state that negatively affects cognitive processes, emotional stability, and social functioning. The study highlights modern psychocorrectional approaches, including cognitive-behavioral techniques, emotional self-regulation methods, relaxation practices, and meaning-oriented interventions. Theoretical views of leading psychologists emphasize the role of cognitive appraisal, emotional awareness, and personal resources in reducing stress levels. The findings indicate that a comprehensive psychocorrectional approach contributes to enhancing stress resistance, psychological well-being, and adaptive potential of the individual.

Keywords: mental stress, psychocorrection, emotional regulation, stress resistance, psychological well-being, cognitive-behavioral approach.

Introduction. The rapid socio-economic development of modern society, the sharp increase in information flows, the intensification of competitive environments, and the acceleration of the pace of life have significantly heightened the demands placed on the human psyche. Under such conditions, individuals encounter various social, academic, and professional pressures in their daily lives, leading to a persistent state of mental stress. Mental stress is defined as a psychological condition arising from an imbalance between external demands and an individual's internal resources, which disrupts adaptive mechanisms and negatively affects overall psychological functioning. Scientific research conceptualizes mental stress as a factor that adversely influences psycho-emotional stability, cognitive functioning, and social interactions. In particular, prolonged or intense stress states contribute to the deterioration of attention and memory processes, a decline in logical thinking and decision-making abilities, as well as increased emotional instability, anxiety, and internal conflicts. Such conditions hinder effective social adaptation and professional performance and may also create a predisposition for the development of psychosomatic disorders.

From this perspective, psychocorrectional approaches aimed at preventing and reducing mental stress and activating an individual's internal psychological resources acquire particular scientific and practical significance. Psychocorrection is regarded as a set of effective psychological interventions designed to balance emotional states, enhance stress resilience, and develop adaptive flexibility and self-regulation skills. These approaches enable individuals to mobilize their internal capacities, constructively process negative psychological states, and achieve more effective adaptation to life situations.

Object of the research – mental stress states in the individual and their impact on psycho-emotional and social functioning.

Subject of the research – psychocorrectional methods and technologies aimed at reducing and overcoming mental stress in the individual, as well as the mechanisms of their effectiveness.

Results and Discussion. G. Selye defines stress as the organism's **nonspecific response to any demand** and considers it an integral component of the adaptation process. According to him, prolonged strain depletes the organism's adaptive reserves and may lead to the development of psychosomatic disorders. R. Lazarus and S. Folkman associate psychological stress with an individual's **subjective appraisal of a situation**. Within their cognitive appraisal theory, the source of stress lies not in the situation itself, but in the individual's perception of it as threatening or uncontrollable. Therefore, addressing cognitive interpretations is of crucial importance in the process of psychocorrection. In addition, modern psychology includes scholars who examine the impact of psychological stress on personality functioning. In particular, A. Bandura emphasizes that individuals with a low level of self-efficacy demonstrate reduced resistance to stress. Such individuals tend to exhibit heightened anxiety, internal conflict, self-blame, and emotional instability. Furthermore, within K. Rogers' humanistic approach, psychological tension is associated with a discrepancy between the "real self" and the "ideal self." When individuals fail to adequately recognize their needs and capabilities, internal tension and emotional strain intensify.

Psychocorrection represents a **systematic complex of psychological interventions** aimed at balancing the emotional, cognitive, and behavioral domains of personality. It serves to reduce stress and other negative psychological states, activate internal personal resources, and enhance social and professional adaptability. Contemporary psychological research indicates that psychocorrection yields the most effective outcomes when it is tailored to individual characteristics, the person's psychological state, and the specific context of activity (Leontyev, 2000; Vygotsky, 1984). L.S. Vygotsky's theory is particularly significant in emphasizing the importance of considering the **Zone of Proximal Development**. According to this concept, there exists a range of activities that an individual cannot perform independently but can accomplish with psychological assistance. In the process of psychocorrection, this framework facilitates the identification of existing capabilities and supports individuals in achieving an optimal level of development. For example, in stress management training sessions, the psychologist's guidance enhances students' ability to recognize

their emotions, process negative reactions constructively, and apply adaptive coping strategies.

Moreover, research demonstrates that the effectiveness of psychocorrection increases when an **integrative approach** addressing motivational, emotional, and cognitive components is applied. For instance, interventions aimed at strengthening emotional stability enhance psychophysiological resilience to stress, while cognitive training improves decision-making and logical thinking skills. At the same time, modifying behavior and developing constructive coping strategies contribute to improved social adaptation, thereby increasing the socio-psychological effectiveness of the psychocorrection process.

Consequently, psychocorrection is regarded as a **comprehensive method of personality development**, aimed not only at reducing psychological stress but also at fostering emotional stability, cognitive potential, and adaptive behavior in an integrated manner. This approach, grounded in Vygotsky's theory and the concept of the zone of proximal development, enables individualized psychological support in applied practice.

In this context, A. Ellis's rational-emotive therapy demonstrates that stress is fundamentally rooted in **irrational beliefs**. Identifying these beliefs and replacing them with rational and constructive cognitions during psychocorrection significantly reduces psychological tension. Scientific evidence further indicates that the following psychocorrective approaches are particularly effective in reducing psychological stress:

1. **Cognitive-behavioral approach** – identifying and restructuring maladaptive thoughts and behaviors that generate stress;
2. **Autogenic training and relaxation techniques** – reducing muscle tension and balancing the autonomic nervous system;
3. **Emotional self-regulation techniques** – recognizing emotions and expressing them constructively;
4. **Approaches based on moral and spiritual resources** – strengthening life meaning, values, and goals (V. Frankl).

Within V. Frankl's logotherapy, the comprehension of life meaning is regarded as a crucial factor in overcoming stress and psychological strain. Individuals who possess a meaningful life orientation demonstrate greater psychological resilience when coping with stressful situations.

Conclusion. Scientific analyses and psychological research indicate that psychocorrection of psychological stress in individuals requires a complex and systematic approach. Since psychological stress can exert a significant influence on a person's psycho-emotional stability, cognitive functioning, and social relationships, the effectiveness of psychocorrection largely depends on its ability to integrate multiple interrelated components. The psychocorrective process achieves optimal outcomes when it is implemented through the integration of an individual's cognitive appraisals, emotional experiences, affective responses, and behavioral strategies. For instance, the cognitive component facilitates the identification of the underlying causes of stress, the constructive restructuring of maladaptive thoughts, and the optimization of decision-making processes. The emotional component focuses on the regulation of emotional experiences, the reduction of internal conflicts, and the enhancement of psychological stability. The development of behavioral strategies, in turn, ensures that individuals demonstrate adaptive and constructive responses in real-life situations.

Contemporary psychological approaches, particularly cognitive-behavioral therapy, humanistic interventions, and methods based on moral and spiritual resources, demonstrate high effectiveness in reducing psychological stress. Empirical evidence suggests that these approaches enhance stress resilience, mobilize internal resources, and promote the development of self-regulation, problem-solving skills, and the ability to integrate effectively within the social environment.

References

1. Selye H. Stress of life. – New York: McGraw-Hill, 2016. – 515 p.
2. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. – New York: Springer Publishing Company, 1984. – 456 p.
3. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. – New York: W.H. Freeman and Company, 1997. – 604 p.
4. Rogers C. R. Client-centered therapy: Its current practice, implications, and theory. – Boston: Houghton Mifflin, 1951. – 560 p.

5. Ellis A. Reason and emotion in psychotherapy. – New York: Lyle Stuart, 2017. – 384 p.
6. Frankl V. E. Man's search for meaning. – New York: Washington Square Press, 1985. – 165 p.
7. Leontyev D. A. Psikhologiya smysla: Priroda, struktura i dinamika smyslovoy real'nosti. – Moscow: Smysl, 2000. – 487 p.
8. Vygotsky L. S. Mind in society: The development of higher psychological processes. – Cambridge: Harvard University Press, 1978. – 159 p.
9. Shapiro S. L., Brown K. W., Biegel G. M. Teaching self-care to caregivers: Effects of mindfulness-based stress reduction on the mental health of therapists in training // Training and Education in Professional Psychology. – 2007. – Vol. 1, № 2. – P. 105–115.

VOYAGA YETMAGAN O'QUVCHI YOSHLAR O'RTASIDA ZO'RAVONLIKNI, XULQIDAGI SALBIY O'ZGARISHLARNI OLDINI OLISHDA OTA-ONALAR VAZIFALARI TAHLILI

*Yulduzoy Sharipova Latipovna
Qashqadaryo viloyati Kitob tumani 35-maktab amaliyotchi psixologi*

Bugungi kunda “Mutolaa madaniyati”, “Kitobxonlik madaniyati”, “O‘qish madaniyati” kabi atamalar bilan qo‘llanilib kelayotgan ijtimoiy hodisalar axborot olish madaniyatining tarkibiy qismlaridir.

“Mutolaa” so‘zi arabcha “o‘qish” degan ma’noga ega bo‘lsa-da, bugungi kundaukitobo‘qishdan ko‘ra kengroq tushunchani anglatmoqda. A. Umarov fikricha: “Mutolaa” madaniyati ijtimoiy guruhlar, uyushmalar va alohida individlarning umumiy ma’lumot olishga yo‘naltirilgan jarayon, xulq-atvor va faoliyatlari mazmuni hamda tarkibiy tizimlarida yuz beruvchi o‘zgarishlarmajmuini ifodalovchi bilimlar, me’yorlar, ijtimoiy hodisalar va boshqa atributlardir. Ayni chog‘damutolaa madaniyatini ta’lim tizimlari orqali maxsus shakllantiradigan, ixtisoslashgan ma’lumotni inson hayoti davomida turli manbaalar - kitoblar (badiiy, ilmiy, o‘quv, qomusiy), ommaviy axborotvositalari (gazeta, jurnal, televideniya, radio va shu kabilar), zamonaviy axborot texnologiyalari (internet, elektron gazeta, jurnal, qo‘llanma va hokazolar), shuningdek, subyekt bilan bevosita muloqotga kirishuvchi

shaxslar (oila a'zolari,...) orqali ega bo'linadigan turli yo'nalish va shakldagi umumiy ma'lumotdan farqlash lozim bo'ladi». Professor E.I.Yo'ldoshev «O'qish madaniyati» tushunchasiga shunday ta'rif beradi: «O'qish madaniyati - juda keng qamrovli tushuncha bo'lib, kitobga qiziqish va uni sevish, adabiyot bilan kengroq tanishishni, kitob va u bilan ishlash haqidagi 18 maxsus bilimlarga ega bo'lishni, shuningdek, kitobdan to'la ravishda foydalanishga yordam beruvchi ko'nikma va malakaga ega bo'lishni taqozo etadi». Jumladan, axborot olish madaniyati badiiy adabiyotni to'g'ri tushunish, undan estetik zavq olish, shuningdek, ilmiy adabiyotlar, barcha turdagi resurslar bilan ishlash, ma'lumot-bibliografiyava barcha turdagi axborot materiallaridan o'zini qiziqtirgan ma'lumotlarni qidirib topish, cheksiz axborot oqimlari orasidan kerakli, muhim bo'lgan ma'lumotlarni ola bilish, o'z kasbiy malakalarini oshirishda foydalanish, axborot-kutubxona muassasasidan to'g'ri foydalanish yo'llarini o'rganishham axborot olish madaniyati tushunchasi doirasiga kiradi. Axborot olish madaniyatini to'liqegallagan shaxsga nisbatan esa kitobxon terminini qo'llash o'rinlidir. Safo Matchon: «Kitobxonlik - o'qilgan kitoblar soni bilan belgilanmaydi, balki utushunibo'qish, ya'ni maqsadli o'qishdir. Shundan kelib chiqib aytish mumkinki, kitobxonning yozuvchi aytmoqchi bo'lgan fikrini nechog'li uqishini, ya'ni asar «tili»ga tushunishi kitobxonlikmadaniyati,talanti darajasi ko'rsatadi. Shu tufayli adabiyotimiz talantli yozuvchilar bilan birga talantli kitobxonlarga ham hamisha ehtiyoj sezadi». Uning fikricha kitobxonlik talanti tug'ma emas, balkitarbiya vositasida kamol topadi. Kitobxonlik haqida gap ketganda, olmon mutafakkiri Gyotening quyidagi fikrini keltirish joizdir: «Kitobxonlikka o'rganish uchun qanchalik ko'pvaqt sarf qilinishini odamlar tasavvur qilmaydilar, buning uchun men hayotimning 80 yilini bag'ishladim,lekin hali ham o'rgandim, deb ayta olmayman». Professor V.F.Asmus o'zining «Kitobxonlik-mehnat va ijod» nomli maqolasida esa kitobxonlikka shunday ta'rif beradi: «Mutolaa vaqtida asar bir ko'zadan ikkinchi ko'zaga kuyilgan suv kabi kitobxon miyasiga quyilib qolmay, balki ijodkor kitobxon tomonidan qayta idrok etiladi». «Taraqqiy etgan xorijiy mamlakatlarda, - deb yozadi H.To'xtaboyev kitobxonlik fan darajasiga ko'tarilgan.

Kitobxonlik kitobni targ'ib qilishgina emas, balki kitob o'qishni, o'qiladigan kitobni tanlay olishni, mag'zini chaqishni, ya'ni kitob yordamida o'zini anglashni o'rgatish hamdir». «Axborot olish madaniyati» kontekstida uning tarbiyaga muhtoj elementlarini aniqlaymiz:

- o'qishga, axborot olishga mayl, havas, ishtiyoqni shakllantirish;
- o'qilgan kitob orqali fikrlash yo'llarini o'rgatish;
- mavjud kitobxonlik malakalarini takomillashtirish.

Ta'lim o'qitish, o'qish, rivojlanish mujassam amalga oshiriladigan jarayondir. Axborot olish madaniyatini tarbiyalash ta'lim jarayonida amalga oshadi. Egallagan bilimlar o'quvchilarni izchil shakllantirib borishni ta'minlaydi. Ta'lim jarayonining mazmunini tashkil qiluvchi bilim, ko'nikma va malakalar faqatgina sinfda o'qitiladigan darslarda shakllanib qolmasdan, balki sinfdantashqari, aniqrog'i axborot-kutubxona muassasalarida mustaqil tarzda shug'ullanish orqali egallanadi. Axborot-kutubxonachilik ishidagi mavjud tajriba shuni ko'rsatadiki, axborot olish madaniyatini tarbiyalashning eng samarali vositasi - axborot kutubxonachilik bilimlarining o'quvchilar orasida targ'ib qilishdir. Buning eng samarali yo'llaridan biri bo'lib axborot-kutubxonachilik darslarini tashkil etish hisoblanadi. Axborot olish, u bilan ishlashning asosiy usullari haqida ma'lumot berish axborot-kutubxonachilik darslarining negizini tashkil etadi. Ushbu darslarda axborot bilan ishlash, kitob bilan tanishish, kitobni bevosita o'qish, eng muhimi, uni uqish, o'rganish malakalari singdirib borilishi kerak. Shuningdek, elektron kutubxonadan foydalanish, elektron kataloglar, ma'lumotlar bazalari haqida axborotga ega bo'lish, ulardan foydalanishni o'rganish kabilar kiradi. Bu esa o'z-o'zidan amalga oshadigan, jo'n narsa emas, albatta. Buning uchun axborot-kutubxona muassasalari mutaxassislaridan juda keng bilim, mahorat talab qilinadi.

Axborot-kutubxonachilik darslarini qay tarzda tashkil etish mumkin, degan savolga ham javob berib o'tish lozim. Tajriba shuni ko'rsatadiki, axborot-kutubxonachilik darslarini o'tkazish uchun sinfdan tashqari darslar va tarbiyaviy soatlardan alohida soatlar ajratib olish mumkin. Dars jadvali tuzishda asosan sinflar soni, nazariy va amaliy 19 dars soatlari, o'qituvchi va kutubxonachi o'tkazadigan

soatlar, darsni o'tkazish joyini, ya'ni sinfdayoki axborot-kutubxona muassasasida o'tkazilishini aniqab olish zarur. Ayni paytda bir necha tashkiliy masalalarni ham hal etish zarur. Chunonchi, ko'pgina o'qituvchilar dars berish uslubiyotini yaxshi egallagan bo'lsalar-da, axborot-kutubxonachilik sohasida yetarli bilim va malakaga ega bo'lmaydilar. Kutubxonachilar esa aksincha. Shu sababli ham o'qituvchilarga axborot-kutubxonachilik sohasidan ma'ruzalar o'qib, ularni axborot-kutubxonalar faoliyati bilan tanishtirish, kutubxonachilarga esa dars o'tish qoidalari, uslubiyotini o'rgatish muhimdir. Bizningcha, hozirgi kun talablaridan kelib chiqqan holda o'quvchilarda axborot olish madaniyatini tarbiyalashning o'ta muhimligini hisobga olib axborot-kutubxonachilik darslarini ommalashtirish, yo'lga qo'yish zarur. Avvalo, buning uchun masalaning tashkiliy jihatini hal etish, ya'ni axborot-kutubxonachilik darslarini yo'lga qo'yish yuzasidan qaror qabul qilish, shuqarorga asosan umumiy o'rta ta'lim muassasalari va axborot-kutubxona muassasalar faoliyatini muvofiqlashtirish, axborot-kutubxonachilik darslarini tashkil etish va o'tkazishning aniq shakllarini ishlab chiqish zarur. Axborot-kutubxona muassasasida o'quvchilar axborot olish madaniyatini tarbiyalash masalasini hal qilish faqat ta'lim-tarbiya jarayoniga aloqador bo'lmasdan, balki jamiyatning ijtimoiy rivojlanishi, ma'naviy yuksalishi bilan bog'liq, davlatning strategik maqsadlariga xizmat qiluvchi faoliyatiga ham daxldordir. Shu sababli ham mazkur muammo ijtimoiy hayotning boshqa sohalari bilan kompleks o'rganishni taqozo qiladi. Binobarin, tadqiqotnatijalari ko'rsatganidek, kutubxonada o'quvchilar axborot olish madaniyatini tarbiyalash masalasi pedagogika, psixologiya, falsafa, adabiyotshunoslik, sotsiologiya kabi qator fanlar erishgan yutuqlarga tayangan holdagina hal etilishi mumkin. Kam o'qishning salbiy oqibatlari juda ko'p: kishida mustaqil fikrlash qobiliyati, voqelikniteran idrok etish, hodisalarga munosabat bildirish, oq-qorani farqlay bilish ko'nikmalari to'liqshakllanmaydi; milliy madaniyat, tarix va an'analar bilan keng tanish bo'lmaydi; ma'naviy qashshoqlik va ojizlik kelib chiqadi; hayotda muammolarga duch kelganda yechimtopishgaqiynaladi, o'zini irodasiz sanaydi; savodxonligi past bo'ladi, so'z boyligi kamligi sababli fikrini to'la ifodalab berolmaydi; madaniy nutq uchun qo'yiladigan (aniqlik, to'g'rilik, mantiqiy muvofiqlik, jo'yalilik, soflik kabi) talablarga mos, kompozitsion jihatdan mukammal

matn yaratishda, jumlarlar tuzishda qiyinchiliklarga duch keladi. Buning isboti sifatida aytishimiz mumkin, onatili va adabiyot darslarida insho, bayon, diktant yozdirganimizda, aksariyat ta'lim oluvchilarning yozma ishida juda ko'p imlo, ishoraviy va uslubiy xatolar uchrashiga, ko'pchilik o'quvchilarning ijodiy ishlari saviyasi juda past ekanligiga guvoh bo'lamiz.

Foydalanigan adabiyotlar:

1. M.Inomova. Oilada bolalarning ma'naviy-axloqiy tarbiyasi. T.: 1999.
2. <https://yuz.uz/uz/news/manaviy-tarbiya--taraqqiyot-poydevori>.
3. Umarov A. Mutolaa madaniyati: shaxs, jamiyat, taraqqiyot. -T.: Fan, 2004. -B. 78-79.
4. E.G'.G'oziyev. "Psixologiya fanini o'qitish metodikasi". T.: Universitet. 2006.

**ОСНОВНЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФУНКЦИИ РЕЧИ В
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНОГО ПСИХОЛОГА**

Мирасилова Тамила

*Методист-психолог отдела Республиканского центра профессиональной
ориентации и психолого-педагогической диагностики учащихся*

Аннотация: В статье рассматриваются основные психологические функции речи с позиции деятельности школьного психолога. Речь анализируется как сложный психофизиологический и социально обусловленный процесс, выполняющий коммуникативную, интеллектуальную, регуляционную, психодиагностическую и психотерапевтическую функции. Особое внимание уделяется роли речи в психическом развитии учащихся, формировании саморегуляции, когнитивных процессов и эмоциональной устойчивости. Обосновывается значение анализа речевой деятельности в диагностической, коррекционной и профилактической работе школьного психолога.

Ключевые слова: речь, психологические функции речи, школьный психолог, психическое развитие, саморегуляция, психодиагностика, психотерапевтическая функция.

Annotatsiya: Maqolada nutqning asosiy psixologik funksiyalari maktab psixologi faoliyati nuqtayi nazaridan yoritilgan. Nutq shaxs psixikasini

shakllantiruvchi murakkab psixofiziologik va ijtimoiy jarayon sifatida tahlil qilinadi. Nutqning kommunikativ, intellektual, regulativ, psixodiagnostik va psixoterapevtik funksiyalarining o'quvchilar psixik rivojlanishidagi ahamiyati ochib berilgan. Maktab psixologi amaliyotida nutq tahlilining diagnostik, korreksion va profilaktik imkoniyatlari asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: nutq, nutqning psixologik funksiyalari, maktab psixologi, psixik rivojlanish, o'z-o'zini boshqarish, psixodiagnostika, psixologik yordam.

Abstract: The article examines the main psychological functions of speech from the perspective of a school psychologist's professional activity. Speech is analyzed as a complex psychophysiological and socially conditioned process that performs communicative, intellectual, regulatory, psychodiagnostic, and psychotherapeutic functions. Particular attention is paid to the role of speech in students' mental development, self-regulation, cognitive processes, and emotional stability. The importance of speech analysis in diagnostic, corrective, and preventive work of a school psychologist is substantiated.

Keywords: speech, psychological functions of speech, school psychologist, mental development, self-regulation, psychodiagnostics, psychotherapeutic function.

В современной психологии речь рассматривается как сложный психофизиологический и социально обусловленный процесс, обеспечивающий реализацию сознательной деятельности человека. Для школьного психолога речь является не только средством общения, но и важнейшим инструментом понимания внутреннего мира ребёнка, его эмоционального состояния, уровня когнитивного развития и особенностей личностного функционирования.

Речь выступает одним из ключевых показателей психического развития ребёнка и одновременно механизмом его регуляции. Именно через речевую деятельность школьник осваивает социальный опыт, усваивает нормы поведения, формирует самооценку и образ «Я». В школьной психологической практике анализ речи позволяет выявлять как нормативные, так и отклоняющиеся варианты развития.

Изучением речи на стыке психологии и лингвистики занимается психолингвистика — сравнительно молодая отрасль психологической науки. Существенный вклад в её развитие внес Ф. де Соссюр, разграничив понятия языка как социальной системы и речи как индивидуального психического процесса. С позиции психологии речь формируется под влиянием актуальных психических состояний, мотивации, эмоционального фона и особенностей личности субъекта.

В практике школьного психолога особый интерес представляет не лингвистическая, а именно психологическая сторона речи, поскольку она выполняет ряд функций, обеспечивающих стабильность психики, адаптацию и эффективное поведение учащегося в образовательной среде.

К основным психологическим функциям речи относятся коммуникационная, интеллектуальная, регуляционная, психодиагностическая и психотерапевтическая функции.

Коммуникационная функция речи проявляется в процессе передачи информации, установления и поддержания межличностных контактов. В школьной среде речь является ведущим средством социального взаимодействия ребёнка со сверстниками и взрослыми. Через речевое общение формируются навыки сотрудничества, эмпатии, разрешения конфликтов. Для школьного психолога анализ коммуникативной речи учащегося позволяет судить о степени его социальной адаптированности, уровне развития коммуникативной компетентности и наличии возможных трудностей во взаимодействии.

Интеллектуальная функция речи заключается в том, что она является орудием мышления. В школьном возрасте речь тесно связана с развитием словесно-логического мышления, формированием понятий, обобщений и умозаключений. Внутренняя речь выступает механизмом планирования, анализа и рефлексии учебной деятельности. Диалогическая речь отражает процесс коллективного мышления, тогда как монологическая — уровень сформированности индивидуальной когнитивной структуры личности. Для

школьного психолога особенности речевого мышления служат показателем интеллектуального развития и учебной успешности ребёнка.

Регуляционная функция речи играет ключевую роль в развитии произвольного поведения. Посредством внутренней речи ребёнок учится управлять вниманием, контролировать эмоциональные реакции, регулировать импульсивность и целенаправленно организовывать свою деятельность. Формирование саморегуляции через речь является одним из важнейших психологических новообразований младшего и среднего школьного возраста. Недостаточность данной функции часто проявляется в виде трудностей самоконтроля, повышенной отвлекаемости и эмоциональной неустойчивости.

Психодиагностическая функция речи имеет особое значение в деятельности школьного психолога. Анализ устной и письменной речи позволяет выявлять индивидуально-психологические особенности учащегося, уровень развития познавательных процессов, эмоциональное состояние, наличие тревожности, агрессивности или признаков внутреннего напряжения. Темп речи, её связность, лексическое разнообразие, логичность высказываний нередко выступают индикаторами психологического благополучия или неблагополучия ребёнка.

Психотерапевтическая функция речи заключается в её способности оказывать поддерживающее и коррекционное воздействие на психику. В школьной психологической практике речь используется как средство эмоциональной разрядки, формирования позитивного отношения к себе, снижения тревожности и повышения уверенности. Индивидуальные беседы, консультирование, элементы вербальной поддержки и рефлексивного диалога способствуют психологической стабилизации ребёнка и профилактике школьной дезадаптации.

Таким образом, речь является многофункциональным психологическим инструментом, играющим ключевую роль в развитии личности учащегося. Для школьного психолога понимание психологических функций речи позволяет не только глубже анализировать состояние ребёнка, но и эффективно выстраивать

коррекционно-развивающую и профилактическую работу в образовательной среде.

Используемая литература

1. Маклаков А.Г. *Общая психология*.
2. Богачкина Н.А. *Психология: конспект лекций*.
3. Выготский Л.С. *Мышление и речь*.

FAOL O'QITISH TEXNOLOGIYALARI: TUSHUNCHA, TASNIFI VA PEDAGOGIK AHAMIYATI

Yo'ldasheva Muxayyo Saparbayevna
Osiyo Xalqaro Universiteti 1 - bosqich magistranti

Annotatsiya: Mazkur tezisda faol o'qitish texnologiyalarining nazariy asoslari, ularning pedagogik mazmuni, tasnifi hamda ta'lim jarayonidagi ahamiyati yoritilgan. Zamonaviy pedagogik texnologiyalar asosida tashkil etilgan faol o'qitish jarayoni ta'lim oluvchilarning mustaqil fikrlashini rivojlantirish, bilimlarni ongli va barqaror o'zlashtirish hamda kasbiy kompetensiyalarni shakllantirishda muhim omil ekanligi ilmiy jihatdan asoslangan. Shuningdek, O'zbekiston Respublikasi ta'lim sohasiga oid normativ-huquqiy hujjatlarida faol va interfaol metodlarni joriy etish masalalari tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: faol o'qitish texnologiyalari, interfaol metodlar, pedagogik texnologiya, ta'lim jarayoni, talaba faolligi, kompetensiyaviy yondashuv.

Kirish.

Bugungi kunda ta'lim tizimini modernizatsiya qilish, uning sifat va samaradorligini oshirish masalasi davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri

hisoblanadi. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining ta'lim sohasini rivojlantirishga doir qaror va farmonlarida ta'lim jarayoniga zamonaviy pedagogik texnologiyalarni joriy etish, faol va interfaol metodlardan keng foydalanish muhim vazifa sifatida belgilangan.

An'anaviy o'qitish shakllarida asosan o'qituvchi markaziy o'rinda bo'lib, talaba bilimlarni tayyor holatda qabul qiluvchi subyekt sifatida namoyon bo'ladi. Faol o'qitish texnologiyalarida esa ta'lim oluvchi shaxsning faolligi, mustaqil fikrlashi va ijodiy yondashuvi ustuvor ahamiyat kasb etadi. Shu sababli faol o'qitish texnologiyalarining mohiyatini o'rganish va ularni ta'lim jarayoniga samarali tatbiq etish dolzarb pedagogik muammo hisoblanadi.

Faol o'qitish texnologiyalarining tushunchasi va nazariy asoslari.

Pedagogik adabiyotlarda faol o'qitish texnologiyalari ta'lim oluvchilarning o'quv-bilish faoliyatini faollashtirishga qaratilgan, o'qituvchi va talaba o'rtasida hamkorlikka asoslangan metodlar tizimi sifatida talqin etiladi. Tolipov O'. va Usmonboyeva M.ning fikriga ko'ra, zamonaviy pedagogik texnologiyalar ta'lim jarayonini oldindan loyihalash, natijaga yo'naltirish va o'quvchi shaxsini rivojlantirishni ta'minlashga xizmat qiladi. Faol o'qitish texnologiyalarining nazariy asosini konstruktivistik yondashuv tashkil etadi. Ushbu yondashuvga ko'ra, bilim tayyor holatda berilmaydi, balki ta'lim oluvchining faol bilish jarayonida shakllanadi. Sayidahmedov N.S. ta'kidlaganidek, innovatsion ta'lim texnologiyalari pedagogik kompetensiyani rivojlantirishning muhim vositasi bo'lib, talabaning mustaqil bilim olish qobiliyatini shakllantiradi.

Faol o'qitish texnologiyalarining tasnifi.

Faol o'qitish texnologiyalarini mazmuni va qo'llanilish xususiyatlariga ko'ra quyidagi guruhlariga ajratish mumkin

Interfaol metodlar: Jo'rayev R.H. va Zunnunov A.ning tadqiqotlarida interfaol metodlar ta'lim oluvchilarning jamoada ishlash, muloqot qilish va fikr almashish ko'nikmalarini rivojlantiruvchi samarali vosita sifatida baholanadi. Ushbu metodlarga munozara, aqliy hufjum, klaster, B-B-B, INSERT kabi usullar kiradi.

Muammoli ta'lim texnologiyalari: Muammoli ta'lim jarayonida o'qituvchi tomonidan muammoli vaziyat yaratiladi va talaba ushbu muammoni hal qilish jarayonida bilimlarni mustaqil egallaydi. Bu esa tanqidiy fikrlash va tahlil qilish qobiliyatlarini rivojlantiradi.

Loyiha asosida o'qitish: Loyiha texnologiyasi talabalarning mustaqil izlanish olib borishi, axborotlarni tahlil qilishi va natijalarni taqdim etishiga asoslanadi. Ushbu texnologiya kasbiy kompetensiyalarni shakllantirishda muhim ahamiyatga ega.

Rolli va imitatsion o'yinlar: Klarin M.V.ning fikricha, rolli o'yinlar real hayotga yaqin vaziyatlarni modellashtirish orqali ta'lim samaradorligini oshiradi va amaliy ko'nikmalarni rivojlantiradi.

Faol o'qitish texnologiyalarining pedagogik ahamiyati: Faol o'qitish texnologiyalarining pedagogik ahamiyati quyidagilarda namoyon bo'ladi:

- ta'lim oluvchilarning dars jarayonidagi faolligini oshiradi;
- mustaqil va tanqidiy fikrlashni rivojlantiradi;
- bilimlarni chuqur va barqaror o'zlashtirishni ta'minlaydi;
- muloqot va hamkorlik ko'nikmalarini shakllantiradi;
- kasbiy tayyorgarlik darajasini oshiradi.

Xodjayev B.X. ta'kidlaganidek, faol o'qitish texnologiyalaridan samarali foydalanish ta'lim sifatini oshirishning muhim sharti hisoblanadi.

Normativ-huquqiy hujjatlarda faol o'qitish texnologiyalarining o'rni.

O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi tomonidan ishlab chiqilgan metodik tavsiyalarda oliy ta'lim muassasalarida zamonaviy pedagogik texnologiyalarni joriy etish zarurligi alohida qayd etilgan. Shuningdek, Prezidentning 2020–2024-yillarga mo'ljallangan qaror va farmonlarida ta'lim jarayonini kompetensiyaviy yondashuv asosida tashkil etish, faol va interfaol metodlardan foydalanish ustuvor vazifa sifatida belgilangan.

Xulosa.

Xulosa qilib aytganda, faol o'qitish texnologiyalari zamonaviy ta'lim tizimining ajralmas qismi bo'lib, ta'lim jarayonining samaradorligini oshirishda muhim

pedagogik ahamiyatga ega. Ularni ta'lim jarayoniga tizimli ravishda joriy etish raqobatbardosh, ijodkor va malakali mutaxassislarni tayyorlash imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Tolipov O'., Usmonboyeva M. Zamonaviy pedagogik texnologiyalar va ularni ta'lim jarayonida qo'llash. – Toshkent, 2020.
2. Sayidahmedov N.S. Innovatsion ta'lim texnologiyalari va pedagogik kompetensiya. – Toshkent, 2021.
3. Jo'rayev R.H., Zunnunov A. Faol va interfaol ta'lim metodlari asosida o'qitish. – Toshkent, 2022.
4. Xodjayev B.X. Ta'lim jarayonida faol o'qitish texnologiyalaridan foydalanish. – Toshkent, 2023.
5. Klarin M.V. Interfaol ta'lim: nazariya va amaliyot. – Moskva, 2021.
6. O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi. Oliy ta'limda zamonaviy pedagogik texnologiyalarni joriy etish bo'yicha metodik tavsiyalar. – Toshkent, 2022.
7. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti. Ta'lim sohasini rivojlantirishga doir qaror va farmonlar to'plami. – Toshkent, 2020–2024.

O'SMIRLIK YOSHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Nurmanova Munira Jumayevna
Qashqadaryo viloyati G'uzor tuman 74-maktab psixologi*

O'smirlik yoshi 12-15 yoshgacha bo'lgan davr bo'lib, bu davr bola kamolotining «qiyin», «murakkab», «o'tish» davri deb ataladi. O'smir endi yosh bola emas, lekin hali u rosmana kishi ham emas. U tevarak-atrofdagi hamma narsalar bilan qattiq qiziqadi. Unda zo'r faollik, jismoniy mehnatga ham zo'r ishtiyoqi bor. Undagi bu aktivlikni yo'lga qo'yishni o'rganib olmoq kerak. (N.K.Krupskaya).

Ota bolani kichikligidan bebosh qilib qo'ysa, bolada gunoh yo'q, barcha jafo otaning o'zida. Yusuf Xos Xojib. O'smirlar hayotidagi eng muhim xususiyati nimadan iborat? Bu davr ichida ham jismoniy, ham ruhiy o'zgarishlar ro'y beradi. Unda ayniqsa anatomo-fiziologik, biologik o'zgarishlar uning umumiy qiyofasini o'zgarishiga sabab bo'ladi. Naysimon suyaklar va umurtqa pog'onalari hisobiga qizlarning buylari 18-20 sm, o'g'il bolalar esa 25-30 smga o'sadi. Yuz suyaklari tez shakllanadi. Ovoz paylari uzayadi. Natijada o'smirning ovozi buziladi, ovoz yug'on va past bo'lib qoladi. Qizlarning ovozlari esa keskin o'zgarmaydi. Yurak o'sib borishining hamma sikllari

tugaydi. Qon aylanishi yurak urishidan o'pkada qoladi va bu o'smirlarda ayniqsa qizlarda bosh og'rig'ining paydo bo'lishiga sabab bo'ladi. Qo'zg'alish tormozlanishga nisbatan kuchliroq bo'ladi. Bu bolani o'zini-o'zi idora qila olmasligiga sabab bo'ladi. O'smirlardagi bu xususiyatlar hisobga olinmasa bolada salbiy sifatlarning ortib borishi mumkin. Bu davrda ichki sekresiya bezlarida bog'lanish va o'zgarishlar paydo bo'ladi, natijada qizlar 15-16 yoshda, o'g'il bolalar 16 yoshda balog'atga yetadi. Balog'atga yetish o'smirlarda o'ziga xos psixologik holatlarni vujudga keltiradi. Ya'ni kishilarning ichki dunyosiga qiziqishi, ularning o'zaro munosabatlariga qiziqish, ularni his qilish hali aniq tasavvur qilinmagan sevgiga extiyoj paydo qiladi. (akselerasiya va 12-15 yoshlar krizisi haqida gapirish kerak)

O'smirlarda o'z-o'zini anglash qanday xususiyatga ega? O'smirlik davrida o'z-o'zini anglash va o'zini «katta bo'lib qolganini» his qilishi tez shakllanadi. Bu davrda bolaning o'z-o'ziga bo'lgan munosabatida ifodalanuvchi harakter hislatlar shakllanadi. Bu xususiyatlar o'smirning o'z shaxsiy sifatlari, qobiliyat va imkoniyatlarini o'zi baholay olishi bilan bog'liqdir.

O'smirlarga nisbatan ota- onalar, o'qituvchilar va o'rtoqlarining munosabatida yuz bergan o'zgarishlar o'z-o'zini anglash xususiyatini paydo qiladi. U o'qishda, jamiyat ishlarida mas'uliyatni his qilish kerakligini, xulqiga katta e'tibor berishini, muvaffaqiyatlarnigina emas, balki kamchiliklarni ham his qilish, ularni tuzatish unga o'z xususiyatini baholay olish imkonini beradi.

O'z-O'zini anglashdagi birinchi bosqich-o'qish va mexnat faoliyati bilan bog'liq bo'lgan shaxsiy xususiyatlarni anglash bo'lsa (qunt qilish, mexnatsevarlik, tirishqoqlik...) ikkinchi bosqich -boshqa kishilarga bo'lgan munosabatda ifodalanuvchi holatlarning anglash (qaysarlik, qo'pollik, do'stlikni anglash, vazminlik, hovliqmachilik...) xususiyatidir. Uchinchi bosqich-o'z shaxsiy xususiyatlariga baho berish (o'zini-o'zi baholash bilan bog'liqdir). Bu uch xususiyatni anglash o'smir uchun qiyindir. Chunki u kishilardan kuzatuvchanlikni, o'z xulqini tahlil qilib, boshqalar xulqi bilan solishtirishni, faktlardan xulosalar chiqara olishni talab kiladi. Ammo o'smirlarda hali bunchalik aqliy faoliyat tarkib topmagan bo'ladi. Shuning uchun ham

ular o'z kamchiliklarini qiyinchilik bilan bo'yinlariga oladilar. Uni yuqotishda esa kattalar va o'qituvchilarning yordamisiz xarakat qila olmaydilar.

«Kattalik hissi» deganda nimani tushunasiz? O'smir o'zida «kattalik» hissinini his qiladi. U o'zini katta desa hali u yosh bolaga o'xshaydi. Bola desa katta bo'lib qolgani uchun o'zini kichiklardan katta tutadi. Shuning uchun ham o'smirlar kattalarni o'zini boladek his qilib munosabatda bo'lishlarini yoqtirmaydilar. Bular bolani qattiq hayajonlantiradi, nafrat va tajovuzkorlikni paydo bo'lishiga sabab bo'ladi. Tajovuzkorlik o'g'il bolalarda tegajaklikni paydo qilib, u urushqoqlikka aylanadi, qizlarda esa takabburlik va jizzakilikka aylanadi. Kattalar o'smirlardagi bunday xususiyatlarni koyisalar, u beadablikka o'tib ketadi. Shuning uchun ham o'smirlarning jinsiy balog'atga yetishini hisobga olib ular bilan munosabatlarida extiyotkor bo'lishlari talab qilinadi.

O'smirlarni tengdoshlari bilan munosabatida qanday o'zgarishlar ro'y beradi? O'zaro shaxslararo muloqot o'smir shaxsini ham biologik, ham ijtimoiy tuzilishda muhim rol o'ynaydi. Biologik balog'atga yetish bilan bola yashayotgan ijtimoiy muhiti va ijtimoiy ta'lim-tarbiya uning xayotini muxim tomonini tashkil qiladi. Chunki o'smirning shakllanishi hamma vaqt ham qarama-qarshiliklar kurashisiz tinch o'tavermaydi. Ba'zi eski urf-odatlar diniy ekstremizm oqibatlari, ota-ona va tarbiyachilar tomonidan tarbiyaning yaxshi yo'lga qo'yilmaganligi, yomon jamoa va guruhga qo'shilib qolishi o'smir tarbiyasiga salbiy ta'sir qiladi. Burjua psixologiyasida o'ssmirlik yoshi xususiyatlarini tushunish uchun jinsiy balog'atga yetishning rolini ustun qo'yadilar. Ular o'smirlik davri o'ziga hos anarxizmga ya'ni tartibsizlik, intizomsizlik, o'zboshimchalik, ish buzuqchilik, beboshlik, asabiylik, qupollik xususiyatlari bilan xarakterlanadi deb unga ijtimoiy ta'lim-tarbiyani qarshi quyadilar.

Bizning sharq xalq tarbiyasida oila tarbiyasiga xos qonuniyatlar hammaga aniq bo'lib, bolani haqiqiy kamol topgan inson qilib tarbiyalashga alohida e'tibor beriladi. Endigina mustaqillikka erishgan xalqimiz mafkurasini puxtarok tarbiyalashda, ilmiy va madaniy an'analar, urf-odatlar, milliy kadriyatlarni keng kulamda targ'ib va tashviq qilish nihoyatda muhimdir. Bunda buyuk allomalarning ta'lim-tarbiya haqidagi fikrlaridan foydalanish lozim. Masalan: Kimki baxt iqqbolli, solih kishilarning etagiga

yopishsa, u albatta, murodu maqsadiga erishib, hayru baraka topur.(Az-Zamaxshariy)va hokazo.

O'smir shaxsini tuzilishining shakllanishida nimalar muhim ahamiyatga ega?
O'smir shaxsi tuzilishining shakllanishida.

- a) o'smirlarning o'zaro munosabatlari;
- b) jamoa bilan munosabati;
- v) o'qish va mehnatga bo'lgan munosabatlari;
- g) mahalla va jamoatchilik muhim ahamiyatga egadir.

IV. Bolalar V sinfga o'tish bilan uning o'qishga munosabati o'zgaradi. Uni bir o'qituvchi emas bir necha o'qituvchilar o'qitadi. O'smir oldida har bir o'qituvchining o'ziga xos o'rgatish usuli, bu usullarga moslashuvi, uni talablarini anglab olishi kabi murakkab vazifa turadi. Yangi predmet o'qituvchilarga moslashuv, bolada qiyinchiliklarni paydo bo'lishiga sabab bo'ladi va unda eski dinamik stereotiplar o'rniga yangi-yangi stereotiplar paydo bo'lishi, yangi o'qituvchilarga moslashishi hatto darslarni o'zlashtirishni pasayishiga sabab bo'ladi. O'quv faoliyatining motivlari sifat jihatidan o'zgaradi. Bolada endi ijtimoiy motivlar bilan bog'lik bo'lgan motivlar paydo bo'ladi. Bola fan asoslarini o'zlashtirish orqali kelgusida yaxshi ishchi hodim bo'lish mumkinligini respublikamizning kelajagi yoshlarga bog'liqligini tushunib yetadilar.

O'smirlarning bilish jarayonlarida qanday o'zgarishlar ro'y beradi? O'qish jarayonida bilish sifat jixatidan o'zgaradi. Hamma bilish jarayonlarining ixtiyoriy tomonlari, abstrakt tafakkur jarayonlari rivojlanadi. Fikrlash faoliyatining obyekti o'zgaradi. Ularda abstraktlashtirish, umumlashtirish ancha asosli bo'lib qoladi. Narsa va xodisalar orasidagi o'zaro munosabatlarni chuqurroq tushunib, ularning moxiyatini aniqroq anglaydilar.

Umuman o'smirda o'qish va mehnatga nisbatan ijobiy munosabatlar shakllanadi.

БОЛА ШАХСИ КАМОЛОТИДА МИЛЛИЙ ВА МАЪНАВИЙ ТАСАВВУРЛАР ШАКЛЛАНИШИНИНГ ПСИХОЛОГИК ОМИЛЛАРИ

Эрданова Сайёра Ибрагимовна
Ўзгор туман 75-умимий ўрта таълим мактаби психологи

Кишилиқ жамиятининг тараққиётида ўқувчи-ёшларнинг маънавий-интеллектуал салоҳияти муҳим роль ўйнайди.

Боланинг камолоти учун ҳалақит бераётган ижтимоий-психологик муаммоларни илмий асосда ўрганиш ва уларни ҳал этиш, ўқувчи-ёшларнинг орзу-интилишлари, диди, дунёқараши, ҳиссий кечинмаларини тушуниш, уларга яқиндан ёрдам бериш мамлакатимизнинг истиқболи учун катта аҳамиятга эга.

Турли психологик тадқиқотларга кўра, мақсад ва унга эришиш йўллари аниқлаш ўртасида муҳим боғланиш мавжудлиги аниқланди.

Инсон ўзлигини рўёбга чиқариши ўзига боғлиқ эканлигини қанча тез тушуниб етса, у ҳаётга шунчалик чуқурроқ қарайди ва олдига муҳимроқ мақсадлар қўяди.

Жамиятимизда ўқувчиларни тарбиялашда улар руҳиятига эзгу ҳис-туйғуларни сингдириш муҳимдир. Бу туйғу биологик ҳодиса эмас, балки ижтимоий ҳодисадир. Чунки, бу туйғу инсоннинг маънавий шаклланиши жараёнида вояга етади.

Цивилизацияли тараққиёт ўзининг туб моҳияти билан шахсларни иқтисодий ва сиёсий жиҳатдан тўла забт этишни эмас, балки маънавий-руҳий жиҳатдан забт этишни, уларни онгли интизомга бўйсундиришни, гоё орқали бошқариш ва фаолликка ундашни ўз олдига мақсад қилиб қўяди.

Психологик етукликка эга шахс турли ҳаётий вазиятлар ва шароитларни ҳушёр баҳолай олади. Бу ҳушёрлик амалийлик, воқеликни тўғри баҳолай олиш, шахсда ўзининг ютуқ ва камчиликларини билим, малака ва қобилиятларини етарлича объектив баҳолай олишда ҳам намоён бўлади.

Бундай шахс ўз ҳиссиёти, кечинмаларини етарлича яхши назорат қила билиши, яъни ички интизомни юқори ривожланганлиги билан характерланиб туради. Психологик етуклик бошқа одамларнинг хоҳиш, истаклари, кечинмаларини тушуниш билан маълум даражада боғлиқ. Бу ўз навбатида мулоқот, ҳамкорликнинг яхши йўлга қўйилишига, оилада, турли гуруҳларда ижобий муносабатларнинг ўрнатилишига имкон беради.

Психологик етукликни шакллантиришда кўргазмали ва оғзаки психологик тарғибот усулларида фойдаланишимиз мумкин. Кўргазмали психологик тарғибот усулидан фойдаланиш учун бизга ватанпарварлик, тотувлик, меҳрибонлик каби сифатлар акс этган, ёшлар руҳиятида чуқур из қолдирадиган тарқатма материаллар, плакатлар керак бўлади.

Оғзаки психологик тарғиботнинг маъруза қилиш, турли чиқишлар, ҳисобот бериш, суҳбат, учрашувлар ўтказиш, мунозара шакллари мавжуд. Жан Пиаже «боланинг ижтимоийлашуви» жараёнини ўрганар экан, унинг ўз тенгқурлари билан турли мавзуларда қиладиган мунозара ёки баҳслари, ундаги эгоистик, шахсиятпарастлик моҳиятини сусайтириб ва шу тариқа ўз-ўзини англаш билан бир қаторда ўзгаларнинг мавқеларини англаш ва ўзида шахсга хос сифатларни ўстиришни аниқлади.

Ҳар қандай одамда буюкликка интилиш бўлади. Бундай интилиш ёшларни ўз устида ишлашга, ўз фаолиятини ва хулқ-атворини таҳлил қилишга олиб келади. Бунда инсоннинг тафаккур жараёнида ўзига ўзи «Бугун мен қандай билим ва тажрибаларни ўзлаштирдим?», олдига қўйган мақсадига эришиш йўлида «Бугун мен нима қилдим ва нималарга эришдим?», ўз руҳий ҳолатидаги ўзгаришларни аниқлаш мақсадида «Бугун менинг кайфиятим қандай бўлди, руҳим нималарга мойил бўлди?», бошқаларга ёрдам, хизмат кўрсатиш мақсадида «Бугун мен бошқаларга нима ёрдам бердим?», тетиклик ва жисмоний бардамлик ҳолатини сақлаш мақсадида «Бугун менинг аҳволим қандай бўлди, мен соғлигим учун нима қилдим?» каби саволларни бериш ва ўзини ўзи тафтиш қилиш ҳар бир инсоннинг умр бойлиги бўлган вақтни тежашга ўргатади. Инсон камолоти у вақт туйғусини эгаллагандан кейингина бошланади. Инсон вақтни

ҳис эта бошлаган пайтданок ўз-ўзини назорат қила бошлайди. Келажакка интилиб яшаётган шахс ўз вақтидан самарали фойдаланади, ўзида маънавий баркамолликни намоён этади.

Буюк Суқрот ўз фалсафий баҳсларининг бирида ўзликни англаш ҳақида «аввал ўзингни бил», деб даъват қилади. Демак, билиш жараёнида муҳим босқич ёки билимнинг муҳим объекти инсоннинг ўзидир. Ўзликни англаш орқали инсоннинг маонавияти шаклланади.

Ўқувчиларнинг ўз-ўзини идрок қилишларини уни ижобий ишларга йўналтириш орқали ривожлантириш керак. Бунда улар ижобий тажриба орттирсин, яъни ўзи, оиласи, синфи, гуруҳи, жамоасига манфаатли иш қилиб, олқиш олсин.

Ўқувчиларни жамоат ишларига кенг жалб этиш амалиётини кенгайтириш, бу ишдан манфаатдорлигини ошириш лозим. Уларнинг ўзини шахс сифатида англаши, ўз ижобий ва салбий сифатларини таҳлил қилиши, бошқа шахслар ичида ўз шахсини алоҳида ажратиш каби муҳим ижтимоий- психологик сифатларни шакллантиради. Бу эса шахсда ўз-ўзини назорат қилиш тизимини юзага келтиради.

Психологик билимдонлик шахсни ўз-ўзини қўлга олишга, ўз-ўзига буйруқ беришга, ўз-ўзини қайта тарбиялаш ва ўз имкониятларидан тўғри фойдаланишга ўргатади.

Шахс шаклланишининг муҳим шартларидан бири – баҳолаш қобилиятининг ривожланишидир. Бу қобилият шахсий характер хусусияти ҳисобланиб, шахснинг маънавияти ва ҳар томонлама ривожланган бўлишида муҳим роль ўйнайди.

Ҳар бир инсоннинг руҳий қуввати атрофдагилар руҳий қуввати билан бевосита боғлиқ экан, ёшларни маънавиятли инсон бўлиб камол топишларида ўзи ҳамда ўзгаларга тўғри ва одилона баҳо беришга ўргатишимиз зарур.

Бунинг учун ўқувчилар билан вербал ва невербал ижтимоий психологик тренинглар, брейншторминглар ўтказиш мақсадга мувофиқдир. Мақсадли тренинглар уларни маънавий жиҳатдан бойитиши, нутқи ва фикрлашини

кенгайтириш билан бир қаторда, соғлом турмуш тарзини шакллантиришга ҳам хизмат қилади.

Айниқса, ёшлар ташкилотлари, маънавият ва маърифат жамоат ташкилотлари, таълим муассасалари, маҳалла, оила институти ўртасида мустаҳкам алоқа боғланиши керак.

Ўқувчи-ёшларнинг қизиқишлари, ҳаётий муаммолари ўрганилиб, улар ўртасида кўпроқ суҳбат, бадий кеча, учрашув ва мулоқотларни уюштириш, турли хил тўғарак, спорт секцияси, илмий тадқиқот уюшмаларини кўпайтириш, танлов, анжуман, мунозара, баҳс ва бошқа оммавий тадбирларни ташкиллаш лозим.

Ўқувчи-ёшларнинг маънавиятини тарбиялашда ахлоқий қадриятлардан фойдаланиш ва бунда ахлоқий таъсир кўрсатиш технологиясини жорий этиш муҳимдир.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Мирзиёев Ш.М. Буюк келажагимизни мард ва олижаноб ҳалқимиз билан бирга курашимиз. – Т.: “Ўзбекистон”, 2017.
2. Амонашвили Ш.А.Обучение.Оценка.Отметка. – М., 1980.
3. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды.: В 2 т. – М. 1980.Т
4. Давлетшин М.Г. ва бошқалар “Ёш даврлар ва педагогик психология” Т.ТДПУ. 2009.
5. Давлетшин М.Г. Замонавий мактаб ўқитувчисининг психологияси. “Педагогика ва психология” (илмий оммабоп серия). Т., Низомий номидаги ТДПУ, 1999/1.

**O'SMIRLIK DAVRIDA YOSHLARNING SHAXS SIFATIDA
SHALLANISHIDA IJTIMOIIY MUHITNING TA'SIRI**

*Almardanova Sevara G'anisher Qizi
G'uzor tumani 72-maktab psixologi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'smirlik yoshida yuzaga keladigan va shakllanadigan xarakter xususiyatlari haqida hamda ularning shakllanishida oilaviy muhit hamda ijtimoiy hayotdagi jarayonlarning ta'siri haqida mulohaza yuritilgan. Ushbu maqoladan ta'lim-tarbiya jarayonida faoliyat yurituvchi pedagog va psixologlar hamda ota onalar foydalanishlari mumkin.

Kalit so'zlar: oilaviy konflikt, ijtimoiylashuv, ta'lim tarbiya, inqiroz.

Millatning ertasi va buguni aqlan teran va ma'naviy axloqni yuksak qadrllovchi yoshlarning qo'lida bo'lishi uchun har davr va har bir mamlakatda ta'lim va tarbiyaning o'rni siyosat darajasigacha ko'tarilgan desak shubha qilmaymiz.

Har bir mamlakatda ta'lim-tarbiyaga bo'lgan e'tibor turli darajada. Yurtimizda ta'lim-tarbiya jarayonlariga yuqori darajada e'tibor qaratiladi. Bolalarga kichik yoshidan boshlab ya'ni maktabgacha tarbiya yoshi davridan boshlab tarbiya muassasalarida bola tarbiyasi va bilim olishiga alohida ahamiyat diqqat qaratiladi. Inson hayoti davomida bir necha yosh davrlarini bosib o'tadi va har bir davr inson hayotida o'ziga xos ahamiyatga ega. Bu yosh davrlari orasida ayniqsa o'smirlik davrining o'rni ham muhim. Har bir yosh davrining o'ziga xos xususiyatlari bo'lgani kabi o'smirlik davrining ham o'z xususiyat va qiyinchiliklari mavjud. Bu davr 10-11 yoshdan 14-15 yoshgacha bo'lgan davrni o'z ichiga oladi. Aynan bu davr maktab davriga to'g'ri kelgani uchun o'quvchilar bilan o'qituvchilar, sinf rahbarlari, mahalla va ayniqsa maktab amaliyotchi psixologi yaxshi munosabat o'rnatish kerak. O'quvchilarning ota onalari bilan muntazam aloqada bo'lib turish lozim. Bu davrda hattoki o'smirning fikrlashi dunyo qarashi ancha o'zgara boshlaydi. U huddi kattalar kabi o'ylashga harakat qilishga intila boshlaydi. Shuning uchun ham "endi o'smir bola ham emas biroq katta ham emas" degan fikr bildirilgan. Kichik va katta yoshdagi maktab o'quvchilariga qaraganda o'smirlik yoshidagi bolalarni tarbiyalash juda qiyin. Bunga asosiy sabablardan biri bu yosh davrining mohiyatini to'g'ri bilmaslikdir.

O'smirlik davridagi bolalarda xuddi kattalar qila olishi mumkin bo'lgan ishlarni qilishni xohlash o'zlarini har bir ishda sinab ko'rishga urinish, begonalar, do'stlar va yaqinlar orasida o'zini mard, jasur qilib ko'rsatishga harakat qiladi hamda o'ta g'ayratli bo'ladi. Agarda biror ishi o'xshamay qolguday bo'lsa o'zlarini kamsitilgandek his qilib

tushkunlikga tushib qoladilar. O'smirlik –bolalikdan kattalikka o'tish davri bo'lib. fiziologik va psixologik jihatdan o'ziga xos xususiyatlari bilan xarakterlanadi. Bu bosqichda bolalarning jismoniy va psixik taraqqiyoti juda tezlashadi. hayotdagi turli narsalarga qiziqishi, yangilikga intilishi ortadi, xarakteri shakillanadi. ma'naviy dunyosi boyiydi, ziddiyatlar avj oladi.

O'smirlik balog'atga yetish davri bo'lib. Yangi hislar, sezgilar va jinsiy hayotga ta'lluqli chigal masalalarning paydo bo'lishi bilan ham xarakterlanadi. Bu yoshda o'smir rivojida keskin o'zgarishlar ro'y bera boshlaydi. Bu o'zgarishlar fiziologik va psixologik o'zgarishlardir.

O'smirlik davri o'ziga xos jarayonlar yuz berishi bilan boshqa yosh davrlaridan tubdan farq qiladi. O'smirlik davri bolalikdan kattalikka o'tish davri sifatida ham e'tirof etiladi. Ushbu davrda organizmda ham anotomik ham fiziologik o'zgarishlar yuz beradi. Bu o'zgarishlar bolaning ruhiyatiga ham o'z ta'sirini o'tkazmay qolmaydi. Ko'pincha o'smir Ayni shu davrda injiq, qaysar, gapga kirmas, serzarda, taqlidchan bo'ladi. O'smirlik davriga ko'pincha so'zga kirmaslik, tajanglik, o'z kamchiliklarini tan olmaslik. urushqoqlik kabi xususiyatlar xosdir[1].

Ba'zi paytlarda mana shunday salbiy xislatlar orasidagi ayrimlari haddan tashqari kuchayganini kuzatish mumkin va bu o'smir xarakterida yaqqol ko'zga tashlanadi. Bu salbiy xususiyatlar o'smirlarning harakatida o'z ifodasini topadi va jamiyatga ham zarar yetkazish darajasiga boradi. O'smirlardagi bu jarayonni K.Leongard va A.Lichkolar o'rganishgan va xarakterak-sentuatsiyasi deb ataganlar (aksentuatsiya ortiqcha urg'u berish). Olimlarning ta'kidlashlaricha kishilarning 20-50% ida bu holat kuzatiladi. O'smirlarda bu holat 50-80% ko'rsatkichni tashkil etadi.

Ayni shu davrda o'smir shaxslararo munosabatlar o'rnatishda ham muammolarga duch keladi. Ko'pincha ota-ona o'smirda yuzaga kelayotgan jarayonlarni to'g'ri tushunmasliklari yoki bu haqida ma'lumotlarga ega emaslik shunday holatlarning yuzaga kelishiga sabab bo'ladi. Inson ta'lim-tarbiya oladigan ilk maskan oila dargoh bu u dunyoga kelgan oilasi hisoblanadi. Insonning kelajakda qanday shaxs bo'lib yetishishi ko'p jihatdan oilasiga bog'liq. Yuqorida

ta'kidlanganidek o'smirlik katta hayotga dastlabki qadam hisoblanadi. Bunday inqiroz davrida oilaviy muhitda, jamiyatda yuz beradigan har bir jarayon o'smir ruhiy olamiga to'g'ridan-tog'ri ta'sir qiladi. Ayniqsa oilada shaxslararo tortishuvlar: otaona o'rtasida, ota-ona va farzand o'rtasida, farzandlar o'rtasidagi nizolar va tortishuvlar, ota-ona tomonidan ko'p tergash o'smirning oilaviy muhitdan yiroqlashuviga sabab bo'ladi. Xarakter aksentuatsiyasi o'smirlik davrida o'smirlarda kuzatiladigan jarayon hisoblanadi. Lekin bu holatga doimiy deb qarash noto'g'ri.

Xarakter tashqi muhit ta'sirida shakllanadi. Xarakter aksentuatsiyasi ham o'smirlik davrida kuzatiladigan jarayondir. Bu holat saqlanib qolishi ham mumkin. Saqlanib qolmasligi ham mumkin. Bu holatni saqlanib qolmasligida o'smirni qurshab turgan ijtimoiy muhit va u bilan muloqotda bo'lgan insonlar davrasi alohida ahamiyatga ega. Psixolog olimlar bunday salbiy xususiyatlarni doimiy xususiyatlarga aylanib qolishda oldini olishda bir necha tavsiyalarni berib o'tadilar: Birinchidan, avvalambor oilaviy munosabatlar, oiladagi tarbiyaviy jarayonni to'g'ri tashkil etish. Farzandlar orasida o'zaro tenglik munosabatini to'g'ri tashkil etish. Ikkinchidan, ota-ona va farzand o'rtasida do'stona munosabatlar ko'prigini o'rnatish. Albatta bu ko'priq ishonch munosabati bilan mustahkamlangan bo'lishi lozim. Bola ota-onadan biriga o'zi bilan bog'liq ma'lum bir muammosini aytganida ota-ona uni hal qilish yo'llarini ko'rsatmoqlari va yordam bermoqlari lozim. Bu muammo haqida aka-ukalar va opa-singillar davrasida muhokama qilmaslik. Uchinchidan, oilada shaxslararo munosabatlarda hurmat hissini shakllantirish. Farzandlar orasida ham o'zaro hurmat kabi xususiyatlarni shakllantirish. To'rtinchidan, oilaviy davralarni ko'proq tashkil qilish. Psixolog olimlarning e'tirof etishlaricha oila davrasida nonushta qilish oila a'zolar o'rtasida yaqin aloqalar bog'lanishida muhim ahamiyatga ega ekan. Shu sababdan oila davrasida ko'proq yig'inlar tashkil etish ham ijobiy samara beradi. Ma'lumotlarga asoslanadigan bo'lsak farzandlar ota-onalaridagi mavjud xarakter va xislatlarning 70% ini takrorlashadi[3]. Shu sababdan farzan tarbiyasi bilan mashg'ul bo'lgan ota-onalar avvalambor o'zlaridagi mavjud salbiy sifatlarni bartaraf etmoqlari lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Z.Nishonova. D.Abdullayeva. G.Baykunosova — O'smirlik davri psixodiagnostikasi va psixokorreksiyasi Toshkent-2015/ 6-bet
2. F.I.Xaydarov. N.L.Xalilova —Umumiy psixologiyal darslik Toshkent-2017/289
3. .www.pedagogika.uz
4. www. Ziyonet.uz
5. www. Saviya.uz

ЎҚУВЧИ ҚОБИЛИЯТЛАРИНИ РИВОЖЛАНТИРИШНИНГ ПСИХОЛОГИК АСОСЛАРИ

*Абдумуратова Гулчеҳра Бегмуратовна
Ўзгор тумани 71-умумий ўрта таълим мактаби психологи*

Ватанимиз келажаги ислохотларнинг тақдири ва уларнинг натижалари, халқимизнинг билим даражаси давр талабига ва тарраққиётига қанчалик мослигига, қандай мутахассислар етказиб бериб, ўрнимизни эгаллашларига боғлиқдир. Шунинг учун мамлакатимиз Президенти Ш.М.Мирзиёев барча соҳаларни жумладан таълим тизимини тубдан ислоҳ қилишга катта эътибор қаратаётгани таълим тизими соҳасида туб бурилаш ясамоқда десак муболаға бўлмайди. Шунга кўра, юқори малакали кадрлар тайёрлаш давлат сиёсати даражасидага кўтарилмоқда.

Психология фанида қобилият тушунчасини таҳлил қилишда шахс шаклланишига таъсир этувчи уч омил ҳисобга олинади. Яъни шахсга ота-она

томонидан ўтган ирсий белгилар, шахс шаклланган ижтимоий муҳит ва шахсга бериладиган таълим-тарбия натижаси. Демак қобилият тушунчасини таҳлил қилишда юқоридаги уч омил таҳлили асосий ўринда туради.

Психологик луғатларда қобилият шахснинг муайян фаолият турини муваффақиятли бажаришга бўлган лаёқат даражасини ифодаладиган, турмуш жараёнида ҳосил қилинган индивидуал хусусиятлари йиғиндисидир деб таъриф берилади.

Билим, кўникма, малакалар орттириш шу хусусиятларга боғлиқ бўлади, лекин шу хусусиятларнинг ўзлари мазкур билим, кўникма, малакаларга тааллуқли бўлмайди. Қобилиятлар билим, кўникма, малакаларни эгаллашда намоён бўлса ҳам, билимлар ва кўникмаларни эгаллаш билан боғланиб қолмайди. Қобилиятлар ва билимлар, қобилиятлар ва малакалар, қобилиятлар ва кўникмалар айнан бир-бирига ўхшаш нарса эмас.

Қобилиятлар билим, малака ва кўникмаларнинг ўзида кўринмайди, балки уларни эгаллаш динамикасида намоён бўлади, яъни, бошқача қилиб айтганда, мазкур фаолият учун муҳим бўлган билимлар ва кўникмаларни эгаллаш жараёни турли тенг шароитларда канчалик тез, чуқур, осон ва мустаҳкам амалга оширилишида намоён бўлади. Худди ана шу ўринда юзага чиқадиган фарқлар бизга қобилиятлар ҳақида гапириш ҳуқуқини беради.

Ақлий истеъдод даражаси баланд болалар изланувчан, ҳар нарсага қизиқувчи ва уйғоқ қалбли бўладилар. Қобилиятлилиқ шахснинг ақл-фаросат, характер, хотира ва руҳий кечинмалари билан бевосита боғлиқдир. Психологияда қобилиятларни миқдор жиҳатдан ўлчаш муаммоси узоқ тарихга эгадир. XIX асрнинг охири ва XX асрнинг бошларида қатор психологлар (Кеттел, Термен, Спирмен ва бошқалар) оммовий ихтисослар учун касб танлашни амалга ошириш зарурияти билан боғлиқ бўлган талаблар таъсири остида таълим олаётганларнинг қобилиятини аниқлашни тақлиф қилиб чиқдилар. Уша пайтларда қобилиятларни ўлчаш усули сифатида ақлий истеъдод тестларидан фойдаланилди.

Киши ўзида муайян фаолиятга қобилият бор ёки йўқлигини сезиш ёки сезмаслигини билдирадиган омил таълим методикаси ҳисобланади. Таълим методикаси қаерда ожиз бўлса, ўша ерда қобилиятларнинг туғма эканлиги ҳақидаги гаплар пайдо бўлади. Ўз-ўзидан маълумки, методика доим такомиллашиб боради, бу эса «туғма қобилиятлар» доирасини торайиб боришига олиб келади. Қобилиятлар ва истеъдодларни шакллантириш муаммоси катта ижтимоий ва давлат аҳамиятига эга бўлган масаладир.

Дастлабки қобилиятлар ижтимоий муҳит таъсирида оилада, мактабгача таълим муассасаси ва мактаб таълимида босқичма-босқич ривожланиб боради.

Психологлар ўқувчи қобилиятларини диагностика қилишда ўқувчининг асосий етакчи фаолият хусусиятларини инобатга олиши керак чунки, қобилият фаолиятда намоён бўлади.

Психологиянинг методологик асосининг кўрсатишича, қобилиятлар – имкониятлар тизимидан ташкил топган бўлиб, у ёки бу фаолиятдаги зарурий маҳорат даражасидир.

Ташкилотчилик қобилиятларини эса узоқ вақт Л.И.Уманский ўрганган.

Қобилият муайян табиий борлиққа боғлиқ бўлсада, лекин улар фақат табиатнинг инъоми эмас, балки инсоният тарихий тараққиётининг бебаҳо (қимматли) маҳсулидир. Шунинг учун ҳам қобилиятларнинг намоён бўлиши шахслар томонидан ижтимоий эҳтиёжларни қондириш давомида ижтимоий шартланган билимлар ва кўникмаларни таркиб топтиришнинг яққол усуллариغا бевосита боғлиқдир.

Шуни ҳам алоҳида таъкидлаб ўтиш керакки Ўзбекистонда бугунги кунда ўсмир ёшларнинг қарийб 70 % интернетдан кенг фойдаланиб келади, лекин уларнинг қанчаси бу тармоқдан тўғри мақсадда фойдаланиши бизнинг энг оғрик нуқтамиз бўлиб қоляпти. Чунки дунёдаги барча бузғунчилик ҳаракатларининг келиб чиқиш сабаблари вертуал олам орқали ёшларимизга бузғунчи ёд ғояларни уларнинг онгига таъсир этиш орқали амалга оширилмоқда. Бизнинг мақсадимиз уларда юқоридаги келтириб ўтилган қобилиятлар билан бир қаторда танқидий фикрлаш қобилиятларини ҳам шакллантириб боришимиз керак.

Ойнани ҳар икки тарафи бўлгани каби ижтимоий тармоқларда маълумотларнинг барчаси ҳам инсон учун манфаатли бўлавермайди. Ёшларимиз бу тизимдан фойдаланар экан ҳар бир материалларни салбий ва ижобий томонларини чуқур тафаккур қила олиши, нима учун кераклиги, қандай мақсадни кўзлаб веб сайтларга жойлаштирилганини онгли тарзда фаҳмлашлари керак.

Президентимиз таъбири билан айтганда ёшларимизда мафкуравий иммунитетни шакллантириш учун ёшларимизга таълим-тарбия жараёнида, оилада, ОАВларда ва ахборот ҳавфсизлигига оид тарғибот-ташвиқот ишларини олиб боришда ижтимоий тармоқларнидан фойдаланишни чекламасдан улардан тўғри ва мақсадли фойдаланиш маданиятини шакллантириб боришимиз керак.

Билдирилган фикрлардан шундай хулоса чиқариш мумкинки, қолган барча қобилиятлар тузилиши ҳам махсус хусусиятларга эга бўлиб, ўзига хос касбий аҳамият касб этиши билан кўп жихатдан характерлананишини мактаб амалиётчи психологларимиз эътиборга олишлари керак бўлади.

Адабиётлар:

1. Каримов И. Ўзбекистоннинг сиёсий-ижтимоий ва иқтисодий истикболнинг асосий тамойиллари. Т.: 1995.
2. М.ТДавлетшин. Укувчиларда қобилиятнинг таркиб топиши. "Ўқитувчи".Т., 1965.
3. Умумий психология. А.В. Петровский таҳририда. Т. 1992й.

KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI O`QUVCHILAR XOTIRASI XUSUSIYATLARI

*Mustayeva Salomat
G'uzor tumani 22-maktab psixologi*

Annotatsiya: Bugungi kunda yoshlarni yuksak bilim va salohiyatli qilib tarbiyalash dolzarb masalalaridan biri hisoblanadi. Maqolada talim jarayonining asosi

bolgan bilish jarayonlaridan biri xotira psixologiyasi va uning yosh davrlarida rivojlanish omillari yoritiladi.

Kalit soʻzlar: xotira, esda saqlash, individ, operativ xotira

Hozirgi davr talabi ma'naviy jihatdan yetuk, har tomonlama bilimdon, mustaqil fikrlovchi shaxsni shakllantirish bo'lib, bu muammo shaxsning bilish jarayonida ham amalga oshirilishi mumkin. Shaxsning ma'naviy yetukligi, bilimdon, zehnliligi ta'lim jarayonida namoyon bo'ladi. Ta'limning sifatli tashkil qilinishi o'quvchilarning bilish jarayonlaridan biri hisoblangan xotira jarayoniga bog'liq bo'ladi. Shunday ekan, o'quvchilarning esda saqlash, esda olib qolish, qayta esga tushirish jarayonlarini shakllantirish va rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Xotira mavzusi yosh davrlari psixologiyasi, umumiy psixologiya, pedagogik psixologiya, tibbiyot psixologiyasi, ijtimoiy psixologiya, eksperimental psixologiya yuridik psixologiya kabi psixologiyaning turli tarmoqlarida o'rganilgan hamda ko'pgina tadqiqotlar o'tkazilgan. Yosh davrlari psixologiyasida xotira masalasi inson shakllanib, turli yosh davrlariga qadam qo'yishi bilan xotira jarayoni ham shakllanib rivojlanib borishi xususida ma'lumotlar olishimiz mumkin. Umumiy psixologiya darsliklari orqali xotira haqida tushuncha, xotira turlari xotira jarayoni haqidagi nazariyalar haqida ko'pgina ma'lumotlar keltirib o'tilgan. Pedagogik psixologiya fanida xotira jarayonining pedagogik jarayondagi ahamiyati, o'qituvchi hamda o'quvchi, talabalar xotira jarayoni va buning ta'lim jarayoniga ta'siri hususiyatlari o'rganilgan.

Tibbiyot psixologiyasi fanida xotiraning nerv fiziologik asoslari, xotira buzilishlari va korreksiya qilish usullari haqida ma'lumotlar mavjud. Eksperimental psixologiyada xotira bo'yicha o'tkazilishi mumkin bo'lgan turli yosh davrlari bilan bog'liq holda metodikalar majmuyi mavjud.

Man bir necha yildirki, psixologiya fanida insondagi xotira masalasiga to'xtalganimizda turfa qarashlar hamda psixolog olimlarimiz tomonidan bildirilgan fikr mulohazalarga guvoh bo'lamiz. Ularning har qaysisi o'z nuqta'i nazarlaridan kelib chiqqan holda inson xotirasini mustahkamlash, undagi faollikni orttirish hajmini kengaytirish va shu kabi boshqa masalalar haqida taklif hamda tavsiyalarni keltirib

o'tmoqdalar. Demak, bundan ko'rinadiki, ushbu mavzuda qancha gapirilsa eskirmaydi. Chunki insoniyat tirik ekan, albatta uning eslab qolish qobiliyati bir-biridan qiziq savollarni keltirib chiqaraveradi.

Shu o'rinda bugungi kun kishilaridagi xotiraning qay darajada mustahkam ekanligi va buning sabablari nimalarga bog'liq ekanligi haqida to'xtalib o'tsak. Biz aksariyat hollarda tevarak atrofdagi sezgilarimiz yordami bilan idrok qilgan narsalarni o'zimizga kerak bo'lgan vaziyatlarda esga ololmay, ba'zan xafa yoki ba'zan jig'ibiyron bo'lamiz va o'zimiz istamagan holda afsus esimdan chiqib qolibdi degan jummalarni aytamiz. Biroq unutmasligimiz lozimki, kundalik hayotimizdagi tajribalar shuni ko'rsatadiki, eslab qolgan narsalarning hammasi ham esimizga to'laligicha tushavermaydi. Ularning bir qismi unutiladi va aynan mana shu unutib qoldirish ham xotiraga oid xodisadir.

Inson xotirasining qonuniyatlarini o'rganish psixologiya fanining markaziy masalalaridan biri bo'lib hisoblanadi. Ma'lumki insonning har qanday kechinma, xatti-harakatlari uzoq muddat ongda saqlanib, ma'lum bir sharoitda qayta namoyon bo'luvchi izlar qoldiradi. Xotira bu biz ilgari idrok qilgan, boshdan kechirga va bajargan ishlarimizni yodda saqlash, keyinchalik ularni eslash yoki xotirlash jarayonidir. Har kuni yanggi narsalarni bilamiz, kun sayin bilimlarimiz boyib boradi. Xotira faoliyatida shaxsning g'oyaviy yo'nalishi kata o'rin egallaydi. Ko'pgina adabiyotlarda xotira tushunchasi quyidagicha ta'riflanadi: "Individning o'z tajribasida esda olib qolishi, esda saqlashi va keyincchalik uni yana esga tushirishi xotira deb ataladi"

Psixologiya fanida xotira muammosiga turlicha yondashuvlar mavjud bo'lib, ular mohiyati jihatidan bir kategoriyaning har xil mezonlar bilan o'lchashda o'z ifodasini topadi. Hozirgi zamon xotirani tadqiq qilish bilan bog'liq tadqiqotlarda markaziy o'rin xotira jarayonining asoslariga ajratilgan. Xotira jarayonining asoslari uch yo'nalishda o'rganilgan. Bular: psixologik, neyro-fiziologik, bioximik. Xotiraning psixologik nazariyalari inson faolligi bilan bog'liq bo'lgan xotira jarayonlarini shakllantirishni tadqiq etadi.

Rus psixologiyasida xotira jarayoni bo'yicha o'tkazilgan tadqiqotlarda eydetik obrazlarning namoyon bo'lishi shaklida o'rganilgan. Jumladan A.R.Luriya tomonidan eydedik xotiraning individual tipologik xususiyatlari chuqur ta'riflab berilgan. Eydetik obrazlar harakatlanish xususiyatiga ega bo'lib, subyektlarning oldiga qo'yilgan vazifa va uning tasavvurlari ta'siri ostida o'zgartirish mumkin.

Assotsiativ psixologiya maktabining vakili, taniqli psixolog G.Ebbingauz jahon psixologiyasida birinchi bo'lib oliy ruhiy jarayon bo'lgan xotirani tajriba metodi negizida tekshirga va keng ko'lamda turmushga tatbiq etgan. Xotira jarayonini tajriba orqali tekshirishning asosiy yo'nalishini ishlab chiqdi.

Bolalarda xotiraning yuksak(yuqori) shakllarini birinchi marta tadrijiy ravishda tadqiq qilish taniqli psixolog L.S.Vigotskiyga nasib etgan. U maxsus tekshirishlarning predmeti qilib, xotiraning yuksak shakllarining rivojlanishi muammosini tanlagan va o'z shogirdlari A.N.Leontev va A.V.Zankov bilan birgalikda xotiraning yuksak shakllarini ruhiy faoliyatning murakkabshakli ekanligini, kelib chiqish jihatidan ijtimoiyligini ko'rsatadi. Shuning bilan birga u murakkab, mohiyatiga ko'ra esda olib qolishning asosiy bosqichlari rivojlanishini isbotlab bergan.

A.N.Leontev, S.L.Rubinshteyn, P.A.Ribnikovlar bolalar xotira faoliyatini o'rganganlar. Shuningdek ular o'qish faoliyatiga asoslangan holda maktab o'quvchilarida tekshirish ishlarini olib borganlar. Ular tomonidan faoliyat nazariyasi ilgari surilib, turl tasavvurlar orasidagi bog'liqlik esda olib qoling materialning qandayligiga emas, balki odamning u bilan nima qilishiga bog'liqdir. A.N.Leontev tadqiqot ishlarida kata yoshdagilarning ma'nosiz bo'g'inlardan tuzilgan materialni yaxshi, puxta esad saqlab qolishi ta'kidlagan. Kata yoshdagilar ma'nosiz bo'g'inlarni qandaydir mazmun bilan tez va oson bog'lay oladilar. Shuning uchun ularda bolalarga nisbatan kuchliroq ma'no kasb etadi. Shuningdek ma'no anglatmaydigan materialni o'zlashtirish jarayoni tez ko'chadi, mahsuldorrog bo'ladi. Ma'nosiz materialni egallash uchun iroda kuchi, irodaviy sifatlar muhim ahamiyatga egadir.

Kichik maktab yoshidagi o'quvchilar oldida bilish jarayonlaridan biri bo'lmish xotiraning kuchli bo'lishi va ko'lamining kengligi muhim va dolzarb masalalardan biridir. Xotira jarayoni ham nazariy ham amaliy jihatdan o'rganilishda davom

etayotgan muhim ijtimoiy psixologik muammo sifatida tadqiq etiladi. Bola xotirasining rivojlanishi uning yosh davrlari bilan bog'liq holda ijtimoiy muhit, otana nazorati va e'tibori natijasida, atrofidagi do'stlari hamda o'qituvchilari ta'sirida olingan ma'lumotlar esda saqlash jarayonida mukammallashib boradi. Hozirgi kunda olimlar bolalarda uzoq muddatli xotira qaysi yoshdan boshlab ishlay boshlashini aniq aytib berishga qiynaladilar. Xotirada ikkinchi darajali nasa yoki voqealar eslab qolinmaydi. Eslab qolingan narsa va voqealar miyada sintez qilinadi va maxsus kodga aylanadi. Hozirgi kunda o'qitish muassasalarida berilgan materialni yaxshi eslab qolish ustida ko'plab tadqiqotlar olib borilmoqda. Chunki yaxshi esda olib qolingan materialni tushunish oson bo'ladi.

Adabiyotlar:

1. Nishanova Z. Qarshiyeva D. Atabayeva N. Qurbonova Z. Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya// Toshkent, 2014;
2. Ibdullayev Z. Tibbiyot psixologiyasi // Toshkent Iqtisod-Moliya, 2008;
3. Nishanova Z. Alimbayeva Sh. Sulaymonov M. Psixologik xizmat// Toshkent, 2014.

O'QUVCHILARDA SALBIY O'ZGARISHLARNI KELTIRIB CHIQUVCHI TA'SIRLARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Abdullayeva Dilafruz Jumayevna
G'uzor tumani 23-maktab psixologi*

Bugungi davrda mamlakatimizda, shu jumladan xalq maorifi tizimida amalga oshirilayotgan o'zgarishlar o'qituvchilar, barcha pedagoglar oldiga o'quvchining bilimlarni yuksak darajada o'zlashtirishi; o'quvchilar mustaqil tafakkurini, ular aktivligini rivojlantirish; ularda yuksak axloqiy sifatlarni tarbiyalash; ularning tafakkur, muloqot, o'qish, mehnat qilishga bo'lgan qobiliyatlarini taraqqiy ettirish kabi murakkab va mas'uliyatli vazifalarni qo'ymoqda. Bu vazifalarni muvaffaqiyatli hal qilish uchun faqat pedagogika fanining nazariy asoslarini, har bir o'qituvchi predmetni o'qitish metodikasini, maktab o'quvchilarining fiziologiyasi asoslari, maktab o'quvchilari gigiyenasi asoslarinigina bilish emas, balki ma'lum darajada psixologik

bilimlarga ham ega bo'lish lozim. Har bir pedagog ma'lum darajada psixolog ham bo'lishi talab etiladi, chunki ular har biri faqat o'ziga xos bo'lgan, turli yoshdagi, turli individual xususiyatlarga ega bolgan o'quvchilar bilan ish olib boradi. Har bir bola faqat o'ziga xos bilish faoliyati, iroda, xarakter, xulq-atvor xususiyatlariga ega. Maktabdagi ta'lim tarbiya berish jarayonida ham shu xususiyatlarni bilish va shunga asoslanib ularga individual munosabatda bo'lish lozim. Oila kichkintoy hayotidagi birinchi barqaror jamoa. Aynan bola rivojlanishining ilk davrlaridan boshlab atrofini o'rab turgan olam, oila muhiting ta'siri natijasida uning xarakteri, odobi, atrofida gilariga kelajakda qilishi mumkin bo'lgan muomalasi asta sekin shakllanib boradi. Bolani oppoq qog'ozga, uning xotirasini esa to'xtash nimaligini bilmasdan tinmay yozadigan ruchkaga qiyoslasak bo'ladi.

Bugungi kunda hayotda ko'plab muammolarga duch kelamiz. Bulardan eng avvalosi bu- inson xarakteridir. Inson xarakteri qайдan va qanday shakllanadi? Albatta bu oiladan boshlanadi. Oila – bu juda nozik muassasa. Bu farzand dunyoga kelganidan, ota-onaning bir-biriga bo'lgan munosabatidan boshlanadi. Ota-onaning bosayotgan har bir qadami bolaning ongiga o'rnashib qoladi.

Ijtimoiy tarmoqlar orqali kirib kelayotgan milliy mentalitetimizga xos va mos bo'lmagan g'arbona hayot tarzini targ'ib etuvchi turli sayoz va jangari film, multfilm, shou dastur ham bolaning jismonan sog'lom bo'lib voyaga yetishida sportning ahamiyati katta. Sport inson hayoti davomidagi faoliyat turlaridan biridir. Yoshu qari borki umr davomida sport bilan shunchaki xavaskorlik yoki professional shug'llanadilar. Xavaskorlik bilan sportda shug'ullanuvchilar hayoti davomida turli sabablar bilan shugullanishlari kuzatiladi. Masalan sog'ligini tiklash yoki qiziqish bilan, yani biron bir sportchiga yoki sport turiga qiziqishi ustun bo'lsa, yana biron bir insonning taklifi va maslahatiga ko'ra sport bilan shug'ullanadilar. Xavaskorlik bilan shug'ullanuvchi sportchilar turli sabablar tufayli ham hammasi sport bilan umrining oxirigacha shug'ullanishi yoki ko'p vaqt davomida shugullanmasligi yoki butunlay sportni tark etishlari ham mumkin. Sport bilan shug'ullanishning dastlabki bosqichi asosan bolalarda kuzatiladi. Ularda sportning turli yo'nalishiga qiziqishi mavjud bo'lib, muayyan bir sport turini qat'iy tanlashi qiyinda videoroliklarni

tomosha qilish, zo'ravonlik aks etgan komp'yuter o'yinlarini o'ynash, ayrim yoshlarning ta'lim-tarbiyasi, turmush tarzi va madaniyatiga salbiy ta'sir qilayotgani hech birimizga sir emas. Bu kabi jamiyatimizga xos bo'lmagan illatlarning oldini olishda farzandlarimizning tashqi ta'sirlar, ayniqsa internet va xorijiy telekanallar orqali namoyish etilayotgan g'arazgo'ylikni targ'ib etuvchi vositalardan himoya qilish har birimizning burchimizdir.

Ma'lumki, rivojlanish qonuniyatiga ko'ra, har qanday taraqqiyot ko'rgazmali obrazlilikdan abstract mantiqiylikka qarab boradi. Agar bola hali o'qishga aqliy, ma'naviy-ruhiy jihatdan tayyor bo'lmay turib, unga harf va raqamlarni yozish, o'qish o'rgatilsa psixik rivojlanishning teskari tomonga ketishiga sabab bo'ladi. Psixolog olimlarning fikricha, psixik va evolyutsiya taraqqiyot qonunlari ham fizik qonunlardek buzilmas, hamda universalidir. Bundan kelib chiqadiki pedagoglar, ota-onalar, bolalarni erta maktabga berishning foyda yoki zarari to'g'risida o'ylaganlarida inson miyasi rivojlanishining neyrofiziologik qonuniyatlarini ham alohida e'tiborga olishlari lozim.

Tarbiyasi qiyin bola yoshligidan diqqat-e'tiborga, izzat-hurmat, mehr muhabbatga g'oyat tashna bo'ladi. Bunday bolalar bilan ishlaganda mehribon va g'amxo'r bo'lishni unutmaslik kerak. Chunki bunday bolalar salbiy beqarorlikka yo'liqqanligi uchun ularning xulq-atvori izdan chiqqan bo'ladi. O'qituvchilar ham bunday hollarda sinfdagi xuddi ana shunaqa bolalar bilan shug'ullanishga vaqt topishmaydi, ularga "tarbiyasi qiyin" bolalar deb qaraydilar. Zero, o'smir hayotining shunday mas'uliyatli va qaltis davrida unga to'g'ri yo'l ko'rsatish, unda endigina kurtak otayotgan illatning oldini olish, bolaning kelgusi taqdirida muhim rol o'ynaydi.

O'smir kamolotining eng og'ir davri uning xarakterining shakllanish jarayoni maktabda ta'lim olish yillariga to'g'ri keladi. Xarakterining shakllanishi esa o'spirinning atrofdagilar bilan bevosita aloqasiga bog'liqdir. Qaysi hayotiy va kasbiy yo'lni tanlashi, ustozining uni qanday tarbiyalashi va yo'naltirishi kuniga besh-olti soat maktabda bo'ladigan bolaning kelajagini ko'p jihatdan belgilaydi. Uni kamolotning to'g'ri yo'lidan olib boradigan, olamni tanitadigan, oqil, olijanob,

abadiy eziguliklarga o'tgatadigan muassasa bu –maktabdir. Ba'zi bir maktablarning “zaif ” tomoni shundaki, o'qituvchilarning hammasi ham muallimlik va tarbiyachilik vazifasini birga uyg'unlashtirib olib bora olmasliklaridadir. Odatda ular o'quvchilariga o'z darsini o'zlashtirishi yoki o'zlashtira olmasligiga qarab baho beradilar. Shuni doimo esda tutish lozimki, yomon o'qiydigan bolalar yomon odam emas, ya'ni bilimga qo'yilgan baho shaxsga berilgan baho bo'la olmaydi.

Shaxs tarbiyaning ob'ekti va sub'ekti hisoblanadi. Shaxsning kamol topishida ijtimoiy va biologik omillarning ta'sir kuchi bir xil bo'lmaydi. Shaxsning rivojlanish holatini to'g'ri baholash va bilish uchun uni turli munosabatlar doirasiga qo'yib tuzatish lozim. Pedagogika shaxsning kamoliga etishishning murakkab va ziddiyatli jarayon deb biladi. Shaxs qaysi o'quvchilarda o'z-o'zini tarbiyalashda ya'ni o'z ustida ongli batartib ishlashga ehtiyoj paydo bo'lgandagina, tarbiya jarayonini samarali deb hisoblasa buladi. Bolajonlar nihoyatda mas'um. Ularning bu mal'umlik laridan foydalanmang! Jismonan sizga hech narsa qila olmaydilar, lekin ruhan sizni tark etadilar! Ko'ngillarining tub tubida siz tirnagan jarohatlar izi qoladi. Islohi mushkul holatlarga tushirasiz. Urish, haqorat qilish-kishining ojizligidan dalolat. Gaplashish, tushuntirish, o'rgatish uchun inson himmatli va zakiy bo'lishi kerak. Inson shaxsining tarkib topishi va psixik rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillarning muammosi o'z mohiyati jihatidan g'oyaviy xarakterga ega. Ma'lumki, odam shaxs sifatida muntazam, qandaydir faoliyatda tarkib topib boradi , rivojlanadi, uning faolligi namoyon bo'ladi. Agarda hayvonlar tevarak atrofdagi tashqi muhitga passiv moslashib, hayot faoliyatlarida, ya'ni tashqi muhitdagi tayyor narsalardan foydalansalar, odam esa tevarak atrofdagi tashqi muhitga faol ta'sir ko'rsatib, uni o'z irodasiga bo'y sindiradi, hamda o'zgartirib,o'z ehtiyojlarini qondirishga xizmat qildiradi. Salbiy omillardan yana biriga to'xtaladigan bo'lsak bu – qo'rquv. Bolalardagi an'anaviy qo'rquvlar haqida ham unutmaslik kerak. Ular ham psixolog, ruhshunoslar fikricha bola shaxsining rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatuvchi sabablardan biri hisoblanadi. Qo'rquv haqida gap borganda dastlab, bolani yolg'iz qolishdan instinktiv qo'rqishi haqida bormoqda. Doim o'z oilasi bilan birga bo'lishga intilish har bir oilaning ongida tabiataan mavjud. Masalan, farzandingiz gapingizga

kirmasa “ yalmog'izga berib yuborish” ko'chaga chiqarib qo'yish shart emas. Kattalar uchun beozor tuyulgan bunday gaplar yosh bolalar uchun o'ta jiddiy hisoblanadi. Bolalaringiz bilan samimiy bo'ling. Ular xato qilganda “Men sening yoshingdaligimda bunday qilmaganman” deb ularni aldamang. Bolalar biz ham adashganimizni, xatolar qilganimizni, har qanday odam biror ishni bir necha bor uringanidan so'ng uddasidan chiqishini bilishlari lozim. Mening yuqoridagi gapim esa boladagi o'ziga bo'lgan ishonchni sindirib qo'yadi. Uyga kirganingizda farzandingiz kutib olmasa va shodligidan sizni quchoqlamasa, axloqingizni va ularga muomalangizni bir sarhisob qiling. Chunki tarbiya va g'amxo'rlik qilishda xatoga yo'l qo'ygansiz! Bolaning jismonan sog'lom bo'lib voyaga yetishida sportning ahamiyati katta. Sport inson hayoti davomidagi faoliyat turlaridan biridir. Yoshu qari borki umri davomida sport bilan shunchaki xavaskorlik yoki professional shug'llanadilar. Xavaskorlik bilan sportda shug'ullanuvchilar hayoti davomida turli sabablar bilan shugullanishlari kuzatiladi. Masalan sog'ligini tiklash yoki qiziqish bilan, yani biron bir sportchiga yoki sport turiga qiziqishi ustun bo'lsa, yana biron bir insonning taklifi va maslahatiga ko'ra sport bilan shug'ullanadilar. Xavaskorlik bilan shug'ullanuvchi sportchilar turli sabablar tufayli ham hammasi sport bilan umrining oxirigacha shug'ullanishi yoki ko'p vaqt davomida shugullanmasligi yoki butunlay sportni tark etishlari ham mumkin. Sport bilan shug'ullanishning dastlabki bosqichi asosan bolalarda kuzatiladi. Ularda sportning turli yo'nalishiga qiziqishi mavjud bo'lib, muayyan bir sport turini qat'iy tanlashi qiyin.

Jamiyat o'rtasidagi xilma-xillik munosabatlarida bola ixtiyoriy yoki ixtiyorsiz ravishda o'zini boshqalar bilan taqqaslaydi va o'zida boshqalarga o'xshash yoki farq qiladigan hislarlar topadi. Bolada o'zi haqida, uning o'zligi haqida ma'lum bir fikr paydo bo'ladi. Bola asosan oilada va maktabda boshqalar bilan munosabatda bo'ladi. Oilaning muhim ahamiyatga ega bo'lgan yana bir vazifasi tarbiyalashdir. Bolalarning aqliy, jismoniy, axloqiy, estetik tarbiyasiga oilada asos solinadi. Shaxs tarbiyaning ob'ekti va sub'ekti hisoblanadi. Shaxsning kamol topishida ijtimoiy va biologik omillarning ta'sir kuchi bir xil bo'lmaydi. Har bir pedagog ma'lum darajada psixolog ham bo'lishi talab etiladi, chunki ular har biri faqat o'ziga xos bo'lgan, turli yoshdagi,

turli individual xususiyatlarga ega bolgan o'quvchilar bilan ish olib boradi. Har bir bola faqat o'ziga xos bilish faoliyati, iroda, xarakter, xulq-atvor xususiyatlariga ega. Maktabdagi ta'limtarbiya berish jarayonida ham shu xususiyatlarni bilish va shunga asoslanib ularga individual munosabatda bo'lish lozim. Shaxsning rivojlanish holatini to'g'ri baholash va bilish uchun uni turli munosabatlar doirasiga qo'yib tuzatish lozim. Pedagogika shaxsning kamoliga etishishning murakkab va ziddiyatli jarayon deb biladi. Shaxs qaysi o'quvchilarda o'z-o'zini tarbiyalashda ya'ni o'z ustida ongli batartib ishlashga ehtiyoj paydo bo'lgandagina, tarbiya jarayonini samarali deb hisoblasa buladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. E.G'oziyev "Yosh va pedagog psixologiyasi"
2. M.Vohidov. Bolalar psixologiyasi 1982
3. Internet ma'lumotlari

SUITSID HOLATIGA TUSHGAN O'QUVCHILARGA IJTIMOIIY- PSIXOLOGIK YORDAM BERISH BOSQICHLARI

*Tog'aybekov Sarvar Anvar o'g'li
G'uzor tumani 82-maktab amaliyotchi psixologi*

Bugungi kunda sog'lom va barkamol avlodni tarbiyalash eng ustivor vaifalardan biridir. Ruhiy sog'lom, ma'naviyati yuksak, jismoniy va aqliy yetuk farzandlar yurt kelajagidir. Hozirgi kunda fan-texnikaning jadal sur'atlar bilan rivojlanishi nafaqat jamiyat hayotiga balki o'sib kelayotgan yosh avlodning ta'lim-tarbiyasiga ham o'z ta'sirini o'tkazmasdan qolmayapti. Buning natijasida o'quvchi yoshlarimizda psixologik tanglik, qiyin vaziyatlar yuzaga kelmoqda. Albatta bunday tanglik holatlari o'quvchining jismoniy, psixik va aqliy rivojlanishiga o'z ta'sirini ko'rsatmoqda.

Tanglik vaziyati-shaxsning psixikasida ro'y beradigan hissiy zo'riqishlarni kuchli darajada namoyon bo'lishidir. Bunday holat shaxsning bilish jarayonlariga, aqliy faoliyatiga, shaxslararo munosabatlar tizimida tutgan o'rniga bog'liqdir.

Shuningdek, bu holat shaxsdagi xulq-atvor me'yorlarida ham o'ziga xos o'zgarishlarni yuzaga keltiradi.

O'smirlarni tengdoshlari o'rtasida uni qoniqtiradigan o'ziga xos o'rinni egallashga intilish xulq-atvor me'yorlariga va referent guruhlar qadriyatlariga yuqori darajada qiziqish bilan qo'shilishi kuzatiladi. O'smir psixikasidagi o'tish davri unda bolalik va kattalik xususiyatlarini birgalikda bir vaqtda mavjud bo'lishi bilan izohlanadi. O'smirlik yoshida odatda kichikroq yoshdagilar uchun xarakterli bo'lgan xulq-atvor reaksiyalariga moyillik ko'pincha saqlanib qoladi. Ularga quyidagilar taalluqli:

1.Voz kechish reaksiyasi. U xulq-atvorning oddiy shakllaridan munosabatlar, uydagi majburiyatlar, o'qish va boshqalardan voz kechishida ifodalanadi. Aksariyat hollarda odatiy hayot sharoitlaridan keskin uzilishlar (oiladan uzilish, maktabni o'zgartirish) sabab bo'ladi.

2.Qarshilik, qat'iy norozilik, e'tiroz reaksiyasi. U o'z xulq-atvorini talab qilinayotganlarga qarama-qarshi qo'yishida namoyon bo'ladi: namoyishkorona mardlik, sababsiz darsga kelmaslik, qochish, o'g'rilik qilish va hatto norozilik sifatida amalga oshiriladigan bir qarashda be'mani bo'lgan xatti-harakatlar.

3.Taqlid qilish reaksiyasi. U odatda bolalik yoshiga xos bo'lib, tug'ilgan va yaqin insonlarga taqlid qilishda namoyon bo'ladi. Taqlid reaksiyasi asotsial muhitdagi shaxs sifatida kamolotga yetgan o'smirlar guruhi uchun xosdir.

4.Kompensatsiya reaksiyasi. U o'zining bir sohadagi muvaffaqiyatsizligini boshqasidagi muvaffaqiyatlari bilan to'ldirishga intilishida ifodalanadi. Masalan, o'zlashtira olmayotgan o'smir sinfdoshlari hurmatiga, qo'pol, nojo'ya xatti-harakatlari orqali erishishga harakat qilishi mumkin.

5.Giperkompensatsiya reaksiyasi. Bola yoki o'smir ko'proq muvaffaqiyatsizlikka duch keladigan sohalardagina aynan muvaffaqiyat qozonishga intilishi bilan asoslanadi.

O'smir uchun xos bo'lgan psixologik reaksiya ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'sir asosida yuzaga keladi. Masalan, o'smirning ozodlikka intilishi. Bu holatda o'smirning mustaqillikka, kattalar vasiyligidan xalos bo'lishga intilishini aks etadi. Buning

natijasida o'smirning uy yoki maktabdan qochishi, ota-onalar, o'qituvchilarga qaratilgan salbiy munosabatlari vujudga kelishi mumkin.

Yuqorida keltirilgan vaziyatlar davolash ya'ni korreksiyasini talab qiladi. Xulq-atvor buzilishlarining patologik va patologik bo'lmagan shakllarini o'z vaqtida farqlash juda muhim, chunki ular turli shakldagi pedagogik va ijtimoiy yordamga muhtoj ayrim vaziyatlarda doir-darmon bilan davolashni talab qilinadi. O'smirlik davridagi psixik rivojlanishning muhim yo'nalishi muammo va qiyinchiliklarni bartaraf qilish usullarini shakllanish bilan bog'liq. Ulardan ayrimlari bolalikdanoq murakkab bo'lmagan vaziyatlarni hal qilish uchun shakllanadi va odatga aylanadi.

Bolalar agressiv xatti-harakat namunalarini quyidagi uch asosiy manbaga asoslanib to'playdi:

1.Nosog'lom oila muhiti. Bu kabi oilalarda ota-ona bilan farzand o'rtasidagi munosabatning ijobiy psixologik iqlimda emasligi, farzandlar o'rtasidagi kelishmovchiliklar, oiladagi mojarolar, nizolar, oilaviy hamohanglikni mavjud emasligi bolalarda agressiv hulq-atvorni shakllanishiga olib keladi. Bolalardagi agressivlikning namoyon bo'lishi oilaviy muhitning ta'sir darajasiga bog'liq hisoblanadi.

2.Tengdoshlar guruhi. Bolalar oiladan tashqarida o'z tengqurlari bilan bo'lgan munosabatda ham agressiv xatti-harakatlarni o'zlariga singdiradilar. Ko'pgina hollarda bolalar tengdosh do'stlarining xatti-harakatlarini kuzatgan tarzda, o'zlarini agressiv boshqarishga urinadilar. Haddan tashqari agressiv bolalar o'z tengdoshlari orasidan siqib chiqariladilar. Bunday bolalar o'zlarini ho'rlangandek his qilib, o'zlari kabi agressiv bolalar guruhidan joy topadilar. Bu esa muammoning ustiga yana muammo tug'dirmasdan qolmaydi.

3.Ommaviy axborot vositasi. Bugungi kunda bolalarga ta'sir etayotgan eng kuchli quroldir. Bu borada internetning ta'siri kuchayib bormoqda. Bolalar internet aloqalari orqali o'zlarining xususiyatlariga to'g'ri kelmaydigan ma'lumotlar bilan ham tanishmoqdalar. Shu o'rinda oynai jahon orqali namoyish etilayotgan turli jangari fil'mlar, ko'rsatuvlar ham bolalarda agressiv xususiyatlarni tarkib topishga ta'sir qilmoqda. Psixologik kuzatuvlarga ko'ra, oiladagi iqlim, ota-ona o'rtasidagi o'zaro

munosabat, ota-ona bilan bola o'rtasidagi munosabat, oilaviy hamohanglik yoki aksincha kelisha olmaslik, opa-singillari, aka-ukalari bilan yaqinlik darajasi, farzandi tomonidan qilingan noto'g'ri, yanglish xatti-harakatlarga nisbatan ota-onaning ta'sirlanishi – oilada shakllanib kelayotgan agressiv xatti-harakatlarini belgilab beruvchi omillar bo'lib hisoblanmoqda.

Yuqoridagilarga asoslangan holda o'smirlar guruhidagi tanglik holatini bartaraf etish uchun quyidagi psixologik trening mashg'ulotlaridan foydalanishni tavsiya qilaman.

O'smir shaxsida tanglik holatini bartaraf etishga qaratilgan trening mashg'ulotlari

“Niqobni uzat” mashqi

Maqsad: o'smirlarni tetiklashtirish va ularni guruh bo'lib ishlash uchun tayyorlash, ishtirokchilarning o'zlariga ma'qul bo'lmagan kayfiyatdan qutulishlari va to'liq ishga jalb bo'lishlari hamda mashqning guruhda ko'tarinki kayfiyatni uyg'otishiga erishish.

Ko'rsatma: nima qilayotganimni ko'rish uchun menga qaranglar. Men yuzimda biror bir emotsiyani aks ettirishga harakat qilyapman. Mana, masalan, (bunda trener biror qandaydir emotsiyani aks ettirib zudlik bilan guruhning barcha a'zolari ko'rishi uchun aylanadi). Keyin esa men o'zimning chap tomondagi qo'shnimga o'girilaman va u mening yuz ifodamni yaxshilab ko'rib olishi kerak. So'ngra u mening yuz ifodamdagi holatni hech qanday o'zgarishsiz o'zi aks ettirishi lozim. U buning uddasidan chiqishi bilan bir marta aylanib so'ng yangi yuz ifodasi bilan chap tomoniga qarashi zarur. Shunday qilib barcha navbati bilan shu holatni takrorlab boradi.

“Mening kayfiyatim nimaga o'xshaydi?” mashqi

Maqsad: shaxsda emotsional holatlarni anglash, ularni boshqarish va nazorat qilish ko'nikmalarini tarkib toptirishdan iborat.

Ushbu mashq shu turdagi mashg'ulotlar uchun faollashtiruvchi o'yin vazifasini o'tashi mumkin. U ishtirokchilarga o'zlarining emotsional holatlarini anglash va ularni “shu yerda va hozir” tamoyili asosida obrazli tarzda ifodalash imkonini beradi.

**Ko`rsatma:** o`zingizga quloq soling. Sizning hozirgi kayfiyatingiz qanday rangga o`xshaydi?

“Hissiyotlarni sanaymiz” mashqi

Maqsad: ishtirokchilarning emotsiya borasidagi so`z boyligini oshirish

**Ko`rsatma:** keling, kim turli hislarni anglatuvchi so`zlarni ko`proq bilishini aniqlab olamiz. Navbat bilan so`zlarni ayting va ularni vatmanga yozib boring.

Trener uchun ma'lumot. Ushbu mashqni guruhning tayyorgarlik darajasiga qarab musobaqa yoki “aqliy hujum” shaklida tashkil etish mumkin.

Ishtirokchilarning vatmanini butun mashg`ulot davomida yordamchi vosita sifatida qo'llash mumkin. Qolaversa, mashg`ulotlar davomida ushbu “lug`at” yangi so`zlar bilan boyitib borilishi mumkin. Shunga alohida e'tibor qaratinglarki, ro'yxatda u yerda asosiy emotsiyalar (g`azab, g`am, quvonch, qo`rquv, xafagarchilik) qolib ketmasligi kerak. Agar ishtirokchilardan biri yozilganlarning emotsiyalarga tegishliligiga shubha qilsa, qolganlardan buni izohlab berish so`raladi.

Mashg`ulot yakunida ishtirokchilarga quyidagi savollarni berish mumkin: “Oxirgi marta nazorat ishi yozganiningizda o`zingizni qanday his qildingiz?”, “Nojo`ya ish qilib qo`yganingizda o`zingizni qanday his etasiz?”.

Muhokamada “Sizningcha, eng yoqimsiz his qaysi?”, “Qaysi biri eng yoqimlisi?”, “Quyida sanab o`tilgan hislardan qay biri sizga yaxshi tanish?” kabi savollarga javob berish taklif qilinadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Abramova G.S. Vozrastnaya psixologiya. Toshkent 2005.
2. L.Beknazarova, M.Maxmudova. Ijtimoiy-psixologik trening. Toshkent 2016.
3. E.G'.G'oziyev. Psixologiya muammolari. Toshkent 1999.
4. R.Y.Toshtemirov, E.G'.G'oziyev Psixodiagnostika va amaliy psixologiya. Toshkent 2004.

ИЖОДКОР ТАФАККУРЛИ ЁШЛАРНИНГ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

Шодмонов Асрорхон Бобохон ўғли

Ўзбекистон Республикаси 31-умумий ўрта таълим мактаби амалиётчи психологи

Ўзбекистонда кадрлар тайёрлашнинг сифат даражасини ошириш, халқаро стандартлар асосида олий малакали мутахассислар тайёрлаш учун зарур шарт-шароитларни яратиш, ҳар бир олий таълим муассасасини жаҳоннинг етакчи илмий-таълим муассасалари билан яқин ҳамкорлик алоқалари ўрнатиши, ўқув жараёнига халқаро таълим стандартларига асосланган илғор педагогик технологиялар, ўқув дастурлари ва ўқув-услугий материалларини кенг жорий қилиш, талабалар, илмий-педагог кадрларни замонавий касбий билимлари ва креативлик қобилиятларини ривожлантириш, ёшлар аудиторияси билан иш олиб боришда интерфаол усуллардан самарали фойдаланиш масалалари Ҳаракатлар стратегиясининг устувор йўналишларига мувофиқ олий таълим даражасини сифат жиҳатидан ошириш ва тубдан такомиллаштиришнинг асосий вазифалари сифатида белгиланди.³²

Мавзу юзасидан асосий тушунчаларга тўхталиб ўтадиган бўлсак, ўспринликнинг илк даври 15 ёшдан 18 ёшгача бўлган давридир. Ўспиринлар олида келгусида ким бўлиш, қандай фаолият тури билан шуғулланиш керак деган ташвиш туради. Шу сабабли бу даврда улардаги яратувчанлик қобилияти, ижодий тафаккурни ривожлантириш асосий масалалардан бири ҳисобланади.³³

XXI аср ахборотлар оқими даврида ижтимоий ҳаётимизнинг барча жабҳаларига, шу жумладан таълим-тарбия соҳасига ҳам кўплаб янгиликлар кириб келмоқда. Ушбу янгиликлар билан бир қаторда уларни ёритувчи янги тушунчалар ҳам бизнинг илмий тилимизда қўлланилиши кузатилмоқда. Жумладан педагогика, яни таълим-тарбия соҳасида кейинги 20 йил ичида

³²Ўзбекистон Республикаси Президентининг “Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича Ҳаракатлар стратегияси тўғрисида”ги Фармони. // Ўзбекистон Республикаси Қонун ҳужжатлари тўплами. – Т., 2017. – Б.39.

³³Ғозиев Э. “Ёш психологияси ва педагогик психология нимани ўрганди?”. Ўзбекистон Халқ таълими вазирлиги. 2017

қуйидаги тушунчалар қўлланилмоқда ва бизнинг илмий тилимиз истеъмолида кенг ишлатилмоқда:

- педагогик технология,
- илғор технология,
- илғор тажрибалар,
- инновация ва инноватика,
- педагогик неология, праксиология, аксиология,
- инновация ва инноватор,
- интерактивлик,
- стратегиялар,
- гуманистик педагогика,
- либерализация,
- Таълимда ахборот коммуникацион технологиялар,
- тарбия жараёнида технологиялар,

Биз шулар орасида «креативлик» тушунчасига алоҳида тўхталиб ўтмоқчимиз. Бу тушунча сўнгги йилларда таълим-тарбия жараёнларида малум даражада қўлланилмоқда. Лекин бу тушунчанинг мазмун ва маъносини таҳлил этишга ҳамда инсонларда креативликнинг шаклланганлик даражасини аниқлашга доир қатор татқиқотлар олиб борилган. Айниқса бундай изланишлар психология соҳасида кенг ривожланган.

Шахснинг креативлиги унинг тафаккурида, мулоқотида, ҳис-туйғуларида, муайян фаолият турларида намоён бўлади. Креативлик шахсни яхлит ҳолда ёки унинг муайян хусусиятларини тавсифлайди. Креативлик иқтидорнинг муҳим омили сифатида ҳам акс этади. Қолаверса, креативлик зеҳни ўткирликни белгилаб беради. Кўриниб турибдики, креативлик бевосита шахснинг индивидуал-психологик хусусиятлари билан боғлиқ жараён ҳисобланади. Унинг ривожланиши эса интеллект-интуиция-мантиқий фикрлаш жараёни таъсирида кечади.

Юқори синф ўқувчиларининг ўз атрофларини, ўраб олган воқеликни билиб олишга бўлган интилиши уларда дунёқарашнинг таркиб топишига

шароит яратади. Улардаги назарий билимларнинг ортиб боришида синфдан ташқари ишлар, тўғараклар ижобий таъсир кўрсатади.

Илк ўспиринлик даврида ўқувчининг мустақил фикр юрита олмаслиги унинг психикасидаги жиддий камчилик ҳисобланади. Бу даврда ўқувчи ақлининг танқидийлиги вазиятга қараб ўзгарувчан характер касб этади. Бунинг асосий сабабларидан бири – воқеликнинг моҳиятини илмий жиҳатдан тўғри тушунмасликдир. Шунингдек ўспириннинг «ўз позицияси»да бўш келмаслиги, нарса ва ҳодисаларнинг асл моҳиятини англаб туриб, баъзан атайлаб «ўжарлик» қилиши ҳам бу ҳолатнинг бир кўриниши ҳисобланади. Э.Ғозиев таъкидлашича, *«уларда моддий дунё тўғрисида шахсий фикрлар, мулоҳазалар, илмий дунёқараиш таркиб топганидан кейингина тафаккурнинг танқидийлик хусусияти ривожлана бошлайди. Ақлнинг танқидийлигини тарбиялашда ўқитувчи ўқувчининг ўзига хос типологик хусусиятларига, ақлий камолот даражасига, билимлари савиясига, мулоҳаза доирасининг кенглигига, нутқ қобилиятига, шахсий нуқтаи назарига, ўқишга нисбатан муносабатига, қизиқишининг хусусият ва даражасига, ақлий фаолият операцияларини қанчалик билишига, мавжуд ўқиш кўникмаси ва малакаларига алоҳида эътибор бериши лозим»*³⁴.

Юқоридаги фикр ва мулоҳазаларни умумлаштириб шуни айтиш мумкинки, илк ўспиринлик даврига келиб ўқувчиларнинг билиш (креатив-ижодий) фаолиятидаги ижобий ўзгаришлар, касб-ҳунар мотивлари, интилиш, мойиллик, табиат ва жамиятга нисбатан ижтимоий ва ижтимоий-психологик муносабат улар шахсининг таркиб топишида (ижтимоийлашувида) муҳим роль ўйнайди.³⁵

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати

1. Ғозиев Эргаш. Онтогенез психологияси. Назарий-эксперимент таҳлил. Монография. "Ношир". Тошкент: 2010

³⁴ Ғозиев Эргаш. Онтогенез психологияси. Назарий-эксперимент таҳлил. Монография. "Ношир". Т.: 2010 й.

³⁵ Ғозиев Эргаш. Онтогенез психологияси. Назарий-эксперимент таҳлил. Монография. "Ношир". Тошкент: 2010, 181-бет

2. Ғозиев Э., “Умумий психология” ЎзМУ Ўқув методик Кенгаши нинг 2002 йил. Мажлис билан нашрга тавсия этилган. «Университет» нашриёти, 2002
3. Ғозиев Э. “Ёш психологияси ва педагогик психология нимани ўрганди?”. Ўзбекистон Халқ таълими вазирлиги. 2017
4. Расулов Абдумўмин Ибрагимович. Психодиагностика. Тошкент-2009
5. Ҳасанбоев Ж., Тўракулов Х., Хайдаров М., Ҳасанбоева, О., Усманов Н. Педагогика фанидан изоҳли луғат. - Т.:2009 «Фан ва технологиялар».

ЎҚУВЧИ ЁШЛАРНИНГ ЎСМИР ЁШ ДАВРИДА ПСИХОЛОГИК РИВОЖЛАНИШИНИНГ ХУСУСИЯТЛАРИ

*Нормаматов Бехруз Ҳақберди ўғли
Ўзгор тумани 67-умумий ўрта таълим амалиётчи психологи*

Психологияда ўсмирлик даври ўзи хос бир қанча хусусиятлар билан ажралиб туради. Бу ажралиб туриш айниқса психик ўзгаришларда яққол намоён бўлади.

Ўсмирлик даврида назарий тафаккур юқори ривожланиши аҳамиятга эга бўла бошлайди. Чунки бу даврдаги ўқувчилар атроф оламдаги боғланишлар мазмунини максимал даражада билишга ҳаракат қиладилар. Бу даврда ўсмирнинг билшга бўлган қизиқишда прогресс содир бўлади. Илмий назарий билимларнинг эгаллаб олиниши туфаккурнинг ривожланишига олиб келади. Бунинг ҳисобига исбот, далиллар билан фикрлаш қобилияти ривожланади. Унда дедуктив хулосалар чиқаришга қобилият пайдо бўлади. Мактабда

Ўқитиладиган фанлар ўсмир учун ўз тахминларини юзага келтириш ёки текшириш учун шароит бўлиб хизмат қилади. Ж.Пиаженинг таъкидлашича «Ижтимоий ҳаёт уч нарсанинг таъсири – тил, мазмун, қоидалар асосида шакллантирилади». Бу борада ўзлаштирилган ижтимоий муносабатлар ўз – ўзидан тафаккурнинг янги имкониятларини яратади.

11–12 ёшдан бошлаб ўсмир энди мантикий фикрлаб ҳаракат қила бошлайди. Ўсмир бу ёшда худди катталар сингари кенг қамровли таҳлил этишни ўргана бошлайди. Ўсмир тафаккурнинг назарий даражага қанчалик тез кўтарила олиши ўқув материалларни шунчалик тез, чуқур эгаллаш ва унинг интелектини ҳам ривожланишини белгилаб беради. Ўсмирлик даври юқори даражадаги интеллектуал фаоллик билан фарқланади. Бу фаоллик асосан ниҳоятда қизиқувчанлик ҳамда атрофдагиларга ўз лаёқатларини намойиш этиш, шунингдек улардан юқори баҳо олиш эҳтиёжининг мавжудлиги билан белгиланади. Ўсмирнинг катталарга берадиган саволлари кўпгина мазмунли, чуқур ўйланган ва айнан ўша масала юзасидан бўлади. Бу ёшдаги болалар турли гипотезалар туза оладилар, таҳминий фикр юрита оладилар, тадқиқ ўтказа оладилар ҳамда маълум бир масала бўйича алтернативларни таққосла оладилар. Ўсмир тафаккури кўпинча умумлаштиришга мойил бўлади. Республикамизнинг бозор иқтисод шароитига ўтишда кишилардаги амалий тафаккурнинг аҳамияти ошмоқда. Амалий тафаккур тизимида қуйидаги ақлий сифатлар киради:

- тадбиркорлик, тежамкорлик, ҳисобилик, юзага келган муаммоларни тез еча олишлик.

Кўрсатилган барча сифатлар бўлган тақдирдагина амалий тафаккурини ривожланган деб ҳисоблаш мумкин. Бу сифатларни 1–синфданок бошлаб ривожлантира бориш ниҳоятда муҳим. Ўсмирлик даврида ишбилармонлик сифатини ўқувчилар ўз–ўзини бошқаришни йўлга қўйиш шунингдек, умумий фойдали тадбиркорлик ишларида иштирок эттириш орқали ривожлантириш мумкин. Бу борада ўқувчи ижрочи ролида эмас балки бошқарувчи, мустақил йўл танловчи ва тадбиркорлик муносабатларига ўзи киритувчи бўлган

тақдирдагина ривожланиш амалга ошиши мумкин. Бу ёшда тадбиркорликни ривожлантиришда кўпроқ мустақилликни берилиши ўсмир амалий тафаккурининг ривожига ижобий таъсир кўрсатади. Ўсмир ёшдаги болаларда тежамкорликни ривожлантириш ақлни бошқа сифатларига нисбатан осонроқ кечади, буни кўпроқ уларни қизиқтирадиган нарсаларга мустақил равишда ҳисоб – китоб қилиб боришга йўллаш орқали амалга ошириш мумкин. Ўсмирларда юзага келган муаммоларни тез ва оператив ҳолда ечиш малакасини шакллантириш бир мунча қийинроқ кечади. Албатта бу боланинг темпераментига ҳам боғлиқ. Барча ўсмирларни ҳам тез ўйлаб, тез ҳаракат қилишга ўргатиш мушкул, лекин уларни муаммо юзага келиши билан орқага ташамай тез ечишнинг умумий қоидаларга ўргатиб бориш мумкин.

Ўсмирлик даврида интелектнинг юқори даражада ривожланган бўлиш ҳимматли ва обрўли ҳисобланади. Ўсмир шахсида ва унинг билишга қизиқишидаги ўзгаришлар ўзаро боғлиқ бўлади. Ихтиёрий психик жараёнларнинг ривожланиши ўсмирдаги шаклланиб келаётган шахс мустақиллигига таянади, ўзининг шахсий хусусиятларини англаш ва шакиллантириш имкониятлари эса ундаги тафаккурнинг ривожланиши билан белгиланади.

Ўсмирлик даврида диққат, хотира тасаввур тўла мустақиллик касб этиб, энди ўсмир уларни ўз ифодасига кўра бошқара оладиган бўлади. Бу даврда қайси етакчи функция (диққатми, хотирами ёки тасаввур) устунлик қилаётгани яққол намоён бўлиб, ҳар бир ўсмир ўзи учун ахамиятлироқ бўлган функцияни эътиборга олиш имкониятига эга бўлади.

Ўсмирлик даврида асосан билиш жараёнлари юқори даражада ривожланади. Бу йилларда ўсмирларга ҳаёт давомида керак бўладиган асосий шахсий ва тадбиркорлик хусусиятлари очиқ кўрина бошлайди. Хотира механик хотира даражасидан мантиқий хотира даражасига кўтарилади. Нутқ асосан юқори даражада ривожланган, хилма-хил ва бой тафаккур эса ўзининг барча кўринишлари: ҳаракатли, образли, мантиқий даражасида ривожланади. Ўсмирларни энди турли амалиёт ва ақлий фаолиятларга ўргатиш мумкин.

Шунингдек, бу даврда умумий ва махсус лаёқатлар шаклланади ва ривожланади. Бу даврига жуда кўп зиддиятлар ва қарама-қаршиликлар хос. Мактаб дастури ва бошқа ишлар билан боғлиқ турли масалаларни ечишда кўзга ташланадиган ўсмирларнинг интеллектуал ривожланганлиги катталарни улар билан бирга жиддий муаммолар бўйича фикрлашга ундайди, ўсмирларнинг ўзлари ҳам бунга ҳаракат қиладилар. Бошқа томондан эса айниқса, келажак касб, ҳули атвор этикаси, шз мажбуриятларга мажбуриятларига маосулик каби муаммолар муҳокамасида инфантилликни (ёш боларларга хос жисомний ва психологик ҳолат) кузатиш мумкин.

5-6 синф ўқувчиларига синфдаги ўзи эгаллаган мавқеига катта эътибор бериш хусусияти хос. Айниқса 6 синфдан бошлаб ўқувчилар ўз ташқи кўринишларига, шунингдек қарама-қарши жинсдаги болалар ва улар билан ўзаро муносабатларига эътибор бера бошлайдилар.

7-синф ўқувчиларида эса ўз лаёқатларини ривожлантиришга хос қизиқиш юзага келади. 8 синф ўқувчилари эса мустақиллик, ўзига ҳослик, дўстлик ва ўртоқлик билан боғлиқ бўладиган шахсий ҳислатлар юқори баҳоланади. Ўсмирларнинг ана шу кетма-кет юзага келадиган қизиқишларига асосланадиган ҳолда фаол равишда иродавий ишбилармонлик ва бошқа фойдали сифатларни ривожлантириш мумкин.

Юқоридаги маълумотлар шуни кўрсатадики, ўсмирлар бу даврда психик ва эисмоний ривожланишнинг муҳим жиҳатини босиб ўтади. Катталар эса бу даврда улардан огоҳ бўлиб йўл-йўриқ кўрсатиб туришлари лозим.

O'QUVCHILARDA SALBIY O'ZGARISHLARNI KELITIRIB CHIQUARUVCHI TA'SIRLARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Saydinova Zamira Umidullayevna

Inson tug'ilganidan to umrining oxirigacha rivojlanishda bo'ladi. Inson rivojlanishi murakkab jarayon. Bu rivojlanish tashqi ta'sirlar va ichki kuchlar ta'sirida kechadi. Tashqi ta'sirlar bu insooni o'rab turgan atrof-muhit bo'lsa, ichki ta'sir esa biologic, irsiy omillar hisoblanadi. Bolalarda ham xuddi shunday kechadi.

Bola shaxsining shakllanishida, ijtimoiylashuvida ijtimoiy muhit muhim ahamiyatga ega. Bola sekinlik bilan ijtimoiy muhitni o'zlashtiradi. Aksariyat bolalar rivojlanishi dastlab oilada boshlanadi, keying rivojlanshi esa maktabgacha ta'lim muassasalari, maktab, oliygoh, atrofidagi do'stlari davrasida kechadi. Bola doimo o'zi uchun qulay bo'lgan, atrofda gilari uni tushunadigan, yaxshi aloqa o'rната oladigan muhitni tanlaydi.

Bola shaxsining rivojlanishidagi dastlabgi "hududi" bu - oila. Bolaning shaxsining rivojlanishida oila muhim ahamiyat kasb etadi. Lekin shunday bo'lsa-da, oilada bola shaxsida salbiy o'zgarishlarni keltirib chiqaruvchi bir necha omillarni kuzatishimiz mumkin. Misol tariqasida shularni aytishimiz mumkin-ki, ota-ona ajrimi, moddiy yetishmovchilik, otasi bilan yoki bo'lmasa onasi o'rtasidagi tushunmovchilik, oilada e'tiborning yetishmasligi, ota-onaning farzandlariga baravar muomulada bo'lmasligi kabilar.

Ota-ona ajrimini ta'sir ko'satishini aytadigan bo'lsak, buning natijasida bolaning oilada ota yoki onasining mehriga to'ymasligi, tengdoshlari yonida kamsitilishi o'ziga bo'lgan ishonchning yo'qolishiga olib keladi. Bolaning dunyosi ikki qismdan iborat: biri otasiga, boshqasiga onasiga tegishli. Bu ikki qism ajrab ketsa, usha ikki dunyosi parchalansa, bola ham haqiqiy iztirobni boshdan kechiradi. Katta yoshlilar buni yodda saqlashi zarur. Usha holatda bolaning boshi og'riy boshlaydi, qo'rqinchli tushlar ko'radi. Ayrim vaziyatlarda o'zi uchun qaltis harakatlarni qilib, natijada biror joyiga zarar ham yetkazishi mumkin.

Bola shaxsining rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadigan muhim "hudud"lardan yana biri bu - maktab hisoblanadi. Bu bosqichning boshlang'ich sinfdan boshlab yuqori sinfgacha mujim ahamiyat kasb etadi. Boshlang'ich sinfda ko'proq bolaning nutqini

rivojlantirishga e'tibor qaratishga kerak. Agar e'tibor qaratilmasa salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin ya'ni muloqotga kirishga qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin.

Shuningdek maktab davrida bola shaxsining rivojlanishi uchun muhim hisoblangan tafakkur, intellekti, diqqat, kognitiv faoliyatini, xotirasini ayniqsa shaxslararo munosabatini rivojlantirish muhim hisoblanadi. Shaxslararo munosabat jarayoni ya'ni bolaning atrofdagi kishilar bilan muloqoti, aloqasini rivojlantirish tufayli bolaning bilimlar, g'oyalar, fikrlar, axborot almashinuvini, turli ma'lumotlar uzatish va qabul qilish, munosabat o'rnatgan odami bilan bir-birini tushunishi ta'minlab berilgan bo'ladi.

Bundan tashqari, bola bitta partada kim bilan o'tirishi, kim eng yaqin o'rtog'i, ularning nima haqida gaplashishi, shuningdek, bola tanaffus va katta tanaffus paytlarida kimlar bilan yaqin munosabatda bo'lishini aniqlash lozim. Bu ishlarni albatta o'qituvchi va psixolog hamda ota-onalar hamkorlikda olib boradilar. Biroq, bu tekshirishlar bolaning izzat-nafsiga tegmasligi kerak, iloji boricha bola bu haqida bilmasligi kerak.

Bolalarda shu salbiy illatlarni yo'qotish, ularni zamon talablari asosida tarbiyalash birinchi navbatda o'qituvchi, psixolog ko'pincha ota-onasi zimmasiga tushadi. Shunday ekan tarbiyachi-o'qituvchi, psixolog ota-onalar bilan kelishgan holda bolalarda paydo bo'layotgan nuqsonlar ildizini o'rgangandan keyin tarbiya ishiga kirishadilar. Tarbiya ishlari har bir sinfda har metod bilan olib borilishi zarur. Bu yerda maktab o'quvchilarining yosh xususiyatlarini ham inobatga olgan ma'qul. Shundagina biz kutagn natijaga erisha olamiz.

Dunyoni ishlarini qarang-ki, stress deganimiz yosh tanlamas ekan. Bola shaxsining rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatuvchi omillardan yana biri bu-stressdir. Bolaning yoshi, o'tish davri, jinsidan qat'i nazar stressga tushish hollarini kuzatishimiz mumkin. Bolaning ichki dunyosi ruhiyati uchun yangi nimadir bilan buzib yuborilganda bolada stress holati yuzaga kelishi mumkin.

Maktabgacha ta'lim muassasasidagi davrni aytadigan bo'lsak bola bog'chaga qatnay boshlagani uchun yaqin odamlarini ko'rmaslik, hojatxonaga mustaqil boorish, atrofdagi yangi odamlar bolada stressni yuzaga keltirib chiqaradi. Shuningdek, bu

shifokor yoki sartaoshga borish, dori ichish bilan ham bog'liq bo'lishi mumkin. Bolaning bu voqealarga munosabati birinchi navbatda yaqinlarining ko'proq ota-onasining qanday qabul qilishiga bog'liq.

Odatda ko'pchilik ota-onalar boladagi stressni payqashmaydi. Bolada kechayotgan stressni bolaning normal o'sish va rivojlanish jarayonida kuzatiladigan holatlardan farqlab olishi qiyin boladi. Agar farzandi stressni boshidan kechirayotgandek tuyulsa, zudlik bilan buning sabablarini aniqlashi lozim. Bolalar o'zini nima bezovta qilayotganini har doim ham so'z bilan ifodalay olmaydi, shuning uchun ham bu borada ota-ona ruhshunos, psixolog yordami bilan bolada kechayotgan o'zgarishlarni, salbiy sabablar, stressni bartaraf qilish usullari bilib olishi zarur hisoblanadi.

Bundan xulosa qilish mumkinki, ota-onalar bola stress vaziyatiga imkon qadar kechroq to'qnash kelishiga harakat qilishi lozim.

Salbiy omillardan yana biriga to'xtaladigan bo'lsak bu – qo'rquv. Bolalardagi an'anaviy qo'rquvlar haqida ham unutmaslik kerak. Ular ham psixolog, ruhshunoslar fikricha bola shaxsining rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatuvchi sabablardan biri hisoblanadi. Qo'rquv haqida gap borganda dastlab, bolani yolg'iz qolishdan instinktiv qo'rqishi haqida bormoqda. Doim o'z oilasi bilan birga bo'lishga intilish har bir oilaning ongida tabiataan mavjud. Masalan, farzandingiz gapingizga kirmasa “ yalmog'izga berib yuborish” ko'chaga chiqarib qo'yish shart emas. Kattalar uchun beozor tuyulgan bunday gaplar yosh bolalar uchun o'ta jiddiy hisoblanadi.

Yana bir narsani alohida ta'kidlashimiz kerak-ki, ayrim ota-onalar farzandlarini kiyintirishda jiddiy xatoga yo'l qo'yadilar, ushbu goh boyligini ko'z-ko'z qilish uchun, goh avvalo yolg'iz bolam deb, qimmatbaho kiyim-kechak, qizlarga rang-barang taqinchoqlar olib beradilar. Bu bolalarda takabburlik, xudbinlik, kibrli yashash kabi illatlar keltirib chiqaradi.

Tarbiya tarixiy-ijtimoiy tajribaga tayangan holda bolani umuman shaxsni ma'lum maqsad asosida ijtimoiy hayotga tayyorlovchi faoliyat jarayoni hisoblanadi. Jamiyat ma'naviyati va shaxs kamolotida muhim o'rin tutuvchi ma'naviy va axloqiy poklik, iymon, insof, diyonat, or-nomus, mehr-oqibat, keksalarga hurmat singari

fazilatlar o'z-o'zidan shakllanmaydi. Yuqorida aytib o'tganlarimizning asosida oila, maktabgacha ta'lim, o'rta maxsus, kasb-hunar tizimlarida amalga oshirilayotgan ta'lim-tarbiya mazmuni yotadi.

O'sib kelayotgan yosh avlodni zamon talablariga mos, barkamol inson bo'lib shakllanishlari uchun ijtimoiy tarbiya ya'ni, aqliy, ma'naviy-axloqiy, jismoniy, mehnat, estetik, huquqiy, ekologik, iqtisodiy hamda jinsiy tarbiyani tashkil etish bola shaxsining rivojlanishiga albatta ijobiy ta'sir ko'rsata oladi va biz kutgan natijani beradi.

Hayot qarama-qarshiliklardan iborat. Ko'pincha qandaydir yangiliklar yaratilishi, muhim ishlarning oshirilishi turli qarama-qarshi fikrlar yuzaga kelishi mumkin. Zamonaviy texnologiyalar haqida shunday qarama qarshi fikrlar ko'plab uchraydi. Kompyuter, mobil telefon, planshet va smartfonlar foydalanuvchilarga yordam berish maqsadida hayotimizga kirib kelgan bo'lsa, endi hayotimizning bir qismiga aylandi desam adashmayman.

Hozirgi kunga kelib, nafaqat kattalar balki jajji bolajonlar ham ulardan foydalana boshladilar. Ma'lumki, go'dak dunyoga kelgan kunidan boshlab onasi bilan emotsional bog'liq. Ko'pincha go'daklik chog'idanoq atrof-olamni faqat onasi orqali taniy boshlaydi. Bugungi kundagi yosh onalarimiz esa farzandlarining dunyoga kelgan dastlabki kunlaridanoq go'daklari ko'z oldida zamonaviy qurilmalardan foydalanadilar. Hatto smartfon kabi mobil telefon bilan birga "nafas oladilar". Bunday holat tabiiy-ki bola ulg'aygandan so'ng ham davom etadi. Ayrim ota-onalar o'z ishlarini bajarib olish uhun bolalarning qo'liga mobil telefon berib qo'yadilar.

Bunday holatlarning tez-tez takrorlanishi bir necha omillarga sabab bo'lishi mumkin. Bular: bola boshqalar bilan munosabat jarayonida qiyinchiliklarga duvh keladi.doimo qiziqarli multifilm yoki o'yinlar bilan shug'ullanish imkoniyatini taqdim etadigan qurilmalarga bog'lanib bog'lanib qolish odati shakllana boshlaydi. Haqiqiy hayotdagi rivojlantiruvchi o'yin va kitob o'qib erish kabi mashg'ulotlardan bahra olmaganlillari sababli qiziqish mavjud bo'lmaydi, kelgusi o'qish, dars tayyorlashlarida qiyinchiliklar yuzaga keladi. Shu tariqa onalarimiz farzandlarining tarbiyaviy jarayonlarida xatoga yo'l qo'yadilar.

Adabiyotlar ro'yhati:

1. M.Vohidov. Bolalar psixologiyasi 1982 9-b
2. R.To'raxonova. Tarbiyasi og'ir bolalar psixologiyasi va ularni tarbiyalash. 5-6-b
3. Z.Nishonova, Z.Qurbonova, S.Abdiyev. Psixodiagnostika va eksperimental. 2011. 92-93-b

**ЎҚУВЧИЛАРДА САЛБІЙ ХУЛҚ ОҒИШИНІНГ ОЛДИНИ ОЛИШ
БЎЙИЧА ТАВСИЯЛАР**

*Юсупова Лобар Дониёровна
Ўзгор тумани 70-умумий ўрта таълим мактаби психологи*

Кузатишларимиздан маълум бўлишича, вояга етмаганлар жиноятчилигини олдини олишда энг аввало жиноятчилик хулқининг ижтимоий-психологик, индивидуал психологик, социологик, ҳудудий ва криминологик хусусиятларини ҳисобга олиш талаб этилади. Шунингдек, вояга етмаганлар ўртасида юзага келаётган қонунбизарликларнинг олдини олиш ишлари умумий ва махсус-индивидуал тарзида олиб борилиши билан характерланади.

Умумий ижтимоий чора-тадбирларга жамиятни ижтимоий-иқтисодий жиҳатдан ривожлантириш, сиёсий барқарорликни таъминлаш, халқнинг турмуш тарзи ва микро муҳит муносабатларини яхшилаш, фуқароларнинг маданий-маънавий ва маърифий салоҳиятини ўстириш ва бошқалар киради.

Махсус – индивидуал характердаги тадбирлар сифатида эса болалар ва ўсмирларнинг шахс хусусиятлари, уларнинг психологияси, дунёқараши, қадриятлар ориентацияси, ҳаётий позицияси, онглик даражаси ва ижтимоийлашув хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда чора-тадбирларни ишлаб чиқиш ва қўллаш тушунилади.

Психологик маслаҳат ўтказишнинг қуйдаги хусусиятлари мавжуд.

Мактаб психологи маслаҳат жараёнида шу хусусиятларга амал қилиш лозим.

1. Тарбияси қийинликни бартараф этишнинг оптимал психологик йўллари аниқлаш.
2. Ўсмирнинг ички руҳий ҳолатини: мақсади, ҳаётга муносабати, ўз-ўзига ишончи, иродавий-ҳиссий ўзини бошқаришни таҳлил этиб шуларга мос равишда маслаҳат бериш.
3. Ўсмирга инсоний ёндашиш, ижобий муносабат ўрнатиш.
4. Мақсадга эришишда ўсмир билан психологнинг биргаликда ҳаракат қилиши.
5. Психологик қийинликни бартараф этиш орқали ўсмир ҳаётидаги ижтимоий, шахсий вазифаларни ҳал этиш.
6. Ўсмир билан ишлашда унинг индивидуал психологик хусусиятини билиш, маслаҳат беришда аниқ мақсад қўйиш.

Болалар ва ўсмирлар ўртасида хулқ оғиши ва қонунбузарликларнинг олдини олишда қуйидагиларга эътибор қаратиш мақсадга мувофиқдир:

- хулқ оғишига эга бўлган болалар ва ўсмирлар шахсида асоциаллик, руҳий беқарорлик, ўзгарувчанлик, аффектга мойиллик каби хусусиятларнинг яққол ифодаланганлигидан келиб чиқиб, улар яшаётган оила ва ижтимоий муҳитни соғломлаштириш, шахслараро муносабатларни яхшилаш натижа беради;

- вояга етмаганлар ўртасидаги хулқ оғишининг келиб чиқиши асосий сабаблари сифатида болалар ва ўсмирлар фаолиятини назорат қилмаслик, оилада бола тарбиясига эътиборнинг сусайиши кабилар намоён бўлганлигидан келиб чиқиб, оилада ва оиладан ташқарида болалар ва ўсмирлар фаолиятини, бўш

вақтларида нима билан шуғулланаётганлигини назорат қилиш ва оилада бола тарбиясига эътиборни кучайтириш мақсадга мувофиқдир;

- криминоген хулқли оилаларни аниқлаш, уларда тарбияланаётган болалар ва ўсмирлар аҳволидан хабардор бўлиб туриш;

- моддий маиший шароитнинг етарли эмаслиги вояга етмаганларда хулқ оғишининг келиб чиқишига таъсир этишлигини ҳисобга олиб, бундай оилаларга маҳаллий ҳокимият, ижтимоий таъминот ва хайрия жамғармалари томонидан моддий ёрдамлар бериб туришни ташкил этиш;

- ота-оналар, катта ёшдаги кишилар ва ўқитувчилар томонидан болалар ва ўсмирларга нисбатан қўлланилаётган қаттиққўл, қўпол ва адолатсиз муносабатларга барҳам бериш;

- вояга етмаганларда хулқ оғиши кўпинча ота-оналар, ўқитувчиларнинг болалар ва ўсмирлар психологиясини билмасдан туриб муносабатда бўлишликлари натижасида келиб чиқаётганлигини ҳисобга олиб ота-оналар ва ўқитувчиларнинг психологик билимларни ошириш тадбирларини белгилаш;

- вояга етмаганларда хулқ оғишининг олдини олишда болалар ва ўсмирларнинг ёш ва индивидуал-психологик хусусиятларини ҳисобга олиш.

Демак-ки, ўқувчи шахсини индивидуал психологик хусусиятларини ҳар томонлама мукамал таҳлил қилиш уларни ўқитиш ва тарбиялаш самарадорлигининг муҳим шартларидан биридир. Тарбиянинг салбий омиллар ва шароитлари энг ёқимсиз тарзда, умуман ўсиб келаётган шахснинг, аввало, унинг бутун ахлоқий-иродавий хусусиятларининг шаклланишига таъсир этади. Ўқувчининг ахлоқий ривожланиши асосан унинг теvarак-атрофдаги кишиларга ва атрофдагиларнинг унга бўлган ўзаро муносабати ва ўзаро таъсир хусусиятлари билан боғлиқ экан, ўқитувчилардан педагогик жиҳатдан ўз ҳолига ташлаб қўйилган ва тарбияси қийин, ҳуқуқбузарлик ва гиёҳвандликка мойиллиги бор, ўзлаштириши паст бўлган ўқувчиларнинг ўзига хос психологик хусусиятларини билишлари, амалиётчи психологлардан эса мавжуд ҳолатларнинг олдини олиш ва баратараф этиш усулларида самарали фойдаланишлари талаб этилади.

Ўқувчиларнинг индивидуал психологик хусусиятларини ўрганишда турли хил диагностик усуллардан фойдаланиш мумкин. Қуйида эътиборингизга, ўқувчилардаги эмоционал ҳолат ва агрессивликни аниқлаш учун “Кактус” деб номланадиган проектив методика, “Ўқувчининг мактабга, билим олишга ва мактабдошларининг унга бўлган муносабатини аниқлаш” методикаси ҳамда тарбияси оғир болалар»нинг эмоция ва ҳуқ -атвор соҳасидаги бузилишларини ўрганиш учун “Ижтимоий – психологик мослашганлик” шкаласи (ИПМ) ҳавола этилмоқда.

“Кактус” методикаси.

Керакли материаллар: рангли қаламлар, А-4 форматдаги қоғоз. Ўқувчига кактус расмини чизиш таклиф этилади. Расм чизиш вақтида савол бериш ва тушунтиришлар берилмайди. Расм чизиб бўлингандан кейин суҳбат ўтказилади:

1. Кактус хонакими ёки ёввойими?
2. Уни ушлаш мумкинми?
3. Кактусни парвариш қилиш унга ёқадими?
4. Кактусга яқин қандай гуллар бор?
5. Кактус ўсганда қандай ўзгаришлар бўлади?

Натижалар таҳлили: Психолог чизилган расмларга қараб ўқувчидаги эмоционал ҳолатларни аниқлайди.

Жаҳлдорлик кучли-кактусда тиканлар сони кўп чизилса, тиканлари узун ва яқин жойлашган бўлса.

Импульсивлик-биринчи ташқи туртки ёки ҳис-туйғулар таъсиридаёқ ўйлаб ўтирмай, маълум сўзларни айтиб юборишга, ҳаракатларни бажаришга мойиллик ифодаланадиган характер хислати-расмни босиб чизиш, алоҳида ажратилган чизиқлар.

Эгоцентризм ўз шахсий манфаатлари ва эҳтиёжларини қондиришга кучли ҳирс қўйиш - расм катта ва варақнинг ўртасида жойлашган бўлса.

Тобелик, ишончсизлик - расм кичкина ва варақ пастиди бўлса.

Очиқлик ва намоёишкороналик – ноаниқ шакл, куртаклар чизилган бўлса.

Эҳтиёткорлик ва яширинлик - кактус четларида зигзаг чизилган бўлса.

Оптимизм - келажакка ишонч билан тўлиб – тошган ижобий характер ҳислати ёки эмоционал ҳолат – ёрқин ранглардан фойдаланса.

Хавотирланиш – тўқ ранглардан фойдаланиб, штрихлар берилса.

Нозик дид эгаси –гуллаган кактусни чизса, чиройли шакл ва безак берилса.

Экстраверт - агарда, расмда бошқа кактуслар ва гуллар чизилган бўлса теварак – атрофдаги одамларга, ташқи ҳодисаларга йўналиш бор.

Оилавий ҳимояга интилиш – гултувак чиройли безалган бўлса.

Ёлғизликка интилиш – ёввойи ҳолда ўсадиган кактус чизилса.

KATTA MAKTAB YOSHIDAGI O'QUVCHILARNING MEHNAT FAOLIYATIGA JALB QILISH VA KASB TANLASHIDA PSIXOLOGNING O'RNI

*Berdiyeva Zebo Abdihakim qizi
G'uzor tumani 20-umumiy o'rta ta'lim maktabi amalyotchi psixologi*

Katta maktab yoshi (odatda 15–18 yosh) shaxs kamolotining muhim bosqichi bo'lib, bu davrda o'quvchilarda mustaqil hayotga tayyorgarlik, kelajak kasbini tanlash, ijtimoiy va mehnat faoliyatiga ongli munosabat shakllanadi. Aynan shu jarayonda psixologning roli muhim ahamiyat kasb etadi, chunki kasb tanlash faqat bilim va qobiliyat bilan emas, balki shaxsiy qiziqish, motivatsiya, psixologik tayyorgarlik bilan chambarchas bog'liqdir.

Katta maktab yoshidagi o'quvchilarning psixologik xususiyatlari

Bu yosh davriga xos xususiyatlar quyidagilardan iborat:

O'zini anglash va shaxsiy “Men” konsepsiyasining shakllanishi

Mustaqil qaror qabul qilishga intilish

Kelajak hayotiga oid rejalarning paydo bo'lishi

Qiziqish va qobiliyatlarning nisbatan barqarorlashuvi
Ijtimoiy faollik va mehnatga bo'lgan munosabatning rivojlanishi
Mazkur xususiyatlar o'quvchilarning kasb tanlash jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Mehnat faoliyatiga jalb qilishning ahamiyati
O'quvchilarni mehnat faoliyatiga jalb qilish:
Mehnatsevarlik va mas'uliyat hissini shakllantiradi
Amaliy ko'nikmalarni rivojlantiradi
Kasblar haqidagi tasavvurni kengaytiradi
Jamiyatda o'z o'rnini anglashga yordam beradi
Bu jarayonda psixolog o'quvchining individual imkoniyatlarini hisobga olgan holda yo'naltirish ishlarini olib boradi.

Kasb tanlash jarayonida psixologning vazifalari
Psixolog kasb tanlashda quyidagi asosiy vazifalarni bajaradi:

1. Psixodiagnostika

O'quvchining qiziqishlari, qobiliyatlari va moyilligini aniqlash
Temperament, xarakter va intellektual darajani baholash
Kasbiy yo'nalishni aniqlovchi testlar o'tkazish

2. Kasbiy maslahat berish

O'quvchiga mos kasblar haqida individual tavsiyalar berish
Mehnat bozori va kasblarning psixologik talablari bilan tanishtirish
Noto'g'ri yoki tasodifiy tanlovlarning oldini olish

3. Motivatsiyani shakllantirish

Mehnatga ijobiy munosabatni rivojlantirish
O'quvchining o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlash
Maqsad qo'yish va unga erishish ko'nikmalarini shakllantirish

Katta maktab yoshidagi o'quvchilar shahsining taraqqiyotida ijtimoiy foydali mehnatning ro'li haqida gapirmaslik mumkin emas. Garchi katta maktab yoshidagi o'quvchilar hayotining asosiy mazmuni va ular faoliyatining yetakchi turi-o'qish bo'lsa ham, komunistik tarbiyada mehnatning roli haqida aytgan so'zlarini unutmaslik

kerak. “Yoshlar har kuni har bir qishloqda, har bir shaharda umumiy mehnatning biror vazifasini, mayli, eng kichik, eng oddiy vazifasini amaliy ravishda hal etish”lari zarur deb hisoblagan.

O`quvchilarni, ayniqsa katta maktab yoshidagi o`quvchilarni ijtimoiy foydali mehnatga jalb qilish uchun har bir imkoniyatdan foydalanmoq kerak. O`quvchilar mehnati faqat o`zining moddiy natija berishi tomoni bilangina muhim emas. O`quvchilar mehnatini to`g`ri tashkil etish shahsining kollektivizim, umum foydasi uchun qilinadigan mehnatga muhabbat, tashabbuskorlik, maqsadga intiluvchanlik, qat'iyatchilik singari sifatlarini tarkib toptirishga yordam beradi. O`quvchilar umumiy mehnatda qatnashar ekanlar, mehnatni va mehnat qilishlarini hurmatlash tuyg`usini hosil qiladilar, ularda mehnat qilish ehtiyoji va istagi paydo bo`ladi.

Mehnatning o`zigina emas, avvalo ko`p qirrali va xilma-xil ijtimoiy hamda axloqiy munosabatlar tarbiyalaydi, mehnat ana shu munosabatlarga katta maktab yoshidagi o`quvchini jalb qiladi. Mehnat jarayonida o`quvchilarda yangi tuyg`ular-o`z mehnatida quvonish, yaratilgan narsa bilan fahrlanish tuyg`usi, ko`p kuch-g`ayrat sarflangandan keyin erishilgan g`alabadan qanoat hosil qilish tuyg`usi vujudga kelaqdi. Ana shu yangi quvonchli emo`tsiya o`quvchini yana bir marta bu tuyg`ularni boshdan kechirish uchun mehnat vaziyatiga jalb qiladi. Katta maktab yoshidagi o`quvchilar butun ittifoq miqiyosida bo`ladigan jamoaviy shanbaliklarda, maktab sport maydonchalari qurilishida, maktab hovlisini, hiyobonlarini obodonlashtirishda bajonidil qatnashdilar.

Mustaqil mehnat hayotiga o`tish istiqbolining ta'siri ostida katta maktab yoshi uchun xarakterli bo`lgan kelajak maqsadlar sari yo`nalish tarkib topadi. Katta maktab yoshi mehnat hayotida o`z-o`zini aniqlab olish yoshi bo`lib, bu vaqtda o`quvchi o`zining mehnatidagi iste'donini jiddiy ravishda izlay boshlaydi, unda o`zining kelajakdagi kasbini belgilab olish intilishi paydo bo`ladi. O`smir, odatda o`zining kelajakdagi kasbi haqida hali jiddiy ravishda o`ylab ko`rmaydi, xususan agar u 9 sinfdan keyin maktabda o`qimoqchi bolsa shunday bo`ladi. Beshinchi sinf o`quvchilari ham o`zlarining kelajakdagi kasblarini aytib berishlari mumkin, lekin bu ko`proq kasb haqidagi tez-tez o`zgarib turuvchi orzular bo`ladi. Ulardan farqli o`laroq, katta maktab

yoshidagi o'quvchilar kasbini o'ylab tanlaydilar, nima uchun shu kasbni tanlaganlarini asoslab beradilar. Ularning ko'plari o'zlarining individual jismoniy va psixik xususiyatlarini biror kasb kishisiga qo'yiladigan talablar bilan taqqoslamochi bo'ladilar.

Ming-minglab kasblar bor, lekin muayyan mehnat turiga individual moyillik bilan unga bo'lgan qobiliyat va uning ijtimoiy yuqori baho berish birga qo'shilib ketgan vaqtdagi chin yurakdan tanlangan kasbgina kishiga manaviy qoniqish va jamitga juda katta foyda beradi. Yuqori sinf o'quvchilarining ko'plari buni anglab yetadilar. Katta maktab yoshdagi o'quvchi uchun xarakterli xususiyat kasblarga keskin tanlab munosabatda bo'lishdir. Yuqori sinf o'quvchilarini ko'z o'ngida bu kasblarning ijtimoiy mavqei juda ulug'dir. Boshqa kasblarning ijtimoiy mavqeyi imkoniyati past. Lekin muammo shundaki, ko'pincha kasblarning bunday mavqeligi jamiyat uchun, mamlakatimiz xalq xo'jaligi uchun real ahamiyatga ega bo'lmaydi. Maktabni tugallab chiqayotgan yoshlar, fizik, radio mutaxasis, matematik, uchuvchi, geologik va adabiyot xodimi kasblarini juda yuqori baholar ekanlar. Xizmat ko'rsatish sohalariga oid kasblarni umumiy ovqatlanish, shuningdek xisobchilik, ish yurituvchilik bugalterlik kasblarning mavqei juda past ekan.

Maktabni bitirish vaqiga kelib 10-sinf o'quvchilarining hammasi ham o'zining kelajagida kasbini qa'tiy tanlab oladi, deb ayta olamiz. Bir qancha psixologlarning bergan ma'lumotlariga turli shaxarlar va viloyatlarda o'zining kelajakdagi kasbini qa'tiy belgilab olgan 10-sinf o'quvchilari 65% bilan 85% o'rtasida bo'ladi, yani ba'zi hollarda maktabni bitirayotgan har bir o'quvchidan biri o'z kelajagi haqida juda xira tasavvurga ega bo'ladi.

Katta maktab yoshidagi o'quvchilar oliy ma'lumot olishga, o'qishni oliy o'quv yurtida davom ettirishga bir tomonlama yondashishlarini aytib o'tish kerak. Bundan bir necha yil muddat chet el psixologiya inistituti yuqori sinf o'quvchilarining professional niyatlarini tekshirishdan o'tkazgan edi. Turli shaxarlar, turli maktablardan bir necha ming katta maktab yoshidagi o'quvchilar tekshirib ko'riladi. So'rab chiqilganlardan 80%dan ko'prog'i oliy ma'lumot olishga intilamiz, deb qa'tiy qaror qilgan, faqat ozgina yoshlar maktabdan keyin ishlab chiqarishga bormoqchi ekanliklarini aytishgan.

Shundan keying yillarda o'tkazilgan tekshiruvlar ham o'rta maktablarni bitiruvchilarining ko'pchilik qismi oliy o'quv yurtlariga kirmoqchi ekanligini ko'rsatdi. Umumiy o'rta ta'limiga o'tilgani sari maktablarni bitirib chiqayotgan yoshlarni toboro ko'proq qismi ma'lumot olgach, bevosita ishlash uchun borishlari kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar

- 1) Davletshin M.G "Umumiy psixologiya "T-2000
- 2) Nemov R.S"Psixologiya" T.I.M.1998
- 3) Karimova V.M2 "Psixologiya"T.Sharq 2002
- 4) G'oziyev E E "Umumiy psixologiya "Toshkent 2002
- 5) Gamezo A."Atlas psixogiya"Moskva 2001

МУНДАРИЖА

Farfiyev Bahramdjon Athamdjanovich	O'zbekistonda kechayotgan sekulyarizatsiya jarayonining o'ziga xosligi	4
Расулов Абдимумин Ибрагимович	Ўқитувчининг шахсий-касбий камолотини баҳолашда психологик-педагогик диагностика	7
Hamroyev Temurbek Jamshid o'g'li	Ota-onasi chet elda bo'lgan bolalarning psixologik farovonligi va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash omillari	13
Shodiyev Ilyos Ilhom o'g'li	Talabalarda psixologik himoya mexanizmlarining shakllanishi, turlari va ahamiyati	17
Radjabova Ug'iljon Davlatovna	Tarbiya fanini o'qitish jarayonida sinfdan tashqari ishlarni tashkil etish texnologiyalari	22
Dadaboyeva Nazokatxon Muxamedovna	Psixologiya yo'nalishi talabalarida etnik tolerantlikni diagnostikasi	28
Dexqonova Munajat	Oiladagi ta'lim-tarbiyada psixologik omillar	31
Abduvaxobova Mastura To'ychiyevna	Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashni yaxshilashning ijtimoiy-psixologik imkoniyatlari	35
Sharopov Nabi, Turg'unboyeva Madina	Huquqiy ong va huquqiy madaniyatni shakllantirishda psixologiyaning roli	40
Boltayeva Sarvinoz Umirbek qizi	Boshlang'ich sinf o'qish savodxonligini matn tahlili orqali rivojlantirishda zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanish metodikasini takomillashtirish	45
Muqaddas Raxmanova	Psixogimnastik va qisqa psixologik mashqlar maktab darslaridagi samaradorlikka ta'siri	48
Hamroqulova Dilnavoz, Tohirova Shaxnoza	Bolalarda intellektning rivojlanishida oilaning o'rni	51
Begayeva Zarina Muhiddinovna	Matematika ta'limida tahliliy va mantiqiy fikrlashni rivojlantirish yo'llari	55
Nazarova Mohinabonu Azamatovna	Oila va maktab hamkorligida bolalar va o'smirlarni sog'lom hayotga tayyorlashda gigienik tarbiya	60
Усманова Шахло Шавкатовна	Девиантное поведение личности (Специфические особенности девиантного поведения личности)	64
Qodirova Sarvinoz Ikromovna	Boshqaruv psixologiyasida ayol rahbarlarni psixologik o'rganishning asoslari	70
Avilova Ra'no	Zamonaviy ta'limda psixologik-pedagogik muammolar	76
Saitova Komila G'ulom qizi	Raqamli charchash (digital fatigue) sharoitida shaxs emotsional barqarorligining psixologik mexanizmlar	80
Qurbonov Ixtiyor Xikmatovich	Jahon ta'lim va ilmiy muassasalarda innovatsion faoliyatga individual tayyorgarlikni shakllantirish va rivojlantirish vazifalari	86
Tursunova Parizoda	Dezadaptatsiya va uning o'smir xulqida namoyon bo'lishi	94
Azizova Dinara Rahmiddin qizi	Mobbingdan aziyat chekayotgan talabalarda video-psixotrening usullari orqali o'zini boshqarish kompetensiyasini rivojlantirish	101
Магдиева Замира Юлдашхановна	Духовная подготовка к браку как социально-психологическая основа семейных отношений в узбекских семьях	108
Kamilova Nigoraxon Ruzimaxamatovna	Maktabgacha ta'lim muassasasi rahbarlarining ijtimoiy-psixologik kompetensiyasi holatini o'rganish (anketa tahlili asosida)	113
Axmedova Muyassar, Halimova Gulasal	Bolalarning chet tilini o'zlashtirishdagi psixologik va nutqiy to'siqlar	123

Zamonaviy ta'limda psixologik va pedagogik muammolar

Baynazarova Gulnoza Abdurasulovna	O'quvchilarda ma'naviy-axloqiy tarbiya kompetensiyalarini rivojlantirishda ta'lim muhitining roli	123
Go'zal Tojiyeva	O'quvchilarda kognitiv kompetensiya shakllanishida ta'lim muhitining psixologik-pedagogik muammolar	128
Obloqulova Zuhra	Ta'lim sifatini oshirishda o'qituvchilar malakasining roli	134
Каримова Дилноза Мансуровна	Суицидал хулқга бўлган муносабатнинг психологик хусусиятлари	141
Nazarov Davron Baxtiyor o'g'li	Olimpiya terma jamoasi sportchilarini musobaqaga psixologik tayyorlashda zamonaviy texnologik vositalardan foydalanish ahamiyati	146
Мухамедова Мадинахон	Психологические и социальные последствия несвоевременного процесса сепарации у подростков	155
Soxibova Ug'iloy	The concept of the moral hero: Conscience, integrity, and personal quest in the novels of Robert Louis Stevenson	158
Sevara Boboyorova	Oila tushunchasi va nikoh motivlari	163
Dilnoza Berdiyeva A'zamovna	Psixolog faoliyatida individual va guruhii suhbatlarning ahamiyati hamda o'ziga xosligi	167
Maxmudova Munisaxon Mansurjon qizi	Yoshlarda altruistik xususiyatlarning shakllanishida dinning o'рни	172
Egamberdiyeva Maftuna, Islamova Muyassar	Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarda ijodiy kompetensiyalarni rivojlantiruvchi ta'limiy vositalarni takomillashtirishning tashkiliy-psixologik asoslari	176
Teshaboyeva Nargiza Bilolidinovna	O'smirlarda emotsional o'zgarishlar va ular bilan samarali muloqot usullari	180
Salayeva Ruxsora, Otaboyeva Marhabo	O'smirlik davrida transformatsiya: nazorat paradigmasida ishonchli hamkorlikka o'tish	183
Darvishxojayev Xasan, Isoqova Go'zalxon	Destruktiv emotsional holatlar o'rtasidagi aloqaning psixologik tahlili	187
Soliqulov Yusufjon	Temperamentning shaxs xulq-atvoriga ta'siri	191
Xo'shboqov Kamoliddin	Ta'lim jarayonida psixologik omillarning o'рни	196
Shahnoza Toxirova	Emotsional o'zini baholash darajasini aniqlash metodikasi va uning psixologik ahamiyati	200
Sobirov Jamoliddin, Nazarov Azamat	Jinoyatchi shaxsi va uning o'ziga xos psixologik xususiyatlari	205
Mamatqulova Saboxat Abduraxmonovna	Bo'lajak o'qituvchilarning reflektiv kompetentligini rivojlantirish	208
Diyorova Zulfiya Menglimamatovna	Oilaviy munosabatlarni shakllanishida psixologik omillarining ahamiyati	213
Қўчқарова Шаҳноза Фахриддиновна	Оилада соғлом турмуш тарзи маданиятини шакллантириш психологияси	217
Hamroyeva Umida Sayfilloyevna	Ijtimoiy-psixologik tadqiqotlarda maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarda kreativ tafakkurning shakllantirish muammosini o'rganilganligi	222
Adizova Gulrux Shoqulovna	O'spirin yigitlarda otalik xulq -atvorni shakllantirishning psixologik xususiyati	225
Jumayev Yunus Rashidovich	MTTda zamonaviy raqamli multimediya vositalari orqali kichik guruh tarbiyalanuvchilariga yo'l harakati xavsizli qoidalari o'rgatishning ustuvor yollari	232
Shamsiddinova Elmira Muxammadjanovna	Pedagog shaxsida kreativlikni rivojlantirishning psixologik mexanizmlari	237

Zamonaviy ta'limda psixologik va pedagogik muammolar

Qayliyeva Aziza Zakirovna	Bolalikdagi travmaning ijtimoiy-munosabatlar va hayot sifatiga uzoq muddatli ta'siri	240
Куйлиев Тулкин, Абдихалимова Хулкар	Табиатга меҳр – инсоний маънавий қадрият	247
Куйлиев Тулкин, Исманилиева Нурхаё	Ўзбекистон ҳудудларидаги халқлар ҳаётида энг қадимги экологик маданият билан боғлиқ афсона ва ривоятлар	253
Islomova Bibigul Ziyodullayevna	Maktab o'quvchilarida psixologik madaniyat va psixologik salomatlik bilim-ko'nikmalarini shakllantirish	259
Азметова Зулфира Нурмат қизи	Конфликты во взаимодействии семьи и дошкольной образовательной организации в развитии эмоционально-волевой сферы дошкольника	263
Ibragimova Bibijon Ro'zmetovna	Fanlararo bilimlarni o'zlashtirish jarayonida ta'lim shakllarining metodik turlari	268
Kabirova Kamola, Soliev Elyorbek	Ajralishlar ortidagi haqiqat erkak mas'uliyati nega pasaymoqda?	271
Yunusova Aziza	Zamonaviy ta'limda psixologning o'rni	274
Ishimov Faxriddin	Zamonaviy ta'lim psixologiyasi	279
Axmedova Muyassar, Rajabova Sarvinov	Maktabgacha yoshdagi bolalar nutqini rivojlanishi	283
Ermatova Farangiz	Biologik va ijtimoiy omillar shaxs rivojiga ta'siri	286
Maxamatova Robiya	Bolalik travmalari va kattalikdagi psixologik oqibatlar	292
Fayzullayeva Difuza Nasriddinovna	Bolalik travmasining bolalar farovonligiga va kelajakdagi xatti-harakatlariga ta'siri	297
Latipova Lobar To'raboyevna	Ota-ona va farzand munosabatlarining bolalarni o'z-o'zini baholashdagi ta'siri	300
Salixova Zuhra Mirxosil qizi	Boshlang'ich sinf o'qituvchilari emotsional intellektining o'quv jarayoniga ijtimoiy psixologik ta'siri	307
Sanoyeva Mohigul Odil qizi	Klassik pedagogik merosni modernizatsiya qilishning zamonaviy talablari va ularni ta'lim amaliyotiga joriy etish mexanizmlari	314
Boboqulova Gulhayo Yusupovna	Boshlang'ich sinf o'qituvchilarida notiqlik mahoratini shakllantirishning pedagogik asoslari	320
Farmonova Xolida Rahimjon qizi	O'qish darslari orqali o'quvchilarda milliy qadriyatlarni shakllantirishda bolalar folklorining o'rni	324
Raxmatullayeva Saidabonu Azizbek qizi	Bo'lajak o'qituvchilarda axloqiy kompetensiyalarni shakllantirishda milliy ma'naviy merosning pedagogik ahamiyati	327
Xudoyberdiyeva Mashhura Mavludin qizi	Ta'lim jarayonida o'quv motivlarini rag'batlantirishning nazariy va amaliy asoslari	331
Abduraxmonova Laylo Xasanovna	O'qish savodxonligi darsliklarida nasriy asarlarning nutqiy kompetensiyani shakllantirishdagi o'rni	335
Baxriddinova Umida Akbar qizi	Ko'rgazmalilik yordamida o'quvchilarda mustaqil fikrlash va masalalarni yechish qobiliyatlarini rivojlantirish.	339
Sharipova Nasiba Axtam qizi	Boshlang'ich ta'limda integratsiyalashgan darslarning pedagogik ahamiyati	343
Kenjayeva Charosxon Shamsiddinovna	Diqqat va uning shaxs faoliyat samaradorligiga ta'siri	348
Abdullayeva Gulnoza Abduvahobovna	O'smirlar xulq-atvoridagi psixologik muammolar va ularni bartaraf etishda maktab psixologining o'rni	350
Qodirov Mirzaakram Sobirjonovich	The role of profiling in the fight against terrorism	353

Zamonaviy ta'limda psixologik va pedagogik muammolar

Leyla Tagiyeva	Ijod maktablarida loyiha ishini bajarish jarayonida o'quvchilarining notiqlik san'ati va nutqini rivojlantirishning pedagogik-psixologik jihatlari	357
Raximova Dilafruz Raximovna	O'smirlik davri psixologiyasi: inqirozlar, neyrobiologik o'zgarishlar va samarali muloqot strategiyalar	361
Жалалова Мухаббат Тургунбаевна	Харбий-академий лицей ўқувчиларида харбий-касбий қизиқишларни оширишда педагогик ва психологик ёндошув	367
Lutfullayev Abduvali Abdunabiyevich	Pedagogik jarayonda innovatsion ta'lim texnologiyalaridan foydalanish samaradorligi	372
Olimov Temir, Baratova Maftuna	Migratsiya natijasida ajrashgan oilalarning ruhiy salomatligi	376
Xusanbayeva Ziyoda Maxmutdjon qizi	Tashkilotdagi psixologik xavfsizlik darajasi va xodimlarning psixoemotsional farovonligi o'rtasidagi bog'liqlik	379
Tillayeva Nodira Iskandar qizi	O'spirinlar orasida bulling munosabatlar namoyon bo'lishida ijtimoiy-psixologik omillarning ta'siri	383
Feruz Zaripov	Artificial intelligence and its pedagogical implications for foreign language education	386
Kamolova Nozima	Ta'lim jarayoni maqsadiga ko'ra dars tiplari	389
Imanova Umida Madumarovna	Maktab o'quvchilarini kasb-hunarga yo'naltirish va kasb tanlashga motivatsiya berish usullari.	394
Мухамеджанова Нигора Джамиловна	Любвный сюжет в романе «унесённые ветром» маргарет митчелл и традиции сентиментального романа	398
Abdullayeva Manzura Akramjonovna	Bola shaxsida salbiy o'zgarishlarni keltirib chiqaruvchi tashqi ta'sirlarning psixologik-pedagogik asoslari	400
Djumayeva Xursand	O'quvchilarni sog'lom ruhiy muhitda tarbiyalash	404
Egamberdiyeva Sunbula	O'smirlar orasida guruh bosimning shaxs psixologiyasiga ta'siri	409
Mirzayeva Nilufar Tursunbayevna	Bola psixologiyasidagi o'zgarishlar va ularni bartaraf etish ko'nikmalari	413
Sharipova Shaxnoza Ro'zmamatovna	Folklor va madhiyaning o'smir shaxsi rivojiga ta'sirining psixologik xususiyatlari	420
Убайдуллаева Камолахон Нумановна	Ценностно-мотивационное отношение к ребёнку как компонент копинг-ресурсов и жизнестойкости родителей	425
Abduqodirov Jasurbek Jonyigit o'g'li	The grandeur of pilgrimage and research in Maweraunnahr during the 14th–15th centuries	431
Alibekova Shohidaxon Erkinjonovna	Umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologlari va ota onalar tomonidan maktab o'quvchilari o'rtasida "Tarbiyasi qiyin bolalar bilan ishlashda induviduallashtirilgan tarbiya berish" usullari	434
Atamurodova Muxabbat	Kiberbulling – jamiyatdagi dolzarb muammo	437
Tojiboyeva Gulhayo Abdug'oni qizi	Boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarini tayyorlash jarayonida web platformalardan foydalanish samaradorligi	441
M.Sodiqova	Umumta'lim maktablari pedagoglari orasida kasbiy stress ijtimoiy psixologiya bo'limi metodisti	445
Садуллаева Гузалхон Камаловна	Проблема готовности педагога дошкольного образовательного учреждения к воспитательной работе	451
Исмаилова Дилфуза	Инновации в образовании: взгляд через призму психологии	456
Karimova Barno Ergashevna	Pedagogik jarayonlarda nizolarni bartaraf etishning pedagogik asoslari	461
Мухамедова Нафиса	Побороть страх общения и неуверенность в себе	464
Хулкар Эргашевна	Роль психологии в формировании духовности молодёжи	468

Zamonaviy ta'limda psixologik va pedagogik muammolar

Abduraximov Doniyor	O'smirlik davrida nevrotik holatlarning psixologik tavsifi	473
Мамирова Феруза Сулаймоновна	Влияние ранней коррекционной помощи на интеллектуальное развитие детей с нарушениями слуха	477
Abdumalikov Javlonbek, Mahmudova Roxilaxon	O'quvchilarning turli yosh davrlarida shaxsiy, aqliy va ijtimoiy rivojlanishi, ularning aqliy rivojlanishida sodir bo'lishi mumkin salbiy og'ishlar	482
Khujakova Nafisa Yuldashevna	Possibilities of psychocorrection of mental stress in the individual	487
Sharipova Yulduzoy Latipovna	Voyaga yetmagan o'quvchi yoshlar o'rtasida zo'ravonlikni, xulqidagi salbiy o'zgarishlarni oldini olishda ota-onalar vazifalari tahlili	492
Мирасилова Тамила	Основные психологические функции речи в деятельности школьного психолога	496
Yo'ldasheva Muxayyo Saparbayevna	Faol o'qitish texnologiyalari: tushuncha, tasnifi va pedagogik ahamiyati	500
Nurmanova Munira	O'smirlik yoshining psixologik xususiyatlari	503
Эрданова Сайёра Ибрагимовна	Бола шахси камолотида миллий ва маънавий тасаввурлар шаклланишининг психологик омиллари	506
Almardanova Sevara G'anisher qizi	O'smirlik davrida yoshlarning shaxs sifatida shallanishida ijtimoiy muhitning ta'siri	510
Абдумуратова Гулчехра Бегмуратовна	Ўқувчи қобилятларини ривожлантиришнинг психологик асослари	514
Mustayeva Salomat	Kichik maktab yoshidagi o'quvchilar xotirasi xususiyatlari	517
Abdullayeva Dilafruz Jumayevna	O'quvchilarda salbiy o'zgarishlarni keltirib chiqaruvchi ta'sirlarning psixologik xususiyatlari	521
Tog'aybekov Sarvar Anvar o'g'li	Suitsid holatiga tushgan o'quvchilarga ijtimoiy-psixologik yordam berish bosqichlari	526
Шодмонов Асрорхон	Ижодкор тафаккурли ёшларнинг психологик хусусиятлари	530
Нормаматов Бехруз Ҳақберди ўғли	Ўқувчи ёшларнинг ўсмир ёш даврида психологик ривожланишининг хусусиятлари	534
Saydinova Zamira Umidullayevna	O'quvchilarda salbiy o'zgarishlarni keltirib chiqaruvchi ta'sirlarning psixologik xususiyatlari	537
Юсупова Лобар Дониёровна	Ўқувчиларда салбий хулқ оғишининг олдини олиш бўйича тавсиялар	542
Berdiyeva Zebo Abdihakim qizi	Katta maktab yoshidagi o'quvchilarning mehnat faoliyatiga jalb qilish va kasb tanlashida psixologning o'rni	546
MUNDARIJA		550

